

MIN INDIVIDUELLE REISE

I tiden før 1997 da jeg første gang oppdaget kvantefysikk i magasinet Alternativ Nettverk (i dag heter de Magasinet Visjon) hadde jeg alltid hatt troen på at vitenskap kunne svare på hvem jeg er og hva virkeligheten er for noe. Det var ikke før jeg hadde vært student i flere år i Vedanta at jeg realiserte og forstod hva svarene på de spørsmålene jeg nevnte var for noe og at gjennom egne undersøkelser og gransking kunne verifisere svarene på slike eksistensielle emner. Den intellektuelle siden kan fort bli undervurdert og undertrykt når man er sannhetssøker og er innom ulike alternative og spirituelle miljøer. Men den har alltid vært med meg så lenge jeg har vært bevisst sannhetssøker. Anti-intellektuell holdning i flere spirituelle miljøer har vært en ting jeg har reagert på og er veldig glad for at jeg har bevart min intellektuelle side. I Advaita Vedanta er intellektet et viktig verktøy for å fjerne ignoranse, selv om det ikke gir en frihet siden frihet jo er synonymt med grenseløs eksistens, bevissthet, lykksalighet og kjærlighet, som er vår sanne natur.

Året 1997 var for øvrig en milepæl i mitt liv som 24 åring og det var ikke bare kvantefysikk jeg åpnet opp for. Jeg gikk på yogakurs for første gang i regi av en som jobbet i samme barnehage som jeg gjorde. Å jobbe i barnehage var også ny erfaring samt at jeg jobbet i Telenor tidlig i 1997 og var der ca. 6 måneder. Det var mitt første møte med internett siden jeg jobbet i kundeserviceavdelingen der.

Vitenskap til ulike virkelighetsordener hvor det ikke er noe grunn til å endre på dem. De holder seg bra i respektive ordener. Til og med Kvantefysikk. Min intensjon med boka er ikke et ønske om å endre vitenskapen eller kvantefysikk som den er, men heller akseptere at det er virkelighetsordener det er snakk om her. Ordener av Den Ene Virkeligheten. Og belyse det. Bevissthetsvitenskapen har med å se utifra ikke-dualitetsvisjonen, eksistensens mandala eller Den Store Sammenhengen.

Det er flere vitenskapsmenn som har gode intensjoner, tanker og ideer om ulike emner i vitenskapen og mitt første møte med de gåtefulle implikasjonene av kvantefysikken vil jeg dele i sin helhet, og som inspirerte meg en del på min vei. Intervju med F. David Peat, som samarbeidet med David Bohm over en periode i livet fra 1997 er en artikkel som har satt sine dype spor i meg og jeg deler smakebiter fra den med deg i slutten av kapittel 5.

Fra midten av 1990-årene ble jeg introdusert for meditasjon og yoga og jeg vanket i ulike new age miljøer til og med midten av 2000-tallet. Sjamanisme var også en del av mitt interessefelt over en stund. Jeg er naturlig nok fortsatt opptatt av miljø og naturen. En del reiser gjennom årene har det blitt til land som Peru, Egypt, England, USA og andre steder. Også indre dype meditative reiser hvor jeg blant annet kunne se en tankeboble med navnet mitt inni. Alt vi ser er jo inni sinnet vårt (Mikrokosmisk sinn) som er en del av Det Totale Sinnet (Makrokosmisk sinn), og det er alltid en tanke bak alle erfaringer. Jeg har lest en del bøker og investert i en del penger, utenom reiser, på seminarer og kurs rundt omkring. Det har vært vel anvendte penger hver eneste krone og øre de siste 25 årene for en sannhetssøker som meg.

Men det som virkelig har gjort dypest inntrykk er mine to reiser til India. Den ene i 2010 og den andre i 2017. Mellom denne perioden ble jeg også mer og mer interessert i Mindfulness og det indiske helsesystemet ayurveda. Deepak Chopra viste meg veien til Vitenskap og ikke-dualitetskongresser i San Jose, California. Jeg var der i 2013 og 2014. De arrangeres i Oktober måned, varer nesten en uke og jeg vil dele med dere noe av det jeg fanget opp av det som fenget mitt sinn da. Jeg vil vise til noe dagbokutdrag som ble nevnt i Merlinscorner-bloggen min i 2013. En må huske på at jeg ikke står for alt det som skrives i dag, men morsomt å dele med dere mine tanker før Vedanta for alvor kom inn i bildet i november 2014. Det kan være til inspirasjon. Her er noen utdrag:

Før-kongress dag torsdag 24. oktober 2013 - Vitenskap og ikke-dualitet kongress - SAND13 i San Jose, California.

På flyet fra Chicago til San Jose ble jeg ferdig med en Mindfulnessbok. Og ble inspirert til å starte på boka Zen Beginner's mind av Shunryue Suzuki.

Et sitat jeg fanget opp og som jeg har stor sans for: «I Nybegynnerens sinn finnes det mange muligheter, mens i ekspertens sinn er det få».

Første kurs/workshop var med Deepak Chopra, en indisk ayurvedisk lege og forfatter, som pratet endel om vitenskap basert på mer fokus på subjektive erfaringer. Og kaller blant annet Ayurveda for Qualia basert vitenskap. Med Qualia menes alle erfaringer vi har gjennom persepsjon, tanker, kropp og så videre.

På et subtilt nivå så har Qualia med innsikt, intuisjon, inspirasjon, fantasi og kreativitet. Deepak Chopra snakket i denne kongressen om at sosiale medier skaper enhetsbevissthet. Han sammenlignet internett som en global hjerne, som kan bli brukt til å endre mennesker til det bedre. «Det sosiale nettverket er et nevrologisk nettverk. Gjennom blogger og videoer er internett en kilde av vår kollektive bevissthet. Og siden du kan anvende din egen kreativitet så kan du også anvende den kollektive kreativiteten.»

Senere på kvelden pratet Chopra mer om bevissthet, som grunnmuren av all eksistens. Noe østlige visdomstradisjoner har hatt kjennskap til i årtusener gjennom dyp tilstedeværelse og erfaringer. Og hadde med seg flere vitenskapsmenn, som Menas Kafatos (gresk), Rudi Tanzi (professor i nevrologi) og Lothar Schäfer (professor i kjemi).

Sistnevnte pratet jeg litt med før han skulle være med på paneldebatten. Jeg var snart ferdig med hans bok Grenseløse Potensiale hvor han skriver endel om ikke-målbare/ikke-empiriske elementer, som dagens vitenskap ikke har mye kunnskap om. Lothar utdannet seg i Oslo noen år på 70-tallet og husket igjen Sognsvann.

Første kongressdag fredag 25. oktober 2013, San Jose California - Science and Non-Duality.

Jeg startet dagen med en fin meditasjon av Rupert Spira, Vedanta - ikke-dualitetslærer.

A. I. Almaas (Hameed Ali) pratet om persepsjon og virkelighet. Han er født i Midtøsten og er grunnlegger av Diamond's approach. Han sa blant annet dette, som jeg har sans for «Vi mister ikke den individuelle bevisstheten når vi integrerer ikke-dualitet bevissthet.»

Første dag med sol og varme og jeg spiste lunsj ute og hadde fine samtaler ved bordet med en fra og Australia og flere fra USA.

Jeg fulgte med på en dialog mellom tre personer som jobber med vitenskap og kvantefysikk: Catherine Pepin, fransk teoretisk fysiker, David Pruet, professor i matematikk og Menas Kafatos, gresk kvantefysiker. De fortalte om sine egne spirituelle og ikke-dualitets erfaringer og møte med latterliggjøring av kollegaer.

Kafatos nevnte at Einstein var åpen for det spirituelle, og Schrödinger studerte blant annet vediske (Vedanta) visdomslære. Han så paralleller mellom kvantemekanikk og Advaita Vedanta. Andre ble også nevnt i samme sammenhengen.

Pepin nevnte noe viktig og det var at hun er opptatt av konstruktiv dialog mellom henne, som vitenskapskvinne og ikke-dualitet/spirituelle lærere. Hun har møtt flere ikke-dualitetslærere, som ikke er glad i logisk, intellektuell og matematisk tenkning. Og at det finnes dogmer blant ikke-dualitet/spirituelle lærere også. Ikke bare i vitenskapen. Så den gyldne middelvei er viktig her også?! (Balanse mellom det logiske og intellektuelle med intuisjon/ikke-dualitet/spiritualitet.)

Andre kongressdag lørdag 26. oktober 2013, San Jose California - Science and NonDuality.

Dagen startet med ny og veldig fin meditasjon med Rupert Spira. Og hovedtema var ekte indre lykke eller livsglede.

Første foredrag var med Donald Hoffmann, kognitiv vitenskapsmann og forfatter. Han pratet om bevissthet og grensesnittsteori om persepsjon. Han hadde noen fine forklaringer på ting: Rom og tid er vår PC. Fysiske objekter er ikoner. Og pratet om kropp/sinn problematikken og forklarte matematisk hvordan det ble løst.

Mark Matousek, er en som liker å skrive om egne erfaringer om transformasjon og elsker å stille spørsmål. Han hadde ikke mange år igjen ifølge leger, men døden ble en døråpner for han. Mark nevner hvor viktig det er å fortelle historier og dele dem til hverandre og inspirerer, transcenderer, forbinder med hverandre, dele visdom med hverandre. Og verktøy til selvrealisering. Språk kan avsløre og man oppdager/utforsker selvet. Vi er ikke vår historie og det å se bakenfor dette var en oppdagelse for Mark.

John Hagelin, er en vitenskapsmann og jobbet en periode i CERN. Han er president i David Lynch Foundation og vier mye av sitt liv til forskning innen transcendentale meditasjon og han hadde et foredrag om opplysthet og supernormale egenskaper. Han viste til forskning i transcendentale meditasjon.

Jeg har vært en stor beundrer av multikunstner David Lynch og hans serie Twin Peaks er noe jeg har mest sans for av hans mesterverk. Som 16 åring ble jeg så fascinert over rollefiguren FBI Agent Dale Cooper og hans interesse for østlig visdom, yoga og meditasjon. Dale er også utrolig skarp mentalt og intuitiv. Og hans fascinasjon for Tibet og det spirituelle. Han hadde også sterke drømmer, som var med og løste gåten om hvem myrdet Laura Palmer. David Lynch er artist, skuespiller, regissør og forfatter. Han har nevnt hvor mye transcendentale meditasjon har betydd for ham og det brukes flere steder i USA inkl. skoler for barn og unge.

Stephen La Berge, vitenskapsmann som har forsket på drømmer (spesielt Lucid dreaming - levende drømmer hvor vi er bevisst på og kan styre det som skjer) hadde et flott foredrag om sin forskning. Og nevnte noe jeg har sans for:

«Livet er en drøm.» Han mener med dette at drømmer er like ekte som den virkeligheten vi erfarer. Og at vi kan lære endel av drømmer på mange måter. Jeg hadde i barndommen endel levende drømmer hvor jeg fløy igjennom soveromsvinduet og husker prosessene, men ikke så mye av innholdet i drømmene.

Professor i kjemi, Lothar Schäfer hadde et morsomt og innholdsrikt foredrag om kvantevirkelighet og det spirituelle sinnet. Og nevnte dette med at alt det som kan måles er en verden full av illusjoner, mens den virkelige verden ligger i det ikke-empiriske. Det man ikke kan måle, men bare erfare og ha egen subjektiv interaksjon med. Han nevnte flere vitenskapsmenn, som var åpne for dette med ikke-fysisk informasjonsfelt med uendelig hav av muligheter.

I tillegg nevnte han ikke-dualitetslærere og paralleller til kvantemekanikk. Han forklarer kvantemekanikk på en enkel og forståelig måte slik at alle kan forstå det til en viss grad. Det mener jeg er konstruktivt og at man ikke må kunne avansert form for matte for å skjønne essensen.

Lørdagen ble avsluttet, som den startet for meg med artist, ikke-dualitetslærer og forfatter Rupert Spira. Han pratet om persepsjonens natur og var innom emner som ekte lykke, tilstedeværelse, stille endel spørsmål og det var en inspirerende ikke-dualitetsreise.

Tredje og siste kongressdag søndag 27. oktober 2013, San Jose California - Science and NonDuality.

Morgenmeditasjon med Rupert Spira og emnet i meditasjonen var tilstedeværelse i dimensjonsløs/formløs hav av subtil essens eller tilstand.

Jeg fikk endelig se Wisdom Tree hvor den indiske regissøren bak filmen har flettet inn kvantemekanikk, nevrovitenskap, kunst, musikk og spiritualitet på en veldig fin måte. Filmen var også sterk emosjonelt. Dyp film, som berører endel essensielle spørsmål om oss mennesker. Vakker indisk

musikk i perioder.

Den greskfødte Professor i Computational fysikk, Menas Kafatos fikk æren av å avslutte SAND13 i San Jose, California. Han er veldig behagelig å høre på og har også studert diverse indisk visdomslære. Han er en av vitenskapsmennene som samarbeider endel med Deepak Chopra. En vitenskapsmann fra mitt hjerte!

Han pratet om observatør-basert vitenskap. Vitenskap om bevissthet og han er opptatt av at denne type vitenskap skal bygges på og utvide objekt basert vitenskap. Ikke erstatte den.

Observatør-basert vitenskap har med disse 7 punktene å gjøre:

- 1) Universell bevissthet.
- 2) Det er utenfor tid og rom, men opererer inni tid og rom.
- 3) Menneskets selv-tilstedeværelse (self-awareness) er en del av det.
- 4) Biologiske strukturer besitter av det.
- 5) Den eksisterer overalt og til alle tider.
- 6) Prosesser er fundamentalt i det fysiske Universet. Hjernen er verb og ikke substantiv. Det er prosesser det handler om.
- 7) Uendelig bevissthet blir sammentrukket/ forminskert ved å anta prinsipper, opererer både på mikro- og makronivå i Universet.

Menas ønsker å endre Descartes sitt sitat:

«Vi tenker og derfor eksisterer vi»

Til: «Vi eksisterer og observerer, derfor eksisterer alt.»

Jeg ser frem til å se mer frukter av samarbeidet mellom Menas og andre vitenskapsmenn + Deepak Chopra. De prater et språk som er på bølgelengde med det jeg mener er grunnleggende i vitenskapen.

I Magasinet Ildsjele nr. 6 /2013 fikk jeg publisert en artikkel om Visdom, vitenskap og ikke-dualitet. Det var en artikkel om mine erfaringer og refleksjoner fra Science and Nonduality kongressen i San Jose, Oktober måned. Dette er inkludert i noe av de dagbokskriveriene jeg gjorde under kongressen i år 2013. På samme tid når den kom ut i November 2013 var jeg også tilstede på den første Mindfulness-kongressen i Oslo.

Før-kongress og tur til San Fransisco - Vitenskap og ikke-dualitet kongress - SAND14 i San Jose California

I San Fransisco var jeg innom The Walt Disney family museum. Jeg ble dypt rørt av å se alt det Walt har gitt verden gjennom hans kreative og skapende sinn! Mye glede, lek og moro. Og elementer jeg ikke har sett før!

Før-kongress workshops Science And Non Duality SAND 2014

Menas Kafatos, professor i Computational fysikk og Jay Kumar, professor i comperative religion, yoga filosofi, globale healing tradisjoner og nevro-kognitive studier hadde workshop om å søke det hellige i vitenskap. Emner som kvanteteori, kosmologi og integral imøtekommenhet ved å utforske bevissthetens natur gjennom linser til både vitenskap og religion/spiritualitet ble berørt.

Spørsmål som dukket opp under dialogen var blant annet: Er vitenskap og religion kompatibelt? Hvordan kan vitenskap og religion utfylle hverandre? Hva kan vi lære av urfolks spiritualitet? Hvorfor har/er det vestlige perspektivet/mentaliteten vært at vi er overlegen naturen og separert fra den? Kafatos mener at kvanteteorien viser oss at vi ikke er separert fra naturen og universet. Og at vi er en del av en større og harmonisk helhet. Vi er forbundet med det hellige. Hva betyr hellig? Å føle en forbindelse til helhetens rene tilstedeværelse.

3 punkter om kvanteteorien ble nevnt:

- 1) Med komplimentær filosofi menes at to elementer ikke er motsetninger, men kan utfylle hverandre. F.eks. kan Gud (intelligent skaper) og evolusjon utfylle hverandre.

2) Rekursjon/Formel, som her og hvor som helst. Hva som er lokalt er globalt.

3) Kreativ interaktivitet (manifestasjon gjennom Qualia erfaringer)

Søke, sense, interaksjon og skapelse.

Istedenfor å bruke ordet illusjon om Maya fra Advaita Vedanta lære så ble dette brukt, som virker for meg mer konstruktivt:

Fanget i fragmentert perspektiv, begrensninger, separasjon av naturen, dualisme m.m.

Vedanta og ikke-lokal sammenkobling har til felles at vi ikke er separert fra naturen og universet.

Det hellige er overalt (steder, rom, geometri m.m.). Også i vitenskapen. Vi er berørt, sammenkoblet over avstand og delaktig i prosessene i universet.

Fundamentet/ Grunnmuren i religioner og spiritualitet er det samme som hos vitenskapen.

Workshop 2 før-kongress Science and Non Duality – SAND 14

John Hagelin hadde workshop om bevissthet gjennom kanin-hullet (uttrykk lånt fra Alice i Eventyrland og dokumentaren hva i huleste vet vi som Hagelin deltok i). Hagelin har i yngre dager jobbet litt i det berømte stedet CERN i Sveits. Idag er han sjefsvitenskapsmann i organisasjonen, David Lynch Foundation, som hovedsakelig er opptatt av transcendentale meditasjon og undervisning av dette i USA.

Emner som Hagelin berørte var sammenkobling over avstand, tid-rom ormehull (sorte hull) og hjernen blant annet. Et interessant spørsmål Hagelin prøvde å svare på: Hvordan kan menneskehjernen få tilgang til enhetsfeltet, som vi alle er en del av?

Hagelin nevnte forskning fra Maldacena og Susskind som antok at kvantesammenfiltrering (Quantum entanglement) skjer gjennom ormehull og var innom emner som sorte hull, singularitet, string teori, mørk energi, anti-gravitet, vakuum m.m..

Ali H. Almaas, spirituell lærer, pratet om kvantesammenfiltrering som er et fysisk eller spirituelt fenomen. Og han var også inne på ormehull som Hagelin var det i sin workshop. Han var mest opptatt av å se på kvantesammenfiltrering ut ifra et spirituelt perspektiv. Og stilte spørsmål hvordan spirituell persepsjon, realiseringer og paralleller kan gi oss innsikt i emnet kvantesammenfiltrering.

Første kongressdag - Vitenskap og ikke-dualitet kongress - SAND14 i San Jose California

Før frokost, som ifjor så var jeg med Engelskmannen og Vedanta-læreren Rupert Spira sin gruppemeditasjon. Like inspirerende å være med på.

Chris Fields, som er en vitenskapsmann (samarbeider noe med Radin og hans Noetic Science team) pratet om hans perspektiv på Kvantefiltrering, og nevnte hovedsakelig at verden er full av observatører.

Han mener at all interaksjon også er en observasjon. Interaksjon er bare informasjonsutvikling gjennom billedlige bindinger.

Neil Theise, professor i patologi og som samarbeider med Menas Kafatos har fått publisert dette i Vitenskapelig journal Complexity i 2013:

Non-dual Conscious realism: Fundamental principles of Non-Material, Self-organizing Universe

Theise nevnte kriterier for komplekse tilpassete systemer:

- 1) Numre betyr noe
- 2) Negative feedback loops
- 3) Interaksjon er lokal uten global sensing
- 4) Lav nivå av såkalt «randomness» (tilfeldig utvelgelse)

Theise nevnte et sitat han og Kafatos kom opp med, som konklusjon:

Vi lever ikke i universet, men vi ER universet.

Ikke-dualitet=Komplementær=Utfyller hverandre:

Kreativitet/Interaktivitet, Rekursjon og komplementæritet er nøkkelord i emner som inkluderer kvantefysikk.

Theise nevnte at denne journalen går utenfor andre panpsykisme systemer beskrevet tidligere av andre.

Andre og tredje kongressdag - Vitenskap og ikke-dualitet kongress - SAND14 i San Jose California

En ny dag som startet som vanlig med meditasjon av Rupert Spira. Første gang jeg har erfart regn i San Jose. Det klarnet opp utover dagen.

Gabor Mate er lege og forfatter. Han er kritisk til deler av vestlig perspektiv på sykdommer, lidelser og at man separerer kropp og sinn m.m. Mate er opptatt av kropp-sinn enhet og det som er autentisk naturlig i oss selv: Hva vi føler og hvordan forholdet er til sin egen kropp.

Følelser som man har undertrykket siden barndommen kan føre til sykdommer og lidelser senere i livet. Det samme med miljø og sosial påvirkning fra familie spesielt ifm. stress av ulik art. Noen sier at sykdommer har gjort at de ble mer autentisk med seg selv og kroppen. Fikk bedre kontakt med seg selv.

Rupert Spira, engelsk Vedantalærer pratet om separasjon fra selvet. Og hadde et flott sitat jeg fanget opp: Den ultimate vitenskap er ikke fysikk. Det er bevissthetsvitenskap.

En av de foredragene jeg så mest frem til denne dagen var kvantefysikeren Henry Stapp, som har professorgrad i partikkelfysikk. Han har samarbeidet med Wolfgang Pauli, som startet i 58. I 1970 så inviterte Heisenberg Stapp til å diskutere fundamentale elementer i kvantefysikken.

Stapp er opptatt av kvanteforbindelser mellom sinn og fysiske prosesser.

Stapp pratet om bevissthetsteori og hvordan kvantemekanikk fungerer i hverdagen. Han nevnte flere problemer med klassisk mekanikk/fysikk. Blant annet om at observatøren ikke er med i beregningen. I tillegg er også bevissthet utelatt der. Og i kvantemekanikk er de inkludert, som de fleste vet.

Han nevnte at grunnleggerne av kvantemekanikk/fysikk sa at bevissthet er fundamentalt viktig i kvantemekanikk. Klassisk mekanikk viser oss at det vi gjør er meningsløst. Og i kvantemekanikk viser at det vi gjør har mening og effekt. Det inkluderer prosesser i naturen.

Han har to lidenskap i livet og det er emnet synkronisitet og holografi.

Sky stilte spørsmål om det er forbindelse mellom fysikk og bevissthet. Og om visdom kan gi oss veiledning for oss. Han nevnte noe om ikke-fysisk informasjonsvirkelighet og viste til

Fouriertransformasjon (tid og rom fjernet fra ligningen).

I min artikkel til science and nonduality om Bohm så nevnte jeg samme likning og link til nevrovitenskapmannen Karl Pribram sin teori om holografisk hjerne.

Denne informasjonsvirkeligheten er tidløs, udelt helhet, alltilstedeværende.

Han har skrevet en artikkel i journal of scientific exploration om Makroskopisk kvantesuperposisjon.

Det var en panelsamtale om kvanteteori og fri vilje. Chris Fields (vitenskapsmann samarbeider med Noetic vitenskap, Donald Hoffman (kognitiv vitenskapsmann) og Henry Stapp (86 år gammel, som har samarbeidet med Heisenberg og hatt endel dialog med Wolfgang Pauli, begge kvantefysikk pionerer).

Stapp hevder at naturen har bevissthet og mente at Heisenberg ville ha vært enig. Vi er en del av naturen og naturen er en del av oss. Og at klassisk mekanikk ikke kan forklare hjernen skikkelig.

Men det kan kvantefysikk ifølge Stapp.

Stapp, Bohm, Penrose og Hameroff er åpen for at kvanter påvirker vår hjerne og prater om kvante-sinn teorier. Stapp har også vært i dialog med Bohm om kvantefysikk. Og han er også enig med Stapp om at kvantefysikk handler om ikke-lokalisering (tidløs) sfære.

Vedanta lærer Francis Lucille pleier å få spørsmål fra salen og svarer i en uskyldig og spontan tilstand. I en Vedantisk NOT-KNOWING tilstand. Flere morsomme dialoger

Å Praktisere Vedanta Selvgransking – James Swartz November 2014 Westerwald youtube video

Da jeg så en video på Youtube om tradisjonell Advaita Vedanta og en undervisning der en måned etter kongressen i 2014 i San Jose California var SAND (Science and Nonduality) - eventyret ute for min del. SAND gav meg inspirasjonen til å følge Vedantaundervisningen og er evig takknemlig for det:

Å praktisere Vedanta - Selvgransking av James Swartz - Westerwald 2014 på youtube er en fin start for de fleste nybegynnere og var den første videoserien jeg fikk med meg av James Swartz og Shiningworld i november 2014. Den er delt opp i 16 deler og inneholder disse emnene:

1. Regler i Selvgransking
2. Motivasjoner, Objekter og Lykke
3. Virkelighet, Dualitet og Ikke-Dualitet
4. Et Gyldig Kunnskapsmiddel
5. Kvalifikasjoner for Vedanta
6. Selvets Vitenskap (Bevissthetsvitenskap)
7. Selvet og Dets Refleksjoner
8. Vedanta Oppsett
9. Isvara (Det Totale Sinn) og Samsara Chakra (lidelsehjulet)
10. Karma Yoga
11. Jnana - Kunnskaps Yoga
12. Spørsmål og Svar
13. De Tre Erfaringstilstander
14. Triguna - De Tre Energiene Yoga
15. Hverdagslig Gransking
16. Vedanta og Ikke-dualitetsvisjon

Etter hvert og i de siste årene har jeg gått over til Swami Dayananda, Swami Paramarthananda og Neema Majmudar som lærere i tradisjonell Advaita Vedanta. Jeg er evig takknemlig for at Shiningworld (James og Sundari Swartz) har bidratt med å introdusere meg til Advaita Vedanta og ser også tydelig at de har adoptert noen essensielle elementer fra spesielt Dayananda og Paramarthananda i deres undervisning.

Det er en del gjemte koder i den hengivenhetskulturen man ser i India. Når man virkelig dekker ned slik subtil info/ kunnskap og som også vedaene kommer fra gjennom hymner, poetiske mantrasanger i deres skrifter da er det gjemt en del gaver av kunnskap, som fjerner ignoransen og hindringer som dekker over hva og hvem vi egentlig er.

Det er naturlig nok både positive og negative sider ved alle kulturer på ulike måter, men det er flere grunner til at mennesker fra Vesten tiltrekkes kulturen til India. Nettopp på grunn av disse gjemte kodene i kulturen (gjemt i symboler i språk, bygninger, skikkelser/statuer m.m.) Til nytte for de som følger det naturlig.

Hengivenhetskodene som blir vist i Indisk kultur hjelper oss til blant annet å elske alt og alle uansett form eller formløshet. Det er oss dette også uansett om vi liker det eller ikke.

Å akseptere at verden er som den er, positivt og negativt er jo tøft å erkjenne. Vi ønsker en perfekt

verden hvor bare det gode regjerer og det samme med oss mennesker. Men å se det uperfekte i det perfekte i verden (eller oss som individer) og elske det vakre så vel som det stygge er også noe som er vanskelig å gjøre.

Et reisebrev til Tiruvannamalai i India Januar 2017

Fra 3. januar til 29. januar 2017 var jeg en tur til India. Det var hovedsakelig for å være med på Vedanta seminaret til James Swartz (Essensen av Vedanta). Det var 4 dager med seminar - 2 ganger om dagen (kl. 10-12 og 16-18). Og så en dag hvile og så 4 dager igjen med seminar. I midten av måneden var det 2 dager hvile. 28. januar var siste seminardag. India har alltid fasinert meg på mange måter og det er spesielt ulike områder som har med helse og livsstil å gjøre gjennom ulike yogatradisjoner, ayurveda og meditasjon. Og ikke minst Advaita Vedanta.

Sist gang jeg var en tur til India i 2010 var for å se på endel templer i ulike steder som Taj Mahal (Agra), diverse Krishna-templer i Mathura/ Vrindavan og en tur til Bangalore samt Puttaparthi for å oppleve hengivenhetsmantraer i seremonier der. Jeg opplevde også Holi Holi festival der folk kaster farger tørt og vått på hverandre. Det var som å være med på paintball-krig. Jeg kan ikke huske å ledd så mye etter å ha vært med på den type tradisjon i India.

India tiltrekker mennesker over hele verden på ulike steder og er en av de mest populære stedene å besøke for de som er opptatt av spiritualitet, helse og livsstil. Det er noe med hele kulturen og landet som gjør at mange kommer hit, mens for min del i de siste årene så har Vedanta - slutten på all kunnskap (**Veda** har med kunnskap å gjøre og **anta** har med slutten) vært en del av min livsstil. Vedaene har mye å by på av kunnskap om oss mennesker (hvem vi er - eksistensiell kunnskap), skapelsen og virkeligheten. I tillegg tenker jeg etterhvert å studere litt mer om sanskrit og vedisk matte. Vedaene har kunnskap for alt man kan tenke seg.

Advaita (betyr ikke to på sanskrit). Vedanta har med ulike yoga typer som karma yoga (disiplinere og kultivere sinnet til å bli fredfull, rolig, harmonisk og modent for å lettere lytte til selvkunnskap), kunnskap (jnana yoga) og bhakti yoga (hengivenhet, lykksalighet og kjærlighet). Jeg skal fortelle mer i kort oppsummering om det vi gikk igjennom på seminaret senere i reisebrevet.

Det intellektuelle har ofte blitt sett ned på i ulike spirituelle grupper og av mennesker og noe jeg har reagert på i de 25 årene jeg har vært inne i det spirituelle eller det som noen vil kalle for alternativbevegelsen. Selvkunnskap er ifølge Vedanta det som fjerner ignoranse om hvem vi er og virkelighetens natur, og undersøke hva vi egentlig opplever i tillegg er fasinerende å gjøre. Man kan trygt si at Vedanta ikke er for de som har en anti-intellektuell holdning i livet eller motstand mot kunnskap.

Jeg og en kamerat av meg fant et flott sted ca. 20 minutter fra Tiruvannamalai sentrum - et sted som heter Ashok Tree Nature Resort og ashram, som er en blanding av helsesenter (Ayurveda og naturopati) samt et sted for yoga-lærer utdanning og barneskole. Det var interessant å få ayurvedisk konsultasjon om ernæringstips og massasje. Et fint sted som dyrker helse og velvære samt et stille sted. Ashok betyr å løsrive seg fra lidelse og sorg. Man jobber virkelig i sine egne prosesser psykologisk sett og det er naturlig at folk som er opptatt av å finne svar på dypere eksistensielle spørsmål i livet også tiltrekker seg dette stedet.

Maten var solid, inkludert vegetariansk kosthold med gode råvarer, men det var uten animalsk protein. Det tæret på min kropp som gjorde at både jeg og kameraten min dro flere ganger i siste halvdel av oppholdet til et sted hvor man kunne spise animalsk protein (egg, ost m.m.). Blooming Lotus (nær Agni Lingam) var et sted hvor de virkelig hadde kjærlighet til maten og som jeg ikke vil glemme.

Kameraten min og jeg satt på med en Rickshaw (Tukh Tukh er et kallenavn på det da jeg var i Peru i 2006 og 2007) hver dag når vi skulle til Vedanta seminaret som var ca. 20 minutter unna Ashok Tree Nature Resort stedet vi bodde på.

Kort fortalt på norsk så betyr satsang å komme sammen for å diskutere om vår sanne natur, som vedanta viser oss. Og det ledes av en lærer som er kvalifisert til å svare på spørsmål. En vedantalærer sier tydelig at han egentlig ikke er en lærer (guru) - som en skal forgude eller se opp til, men at han vil lære oss å bli vår egen lærer. Man tiltrekker seg Vedanta når man har den modenheten i sinnet sitt som skal til for å ta imot selvkunnskapen og metodikken for å fjerne ignoranse om hvem vi er og hva virkelighet er. En må gjøre jobben selv med å undersøke sine opplevelser m.m. Har man tvil og spørsmål så kan man stille en kvalifisert lærer spørsmål. Vedanta har ikke noe med ens personlige meninger, synspunkter og ideer. Den er 100 % upersonlig og objektiv i sin metodikk og selvkunnskap. Denne kunnskapen har funket for mennesker i årtusener i å frigjøre dem.

Det var Rishiene (seere som hadde kultivert rolig, harmonisk, modent og intelligent sinn i endel år for flere årtusener tilbake via meditasjon, kontemplasjoner m.m.), som fikk ned ulike hymner og kunnskap gjennom lyd, i første omgang. Vedanta blir kalt for shruti (hørt - muntlig tradisjon). Einstein (relativitetsteorien) kom ned som en slags åpenbaring og det samme skjedde med vedaene, som har kunnskap om alt som har med mennesker, skapelse og kosmos å gjøre. Rishiene hørte kunnskapen utenfra - det kom ikke fra dem. Men fra Selvet/Bevisstheten - Skapelsen - Upersonlig Skaper (blir kalt for Ishvara på sanskrit). Jeg bruker også navnet Det Totale Sinnet.

Det Rishiene hørte gikk via akasha (rom/eter) til hørselen deres og de hadde det som skulle til for å hente ned denne kunnskapen om hvem vi er, virkelighetens natur, skapelse m.m. (mikro og makro-kosmos). Sanskrit er et språk som mange blir berørt av gjennom mantraer og ulike tekster. Det rører noe i oss mennesker.

Gjennom Vedanta gransker (undersøker, analyserer, kontemplerer, reflekterer, systematiserer) man selv det som kunnskapen og metodikken lærer oss. Man kan ved å være en måned i India observere hvordan selvkunnskapen jobber i ens kropp og sinn. Det var fasinende å oppleve og man har jo en fri vilje til å akseptere denne metodikken og kunnskapen eller ikke. For meg er jeg ikke i tvil om at det har vært mitt beste spirituelle valg å legge det meste jeg hadde kjennskap til og opplevd på hylla. Trekke essensen ut av dem og la den upersonlige metodikken til Vedanta jobbe i min kropp og mitt sinn. Måten denne selvkunnskapen jobber i kropp og sinn er fasinende å observere som sagt. Hvordan den fjerner ignoransen av min sanne natur.

Jeg vil forklare kort om hva seminaret handlet om:

Undervisningen var delt opp i 3 deler - ESSENSEN AV VEDANTA

1) Kunnskap, karma, fri vilje, renselse, meditasjon

Tekst: Bhagavad Gita - kapittel 2-6.

2) Selvet - Eksistensen/ Bevissthet

Tekst: Inquiry to Existence (Panchadasi) - utvalgte vers.

3. Bliss (Lykksalighet)/ Kjærlighet/ Hengivenhet

Tekst: The Yoga of Love (Narada Bhakti Sutraene).

Kort sammendrag fra Essensen av Vedanta-undervisningen:

«Å stole på følelser er ikke god basis for et lykkelig liv. En kan ikke løse problemer alene og når en kommer til Vedanta betyr det at man trenger hjelp til å få kjennskap om hvem man er. Karma Yoga handler om passende handling og holdning til å løse emosjonelle utfordringer. Det innebærer å nøytralisere bindinger til det man liker/ misliker i livet. Du skapte ikke kropp-sinn verktøyet og resultatene i livet er ikke opp til deg, men opp til Det Totale Sinnet/ Dharma-feltet (verden er et

nullsum-spill). Karma Yoga er med og forbereder en til å ta imot selvkunnskapen og at man er generelt rolig, moden og klar (sattvisk på sanskrit).

Kunnskapens Yoga har med å lytte (savana), kontemplere/ analysere/ reflektere/ systematisere (manana) og aktualisere/ assimilere (nididhyasana). Du lever lykkelig i verden. Du er hva du ønsker: Tilfreds med å være deg selv - full, hel og komplett og har ikke behov for at noe der «ute» skal gjøre en lykkelig eller hel.

Det finnes bare «sannhet» og ikke min, din eller andre sin «sannhet». Du har tiltro (shradda) til skriftene for å løsrive/ frigjøre fra bindinger til «objekter». Løsningen er selvkunnskap, som fjerner ignoransen om hvem du er. Man har hengivenhet til sannhet og kunnskap. Å vite hvem man egentlig er, er kjærlighet til seg selv, (identifisering). En er fullstendig tilfreds (tripti) som vi er. Vi forstår og aktualiserer hvem vi er.»

Jeg har blitt presentert for mye gaver i mine turer fra India i 2010 og 2017 og i ettertid i den vediske visdommen på ulike måter. Det har gjort at jeg har kommet til et punkt i livet mitt hvor jeg ønsker å dele med dem som ønsker å lytte til kunnskapen og visdommen, som jeg har integrert og fordøyet noenlunde i meg selv.

Swami Dayanada har et flott sitat som jeg tar seriøst der hvor jeg er i livet mitt nå: «Undervisningen er en del av det spirituelle arbeidet (sadhana); Det er ikke noe galt i å undervise noen. Hva en vet med sikkerhet, bør en dele med andre. Selv noe så enkelt som chanting. Det er veldig nyttig for personen å undervise.»

Bergen, 03.12.2019
