

## 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 yoga-tradisjoner, ayurveda og meditasjon. Og ikke minst 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 Puttapparthi for å oppleve devotional (hengivenhet) sanger 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.

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 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.

Vedanta har med ulike yoga typer som karma yoga (disiplinære og kultivere sinnet til å bli fredfull, rolig, harmonisk og modent for å lettere lytte til selv-kunnskap), 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 blitt ofte 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 noe 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. Vedanta er ikke for de som har en anti-intellektuell holdning i livet eller motstand mot kunnskap kan man trygt si.

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 meditasjon. 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 mm). Blooming Lotus (nær Agni Lingam) var et sted hvor de virkelig hadde kjærlighet til maten og som jeg ikke vil glemme.

Rickshaw (Tukh Tukh er et kallenavn på det da jeg var i Peru i 2006 og 2007) satt jeg og kameraten min på med 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 mm. Har man tvil og spørsmål så kan man stille en kvalifisert lærer spørsmål. Vedanta har ikke noe med ens personlige og egne meninger, synspunkter og ideer. Den er 100 % upersonlig og objektiv i sin metodikk og selvkunnskap. Denne kunnskapen har funket for mennesker i årtusener.

Det var Rishiene (seere som hadde kultivert rolig, harmonisk, modent og intelligent sinn i endel år for flere årtusener tilbake via meditasjon, kontemplasjoner mm), 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 Isvara 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 med mer (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 Isvara/Dharma-feltet(verden er et nullsum-spill). Karma Yoga er med og forbereder en til å ta imot selv-kunnskapen og at man er generelt rolig og klar(sattvisk på sanskrit).

Kunnskapens Yoga har med å lytte (sravana),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. "