

# RĀJA YOGA

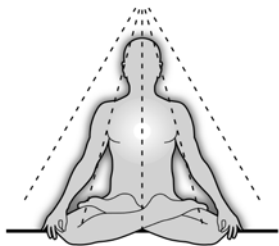
èn

## Het Volkomen Leven

*(uitgegeven door Luther)*

*Spiritualiteit op zakformaat*





# RĀJĀ YOGA



Uitgegeven door de Stichting Rājā Yoga 't Gooi, Bussum,  
met het doel spiritualiteit te verspreiden op een handzaam formaat.

Samenstelling en toelichting door Jan Th. van Opzeeland

# Rāja Yoga èn Het Volkomen Leven

## Inleiding

Het boekje van het Volkomen Leven' komt uit de middeleeuwse Duitse mystiek, eind 14de eeuw en het begin 15de eeuw. De uitwerking van deze spirituele gedachten toont aan, dat realisatie, verlichting en bevrijding net als in de Rāja Yoga, herkenbare stappen zijn in zuivering en aanpassing van de persoonlijkheid en het loslaten van de ikken, die ieder mens in haar of zijn intellect lichaam heeft gepland en in stand houdt.

Een kopiist van dit handschrift deelt mee, dat een ridder van de Duitse Orde, een priester, het boekje geschreven heeft met het doel veel aspecten van de goddelijke waarheid te belichten en de ware vrienden van God te onderscheiden van de valse, die men toen ook wel vrije geesten noemde. Het stamt uit de kring van de Rijnlandse Gottesfreunde, een aanvankelijk spiritueel getinte groep onder leiding van de Staatsburger ex-koopman Rulman Merswin. Deze koopman bracht de laatste jaren van zijn leven door in een klooster dat hij van verval had gered door het te kopen en af te staan aan de johannieters.

De gevolgde gedachtegang vertoont meer overeenkomst met een reeks meditaties, dan met een stel omgewerkte preken. In de tijd van de Reformatie was de belangstelling voor dit soort geschriften gering, omdat ze het begrip en de belangstelling van de gemiddelde gelovige te boven gingen. Luther heeft dit boekje weer tevoorschijn gehaald omdat hij er veel in herkende. Het feit dat hij het publiceerd heeft geeft een verklaring voor de bekendheid die het heeft gekregen. Naast de bijbel en Augustinus kende

Luther geen ander werk waaruit hij beter leerde wat God, Jezus, de mens en alle dingen zijn en met de titel waaronder hij het uitgaf – Theologia deutsch – probeert hij te bewijzen, dat zijn leer geen nieuwe leer is, maar de aloude leer.

De tekst bevestigt veel van hetgeen in de Rāja Yoga ook bekend is, hoewel het soms anders verwoord wordt. Ons doel is die overeenkomsten aan te geven en deze fraaie, spirituele adviezen te doordenken en in praktijk te brengen. Ze zijn op elk spiritueel pad van groot nut.

**Stichting Rāja Yoga 't Gooi,**  
Jan Th. van Opzeeland

# Inhoud

H1	Het Volkomene	11-12
H2	Wat zonde is	13
H3	De val van de mens	13-14
H4	Opeisen van het goede	14-15
H5	Eigen wijsheid	15-16
H6	Liefde voor het edelste	16-17
H7	Twee geestelijke ogen	17-18
H8	De Ziel als voorproefje van eeuwige zaligheid	18-19
H9	Wat is nuttiger voor de mens?	19-21
H10	De wensen van volkomen mensen	21-22
H11	De rechtvaardige mens vindt geen troost in de tijd	22-23
H12	Wat is echte, innerlijke vrede	24-25
H13	Het sterven en weer levend worden van mensen	25
H14	Wat de oude mens is	26-28
H15	Het goede niet opeisen	28-29
H16	Het leven van Jezus als voorbeeld	29-30
H17	Over het Ware licht	30
H18	Wat kiest de natuur van de mens?	30-31

H19	Wat doet iemand die gericht is op het Allerhoogste?	31
H20	De geest van het Allerhoogste	32-33
H21	Leiding door en gehoorzaamheid aan het Allerhoogste	33-34
H22	Hoe wordt de mens ontvankelijk voor Goddelijke waarheid?	34-35
H23	Over twee boze vruchten	35-36
H24	Over geestelijke armoede	36-38
H25	Laat alle dingen los	38-39
H26	Vereniging met de Goddelijke Wil	39
H27	Het lijden van de mens in de tijd	40
H28	Hoe men zich boven wijsheid deugd enz. stelt	41
H29	Het leven van Jezus omarmen	41-42
H30	Hoe het Allerhoogste waar, eenvoudig, volkomen.. is	43-44
H31	De liefde in een vergoddelijkt mens	45
H32	Waarom de mens de eigen wil los moet laten	46
H33	Eigenschappen van een vergoddelijkt mens	47
H34	Alleen zonde is tegen het Allerhoogste	48-49
H35	Kan leed het Allerhoogste bereiken?	49
H36	Navolgen van het leven van Jezus	50-51

H37	De orde van het Allerhoogste moet ook in de mensheid werken	51-52
H38	Wat is het kenmerk van vals licht?	53-55
H39	Hoe een vergoddelijkt mens is	55-57
H40	Het Allerhoogste kennen en niet beminnen?	57-59
H41	Over een vergoddelijkt mens	60-61
H42	Niets is tegen het Allerhoogste dan de kleine z.g. vrije wil	61-62
H43	Jezus toont ons het Christus-bewustzijn	63
H44	Volkomen geluk en rust.. alleen bij het Allerhoogste!	64-65
H45	Moet men ook de zonde liefhebben?	65
H46	Over goddelijke waarheden	66
H47	De eigen wil in relatie tot Lucifer, Adam enz	66-67
H48	Waarom schiep het Allerhoogste de eigen wil?	67-71
H49	Om te begrijpen: twee woorden van Jezus	72
H50	Het andere woord	73-75
H51	De mens moet zichZelf zoeken	75-76
Naschrift		77-79

# lets over Luther

Luther leefde van 1483 - 1546. Hij was een Augustijner monnik, die de priesterwijding had ontvangen.

In 2017 was het 500 jaar geleden dat Maarten Luther met zijn protest tegen de praktijken van de Rooms-katholieke Kerk een van de grondleggers werd van de Reformatie. Als zodanig is Luther door de eeuwen heen door reformatorische christenen bejubeld als held.

De aard van zijn geschriften en het spreken van Maarten Luther en ook de verhouding van de Reformator tot zijn omgeving hebben gedurende de loop van zijn leven grote veranderingen ondergaan.

## **Het leven van Luther laat zich in vier grote perioden onderverdelen:**

1. De eerste periode van zijn leven als kind, zijn tijd op de universiteit en zijn tijd als Augustijner monnik omvat vooral het zoeken naar godsdienstige kennis. Luther wordt later professor aan de universiteit van Wittenberg.
2. Wanneer hij eindelijk tot het beslissende inzicht komt, ziet hij dat in de wereld en de kerk veel gebreken zijn ontstaan. Hij gaat te keer tegen de misstanden in de kerk en maakt daarbij heftige reacties los.
3. Daardoor moet Luther zich op aanwijzing van zijn keurvorst op de Wartburg verbergen. De beweging van de Reformatie heeft intussen al enige machtigen in het land gegrepen en is niet meer te stuiten. Luther kan naar Wit-



tenburg terugkeren om zijn tegenstanders te bestrijden en zijn ideeën in praktijk te brengen.

4. In de laatste jaren is de Reformator weliswaar niet minder slagvaardig, maar toch vertonen zich nu ook lijdzaamheid en zijn neiging tot woede-uitbarstingen (lees: geestelijke verontwaardiging) worden minder in de geschriften van de ouder wordende Reformator.



## Voorwoord

Dit boekje 'Rāja Yoga èn het Volkomen Leven' is een uitgave in onze serie ***Spiritualiteit op Zakformaat***. Het kan gemakkelijk worden meegenomen in colbert of handtas en op rustige momenten worden geraadpleegd als troost of wegwijzer op het spirituele pad. Het geeft ook aan, dat deze kennis vanuit allerlei richtingen tot ons komt. Er is niet één traject... er zijn er vele. Maar de grote spirituele leraren van de mensheid hebben in feite altijd hetzelfde doorgegeven.

### **Vorige uitgaven in deze serie:**

- Yoga-Sūtras Patañjali
- Shiva Sūtra
- Shiva-Samhitā
- Bhagavad Gītā
- Yamas en Niyamas

Al deze uitgaven kosten € 5,- per stuk, ongeacht een dikkere of dunnere uitvoering. Verkrijgbaar in de School of te bestellen via onze site: **[www.raja-yoga-het-gooi.nl](http://www.raja-yoga-het-gooi.nl)**

## Hoofdstuk 1

### ***Ten eerste: wat het Volkomene is en wat de delen, en hoe men de delen los laat wanneer het Volkomene komt.***

De heilige Paulus zegt: 'Als het Volkomene komt, zal het onvolkomene en het gedeelde teniet worden gedaan.' Wat is het Volkomene en wat het gedeelde?

Het Volkomene is het Allerhoogste, leven vanuit onze goddelijkheid, vanuit onze Purusha of de Monade (Zie overzicht '**De mens is een drie-eenheid**' op pagina 78).

Dat kan niet zomaar ineens. Daar is tijd, begrip en spirituele ontwikkeling voor nodig. De Rāja Yoga geeft dat pad aan in de Yoga van Patañjali die acht stappen inhoudt, die langzamerhand voeren naar leven vanuit de dan besepte goddelijkheid waaraan we ons bestaan te danken hebben.

Het gedeelde is de dualiteit in de drie werelden (fysiek, emotioneel en mentaal bestaan). Waar we steeds geïdentificeerd raken met wensen en verlangens en onze komaf vergeten. Via het karma dat aldus wordt opgebouwd kan de tocht door de drie werelden vele incarnaties in beslag nemen. Waarbij veel lijden wordt ondergaan.

**(Toelichting:** *Karma betekent handeling in het Sanskriet. Denken is ook handelen.. en wordt in de loop der belichamingen onze tweede natuur, een soort karakter gebaseerd op vastgezette wensen en verlangens uit het verleden, goed ,slecht of alle gradaties daar tussenin.)*

Maar het gedeelde spruit voort uit het Volkomene. Elk individu is met de Sūtrātma (draad van bewustzijn) verbonden met de eigen Purusha. Die draad van bewustzijn loopt via de Ziele-triade naar de drievoudige persoonlijkheid en is in onze lichamen verankerd in hoofd en hart. De identificatie met de drie werelden wordt ook wel Māyā genoemd, ofwel begoocheling. Maar het Allerhoogste vinden we niet in de drie werelden. We vinden daar slechts een afspiegeling van het Allerhoogste, dat ook wel het gewaad van de Hoogste Goddelijkheid wordt genoemd. We vertoeven lang in het gedeelde om vele lessen te leren, maar vooral om het op den duur te leren doorzien. Het gedeelde is te begrijpen, te kennen en uit te spreken; het Volkomene is voor een belichaamd mens onbegrijpelijk, niet kenbaar noch te benoemen.

Stervelingen moeten ontdekken, dat hun eeuwigheid ergens anders ligt. Het Volkomene kan alleen geproefd worden in de Ziel of het Zelf. Voor de persoonlijkheid en de ikken is dit onmogelijk. Als het Volkomene gekend wordt gaan vorm, persoonlijkheid en de ikken verloren. Dit is de betekenis van de uitspraak van Paulus: 'Als het Volkomene komt, wanneer het gekend wordt, dan wordt het gedeelde - de belichaming, ik-heid, mijn-heid en persoonlijkheid - losgelaten en niet meer belangrijk geacht.' Blijft men aan het gedeelde hangen, dan blijft het Volkomene ongekend.

Buiten of zonder het Volkomene is er geen waarachtig bestaan. Wat er uit voortgekomen is, is een glans of schijnsel, dat niet het **zijn** bezit van het vuur waar de glans uit voortkomt. Dat noemen we in de Rāja Yoga: Māyā, ofwel begoocheling.

## Hoofdstuk 2.

***Wat zonde is en dat men zich het goede niet moet toe-eigenen, want dat behoort alleen tot het ware goede.***

De geschriften, de geloven en de waarheid zeggen: Zonde is niets anders dan dat een mens zich afkeert van het onveranderlijke goede en zich wendt tot het veranderlijke. Dat is het zich afkeren van het Volkomene en het zich wenden tot het gedeelde en onvolkomene.

Let wel: Wanneer een schepsel zich iets wat goed is toe-eigent, zoals het zijn, leven, kennis en kracht - kortweg alles wat men goed kan noemen of waarvan men meent dat het goed is - en dat opeist, dan zondert hij zich af. Dat deed Satan ook en dat werd zijn val omdat hij zich verbeeldde dat hij iets was of wilde zijn en dat dát van hem was. Dit aanmatigingen en zijn 'ik' en zijn 'mij' en zijn 'voor mij' en zijn 'mijn', dat was zijn afkering en zijn val.

Zo is het nog steeds.

## Hoofdstuk 3.

***Hoe de val van de mens en zijn afkeren kan worden hersteld, net als de val van Adam.***

De schrijver zegt: 'Deed Adam niet hetzelfde? Men zegt dat Adam terugviel omdat hij van de appel at. Maar was het niet om zijn aanmatiging en om zijn 'ik', 'mijn', 'voor mij' 'mij' en meer van dergelijke ik-gerichte zaken?! Al had hij zeven appels gegeten en zou hij niets hebben opgeëist, dan zou hij niet zijn teruggeval-

len. Maar het opeisen gebeurde en dat werd zijn val, ook al zou hij nooit in een appel hebben gebeten....'

Welnu! Wij zijn honderden keren dieper gevallen en hebben ons vaak verder afgekeerd dan Adam, en alle mensen konden de val van Adam niet herstellen of goed maken. Wie dan wel?

Ons afkeren, onze val moet op dezelfde wijze worden hersteld zoals bij Adam. Wie zorgde voor die verbetering? De mens kon dat niet zonder het Allerhoogste en het Allerhoogste wilde het niet zonder de mens. Daarom verscheen het Allerhoogste in menselijke gedaante om de mens te herinneren aan zijn komaf. Toen begon de beterschap

Zo moet ook ons terugvallen worden hersteld. We kunnen dat niet zonder het Allerhoogste en het Allerhoogste wil dat niet zonder ons. We moeten weer beseffen wie we werkelijk zijn, dat Goddelijke atoom, die Monade, die Purusha. Het Christus-bewustzijn moet weer in ons hart geboren worden. De Wil van het Allerhoogste staat weer centraal. Niet 'mijn wil' maar Uw Wil geschiedde....

Zelfzucht handhaaft het 'ik', 'mij' en 'mijn'. Dan blijft het afkeren bestaan.

#### **Hoofdstuk 4.**

#### ***Hoe de mens door het goede voor zich op te eisen valt en het Allerhoogste in Zijn eer aantast.***

Eer en glorie komen alleen toe aan het Allerhoogste. Dus wanneer de mens zich iets goeds toe-eigent, wat hij weet of doet of

vindt, dan trekt hij het goede naar zich toe, alsof het van hem is. Dan doet men tweemaal kwaad. Ten eerste is er een val door afkeren zoals hiervoor is beschreven want de ikken en persoonlijkheid staan centraal. Ten tweede wordt het Allerhoogste in Zijn eer aangetast, omdat Dát de bron is van alle goeds. Want alles wat men goed moet noemen behoort niemand toe dan alleen de eeuwige ware goedheid. Dat opeisen doet er onrecht aan en is in strijd met het Allerhoogste.

## **Hoofdstuk 5.**

***Over het lezen van de Geschriften. Hoe men moet begrijpen, dat men geen eigen wijsheid, kennis, wil, liefde en begeerte in stand moet houden.***

Er wordt gezegd, dat men geen eigen wijsheid (eigenwijsheid!), wil, liefde en kennis moet nastreven. Dat betekent niet dat de mens geen kennis kan hebben en dat er verlangen is naar het Allerhoogste, want dat zou een groot gebrek zijn en de mens zou niet meer zijn dan een dier. Maar de kennis in de mens moet zo zuiver en zo volkomen worden, zodat erkend zal worden dat deze kennis niet van de mens is, maar eeuwige kennis, het eeuwige woord. Het is niet de bedoeling dat een schepsel dat voor zichzelf opeist.

En hoe meer de mens niet opeist, des te volkomener wordt hij. Zo is het ook met de wil, de liefde en de begeerte en alles wat daar op lijkt. Want in de mate dat men zich deze minder toe-eigent, des te zuiverder en goddelijker worden zij; en in de mate dat men ze meer toe-eigent, des te grover, onzuiverder en onvolkomener ze worden.

Dus men moet zich losmaken van het toe-eigenen, want dan is dit de edelste en zuiverste kennis, die in de mens kan zijn, en ook de zuiverste liefde en het zuiverste verlangen; want dit alles behoort immers het Allerhoogste toe. En dan is het beter dan hetgeen van de mens komt.

Als ik mij iets goeds aanmatig, dan verbeeld ik mij dat het van mij is of dat ik dat ben. Als ik in Waarheid zou leven, zou direct duidelijk zijn dat ik dat niet ben en dat het niet van mij is. Dan is alle opeisen vanzelf verdwenen. Het is beter dat het Allerhoogste wordt gekend en geëerd en dat de mens niet doet alsof. Dan is elke eigendunk verdwenen en valt de mens samen met het Allerhoogste.

## Hoofdstuk 6.

### ***Hoe men het beste en het edelste het meest lief moet hebben en het alleen daarom het beste is.***

Een meester, Boëthius genaamd, zegt: 'Het is gebrekkigheid, waarom wij het beste niet lief hebben'. Dat is de waarheid: het beste moet het liefste zijn en in deze liefde moet men niet letten op nut of onnut, gewin of verlies, eer of oneer, enz. Maar wat in waarheid het edelste of beste is, dat moet het liefste zijn met als enige reden dat het 't beste en het edelste is. Hiernaar moeten wij ons leven meer en meer richten, zowel uiterlijk als innerlijk.

Uiterlijk: want onder de mensen is de één beter dan de ander, doordat het eeuwige goede in de één meer of minder zichtbaar wordt en werkt, dan in de ander. Degene in wie het eeuwige goede het meest glanst, straalt, werkt en oprecht gekend wordt, is



ook de beste onder de schepselen; en degene in wie het 't minst aanwezig is, is ook de minst goede. De mens die dit onderscheid kent zal in dit verband het meest houden van de beste schepselen. Hij zal het meest op hebben met die mensen die het Allerhoogste beminnen, omdat hij weet dat zij in tune zijn met de goddelijke energie en net als het Allerhoogste de deugden goedheid en waarheid, vrede, liefde, gerechtigheid enz. bezitten. Hiernaar moet de uiterlijke mens zich richten en wat hiermee in strijd is moet men vermijden.

Innerlijk: als de innerlijke mens met een sprong in het Volkomene zou belanden, dan zou men ervaren dat het Volkomene zonder maat en zonder einde en getal edeler en beter is, en uitstijgt boven al het onvolkomene en gedeelde, en het eeuwige boven het vergankelijke, en de bron en oorsprong boven alles wat daaruit kan voortkomen. Zo zouden het onvolkomene en de delen hun aantrekking verliezen en verdwijnen. Bedenk wel: dan moet het edelste en het beste ons het liefste zijn. Dan zal dit zo geschieden!

## **Hoofdstuk 7.**

***Over twee geestelijke ogen waarmee de mens ziet in de eeuwigheid en de tijd, en hoe het ene door het andere wordt gehinderd.***

In de aanvang, toen de Ziel werd geschapen, keerde zij het rechteroog naar de eeuwigheid en het Allerhoogste en stond zij onbeweeglijk in de aanschouwing en genieting van het goddelijke en het Volkomene, maar bleef onbewogen en werd niet gehinderd door alle toeval, werk en beweging, leed, marteling en pijn, die de

uitwendige mens onderging. Met het linkeroog keek zij naar de schepselen en zag dat er goede en slechte, edele en onedele mensen waren. De aandacht van de Ziel werd gericht naar de veelheid.

Zo stond de innerlijke mens met het rechter oog van de Ziel in volkomen genieting van de goddelijke natuur, in volkomen vreugde en verrukking. Maar de uiterlijke mens en het linkeroog der Ziel zag de pijn en het lijden, de ellende en arbeid. En dit gebeurde zo, dat het innerlijke en rechteroog onbewogen en ongehinderd en onberoerd bleef van alle werk, lijden en marteling die in de uiterlijke mens plaats vonden.

We hebben dus de mogelijkheid om met het rechter oog in de eeuwigheid te zien en met het andere oog in de tijd en de mensen te zien leven in hun lichamen met alle ervaring van dien. Maar deze twee ogen van de Ziel van de mens kunnen niet tegelijkertijd hun werk doen. Want als de Ziel met het rechter oog in de eeuwigheid kijkt dan moet het linker oog al haar werk opgeven en doen of het dood is. En als het linker oog haar werk doet, gericht op het uitwendige, bevindt zij zich in de tijd en het handelen van de mens en gaat het rechter oog naar de achtergrond.

## **Hoofdstuk 8.**

### ***Hoe de Ziel van de mens, terwijl zij in het lichaam is, een voorproefje van eeuwige zaligheid kan ontvangen.***

Men vraagt zich af of het mogelijk is dat de Ziel, terwijl zij in het lichaam is, een blik in de eeuwigheid kan werpen en een

voorproefje kan ontvangen van eeuwig leven en eeuwige zaligheid. En dat kan! In deze zin: zolang de Ziel in de tijd gericht is op het lichaam en datgene wat tot het lichaam behoort en bezig is met alle andere schepselen om haar heen, en daarin opgaat en zich voortplant, dan is dit niet het geval. Want als de Ziel het hogere wil ervaren moet zij haar aandacht niet richten op deze zijde, maar los komen van alle hechtingen waartoe ook de ikken en persoonlijkheid behoren. Men meent dat dit in de tijd niet mogelijk is.

Maar de heilige Dionysius weet dat het mogelijk is. Dat kan men opmaken uit zijn woorden, die hij schrijft aan Timotheüs: om de verborgenheid van het Allerhoogste te aanschouwen, moet men zich afwenden van de zintuigen en alle zinnelijkheid laten varen. Het is het loslaten van de hele uiterlijke wereld met alles waar deze voor staat: gedachten, rede, emoties enz. Elke ruis in een van de drie lichamen – mentaal, emotioneel of fysiek lichaam – moet verdwijnen. Deze gemanifesteerde zijde moet even geheel losgelaten worden. Dan kan de vereniging plaatsvinden met het Allerhoogste. Wij noemen dat in de Rāja Yoga: Samādhi. Dat betekent: samenvallen met je eigen goddelijke Monade zonder maar iets achter te houden. (Zie pagina 78, 79) Totale overgave! Het is samenvallen met datgene wat boven alle weten en kennis is. Een Meester zegt over de uitspraak van Dionysius, dat het mogelijk is en dat een mens dit dikwijls kan bereiken, zo vaak als hij wil. Dan is er voor de mens niets dat edeler is en waardiger in de ogen van het Allerhoogste.