

# LILA

HET KOSMISCHE SPEL VAN  
LEEGTE & WERKELIJKHEID



**Guy Eugène DUBOIS**

*Voorwoord door Paul Van hooydonck*



# LĪLĀ

HET KOSMISCHE SPEL VAN  
LEEGTE EN WERKELIJKHEID

Guy Eugène DUBOIS is eveneens de auteur van:

VIPASSANA BHAVANA

—Inzichtmeditatie—

ATTHAKAVAGGA

—De Vrede van de Boeddha—

SATTA-VISUDDHI

—De Zeven Zuiveringen—

DHAMMA

—Overdenkingen bij een Ultieme Werkelijkheid—

DHAMMAPADA

—Het Pad van Waarheid—

KHAGGAVISANA Sutta

PARAYANAVAGGA

—De Weg naar de Andere Oever—

WOORDEN VAN WIJSHEID

—De Dhammapada Zonder Exegese—

ITIVUTTAKA

—Zo is het Gezegd—

KHUDDAKAPATHA

—Korte Passages—

YATRA NAAR MAJJHIMADESA

—Een Pelgrimsreis naar het Middenland—

UDANA

—Geïnspireerde Uitspraken van de Boeddha—

SATIPATTHANA

—Het Pad naar Zelfrealisatie—

EKAYANO MAGGO

—De Directe Weg—

*SOTAPATTIMAGGA*  
—Het Pad van de Stroombetreder—

*ANICCA*  
—Sleutel tot Bevrijding—

*JIJ BENT DE STROOM*

*DHAMMA-ZAADJES*  
— Deel I & II & III & IV & V & VI—

*ASTAVAKRA GITA*  
—Het Lied van de Verguisde—

*BEVRIJDING & ZELFREALISATIE*  
—De Woorden van de Astavakra Gita—

*YATHA-BHUTA*  
—The True Nature of Reality—

*HSIN HSIN MING*  
—Het Sacrale Niets—

*KANCHUKA'S*  
—Versluierungen—

*Al deze boeken kunnen gratis gedownload worden  
op de website <https://yatha-bhuta.com>*



# LĪLĀ

HET KOSMISCHE SPEL VAN  
LEEGTE & WERKELIJKHEID

**Guy Eugène DUBOIS**

*Voorwoord door Paul Van hooydonck*

Dhamma  
books

• *Spirituele wijsheid is een geschenk dat met inzicht en mededogen gedeeld moet worden en niet uitgebuit voor vulgair persoonlijk gewin. Wanneer wijsheid gecommmercialiseerd—'vermarkt'—wordt, verliest ze haar zuiverheid en verwordt ze tot koopwaar, waardoor diepgaande inzichten een taxatie krijgen, wat hun transformerende kracht ondermijnt.* •

(Guy E. Dubois)

Om deze reden mag dit boek vrij gereproduceerd, gebruikt en verspreid worden—via elk medium of bestandsformaat—mits inachtneming van de clausules van de copyright licentie (CC BY-NC-SA 4.0) van Creative Commons Belgium



D/2024/Guy Eugène Dubois, uitgever  
Zomerlaan 8/101 - 2580 Beerzel, België  
gdubois.dhammabooks@gmail.com  
<https://yatha-bhuta.com>

Vormgeving, Prepress & Design: GD  
Cover: Śiva Nataraja, Dancing in Universe  
Tekstcorrectie: Jan Dewitte  
Gezet in Helvetica Neue  
Papier: HVO wit FSC  
Druk: Brave New Books, Rotterdam, NL  
ISBN: 9789465122199 | NUR-Code: 718



• *Dit is het ware geheim van het leven—volledig opgaan in wat je op dit moment doet. In plaats van het als werk te zien, beschouw het als spel.* •

Alan Watts



## INHOUD

INHOUD	11
VOORWOORD	13
INLEIDING	17
LĪLĀ STAAT VOOR DIRECT ERVAREN	21
LĪLĀ: EEN KOSMISCH SPEL	27
HET 'GODDELIJKE' IN HET CONCEPT LĪLĀ	43
LĪLĀ & TANTRA	55
HOOFDSTUK I - LĪLĀ IN HET HINDOEÏSME	59
HOOFDSTUK II - LĪLĀ IN HET BOEDDHISME	67
HOOFDSTUK III - LĪLĀ IN FILOSOFIE EN SPIRITUALITEIT	79
HOOFDSTUK IV - LĪLĀ IN DE HEDENDAAGSE WERELD	141
HOOFDSTUK V - BEOEFENING VAN LĪLĀ IN HET HEDEN	153
NAWOORD	175
BIBLIOGRAFIE	179
VOETNOTEN	181



## VOORWOORD

*In de etherische ruimte van de Shiva Sutra's ontvouwt Līlā zich als een kosmisch spel, een heilige dans van het Absolute die de schepping, transformatie en vernietiging van het universum op een diepgaande manier tot leven brengt.*

*Deze oude, mystieke teksten onthullen een fundamentele waarheid: dat ons bestaan deel uitmaakt van een eendeloze cyclus van verandering en beweging, waarin het Absolute zichzelf uitdrukt door middel van voortdurende evolutie en transformatie.*

*Wanneer we onszelf toestaan om even stil te zijn en onze aandacht naar binnen te richten, komen we tot de ontdekking dat de wereld in ons en om ons heen voortdurend in beweging is. Geluiden verschijnen en verdwijnen, gedachten duiken op en verdwijnen weer, en emoties stijgen op om weer te vervagen.*

*Dit constante proces van komen en gaan weerspiegelt de diepere aard van het bestaan: alles wat opkomt, zal uiteindelijk verdwijnen. Deze vergankelijkheid, deze tijdelijkheid, is een universeel principe dat ons herinnert aan de onophoudelijke stroom van verandering die het leven doordringt.*

*We worden geboren op deze wereld.*

*Ons leven ontvouwt zich hier.*

*We groeien op, gaan naar school, krijgen kinderen, worden oud en sterven.*

*We kennen momenten van voor- en tegenspoed.*

*Van geluk en ongeluk.*

*Van rijkdom en armoede.*

*Van ziekte en gezondheid.*

*Van eenzaamheid en verbinding.*

*Van diepe zingeving en wanhoop.*

*Van oorlog en vrede.  
Dat is het spel der dingen in deze wereld.  
Het spel van vormen die komen en gaan.  
De beweging aan de oppervlakte  
van de weidse oceaan van het bestaan.  
Al deze vormen zijn tijdelijk.  
Vergankelijk, kortstondig, vluchtig.  
Ze zijn een kort leven beschoren.  
Omwille van de eenvoudige reden  
dat ze bestaan binnen de dimensie 'tijd'.  
In het Oosten spreekt men over de relatieve  
werkelijkheid/samsāra/de zintuiglijke wereld.*

*In het licht van de eeuwigheid hebben  
deze tijdelijke fenomenen slechts een relatief belang.  
Ze rijzen op uit het veld van de ongemanifesteerde  
potentialiteit om er terug in te verdwijnen.  
In het Oosten heet dat de Absolute Werkelijkheid.*

*Datgene wat er altijd is.  
Datgene wat niet verandert.  
Maar wat niet zintuiglijk waarneembaar is.  
In het Westen zouden velen het woord 'God' gebruiken.*

*Waarachtige spirituele beoefening richt zich  
op de ervaring van deze transcendente werkelijkheid.  
Niets in de wereld van voorbijgaande vormen  
brengt ons blijvende voldoening.  
Een baan, een huis, geld, een relatie, een gezin, succes,  
prestige, reputatie, macht zijn tijdelijk.  
Vluchtige verschijnselen in het universele spel  
der dingen.*

*Alleen datgene in ons dat niet komt en gaat,  
dat niet verschijnt en verdwijnt,  
dat niet ontstaat en vergaat  
biedt ons waar we zo naar verlangen.*

*Het is wat we zijn.  
Het is ons ware gelaat.  
Het is onze essentie.  
We zijn eeuwig.  
Tijdloos en grenzeloos.  
Als we ons dit realiseren verliest het tijdelijke,  
het spel der vluchtige vormen aan belang.  
We zien dat dit eindeloze komen en gaan  
zich afspeelt aan de oppervlakte van het bestaan.*

*Līlā is een prachtig theaterstuk.  
Het is een spel.  
Niet zo ernstig.  
Wij zijn de stille en eeuwige toeschouwer  
van het spel der vormen.  
Dat weten is het diepste geluk.*

*Paul Van hooydonck  
Barcelona, september 2024*





## INLEIDING

De *Śiva Sūtra's* <sup>1</sup> onthullen *Līlā* als een heilige dans van het Absolute <sup>2</sup>—een kosmisch spel waarin het universum geschapen, getransformeerd en vernietigd wordt.

Deze speelse energie is echter niet beperkt tot shaivistische teksten, maar stroomt door vele religieuze en filosofische tradities als een onzichtbare draad die de menselijke ervaring verbindt met de Oerbron: Puur Bewustzijn.

In de *Bhagavad Gītā* <sup>3</sup> treedt *Krishna* op als de goddelijke leraar, wiens aardse daden doordeesemd zijn van wijsheid en kosmische vreugde. Hoewel *Līlā* niet expliciet genoemd wordt, belichamen zijn handelingen de speelse kracht die het universum vormt. De *Gītā* <sup>4</sup> nodigt ons uit het leven te zien als een theater waarin het Absolute zich in een eeuwige cyclus van creatie en transformatie ontvouwt.

Ook in de *Vishnu Purana* en *Bhagavata Purana* <sup>5</sup> wordt het thema van *Līlā* belicht. Hier worden de daden van *Vishnu* en *Krishna* gezien als manifestaties van de kosmische speelsheid waarmee ze de wereld beschermen en hervormen. *Krishna's* jeugd, zoals beschreven in de *Bhagavata Purana*, <sup>6</sup> weerspiegelt dit spel—ogenschijnlijk onschuldige daden die een diepe kosmische betekenis in zich dragen. De schepping door *Vishnu* is een cyclisch, speels proces, een expressie van goddelijke creativiteit die vreugde en vrijheid uitstraalt.

*Līlā* is niet louter een goddelijke kracht; het is de kern van de dynamiek van verandering en wedergeboorte die de kosmische dans ritme geeft.

In het *tantrisme* wordt *Līlā* gezien als de spontane uitdrukking van *Śakti*—de creatieve energie die door het universum stroomt. <sup>7</sup>

Tantrische teksten beschrijven het universum als een goddelijke dans waarin elke manifestatie, groot of klein, deel uitmaakt van een onophoudelijk proces van creatie, transformatie en hernieuwing. Deze visie nodigt ons uit om de wereld te beschouwen als een levende, dynamische ruimte, waarin niets statisch is en alles voortdurend muteert en transformeert.

Ook buiten de religieuze context ontdekken moderne denkers het concept van *Līlā*. Zij beschouwen het leven als een spel van mogelijkheden, waar starre structuren verdwijnen en vrijheid bloeit.

Zoals Krishnamurti zei:

*• Vrij zijn is een geestestoestand—niet vrij zijn van iets, maar het gevoel van vrij te zijn, de vrijheid om alles in twijfel te trekken en daarom zo intens, actief en krachtig, dat het elke vorm van afhankelijkheid, slavernij, navolging en aanvaarding overboord gooit. •*

Een vrije denker speelt niet enkel het goddelijke spel—hij is *Līlā*. In deze kosmische dans is hij zowel de danser als de muziek die hem leidt, zowel de stroom die hem beweegt als het bewustzijn dat alles doordringt, de stille getuige van dit alles.

*Līlā* overstijgt tijd en ruimte. Het nodigt ons uit om het leven te omarmen in zijn spontaniteit, zonder enige behoefte aan controle of zekerheid. Zonder nood aan enig resultaat. Het leven als een kosmische werveling die ons meesleept als dansende derwisjen, ronddraaiend in een extatische cirkel van verrassing en verandering.

*Līlā* leert ons de golven van het bestaan te berijden, elke nieuwe ervaring te begroeten met een open hart en een speelse geest. In deze speelse overgave ontvouwt zich wat we werkelijk zijn: een openbaring van Puur Bewust-

zijn, vrij en onbevangen, in complete harmonie met de stroom van het leven.

Het goddelijke spel onthult dat vreugde en creativiteit de kern van het bestaan vormen. Vreugde is, als één van de zeven verlichtingsfactoren (*sambojjhaṅga*),<sup>8</sup> niet alleen een vrucht van ontwaken, maar ook een essentiële voorwaarde ertoe, terwijl creativiteit de onbepaalde expressie van dit ontwaken mogelijk maakt en ons uitnodigt om steeds opnieuw de stroom van het leven te vernieuwen.

Als een van de zeven verlichtingsfactoren is vreugde niet alleen een vrucht van ontwaken, maar ook een vereiste ertoe. *Līlā* herinnert ons eraan dat het leven geen taak is om te voltooien, maar een uitnodiging om te spelen, te ontdekken, en ons steeds te laten verrassen door de spontane wendingen van het leven. Niet door te *streven*, maar door te *zijn*.

Ook het schrijven van dit boek was een creatieve reis vol verrassingen en inzichten, een proces waarin iedere stap nieuw licht wierp op het grotere geheel. Het vormde een ode aan het leven, een viering van de spontane schoonheid van ervaringen die ons voortdurend uitnodigt om met verwondering en een open hart te dansen op het ritme van het bestaan.

Bij het afsluiten van dit boek wil ik mijn oprechte dank uitspreken aan mijn spirituele vriend Jan Dewitte. Zijn zorgvuldige tekstredactie heeft dit boek niet alleen naar een hoger niveau getild, maar ook de hele reis verdiept. Ik ben hem enorm dankbaar voor zijn inzichten, aanwijzingen en toewijding, die als een verfrissende bries door deze pagina's gegaan zijn. Zonder zijn bijdrage zou deze ervaring nooit hetzelfde geweest zijn.

Guy  
Cavalaire-sur-Mer, oktober 2024

—Inleiding—

## LĪLĀ STAAT VOOR DIRECT ERVAREN

Het concept *direct ervaren* verwijst naar een vorm van onmiddellijke, ongefilterde waarneming of beleving van de werkelijkheid, zonder tussenkomst van mentale constructies, interpretaties of vooroordelen. Het gaat om een ervaring waarin de waarnemer volledig aanwezig is in het moment, zonder dat het denken de ervaring kleurt of vervormt.

In spirituele en filosofische contexten wordt dit geassocieerd met een bewustzijnsstaat waarin men voorbijgaat aan de gebruikelijke concepten en oordelen, en de werkelijkheid waarneemt zoals ze is, in haar puurste vorm. Het is een vorm van directe kennis of inzicht die niet afhankelijk is van rationele analyse, maar eerder van een diep, intuïtief begrip.

Enkele voorbeelden verduidelijken dit.

Neem een wandeling in de natuur. In plaats van de boemen een naam te geven of te denken aan wat je later op de dag moet doen, voel je simpelweg de wind op je huid, hoor je het geritsel van de bladeren en ruik je de frisse boslucht. Je neemt de omgeving in je op zonder de behoefte om die te beschrijven of te analyseren. Dit is een directe ervaring van de natuur.

In meditatie speelt *direct ervaren* een centrale rol. Wanneer je je aandacht op de ademhaling richt, observeer je hoe de lucht je lichaam in- en uitstroomt, zonder te oordelen of te denken. Het is een zuiver *gewaarzijn* van de ademhaling, waarbij gedachten niet de overhand nemen. Beter: het is de lege ruimte tussen twee gedachten. Zo ervaar je het NU-moment zonder mentale afleiding.

Op emotioneel vlak kan *direct ervaren* zich voordoen wanneer je intens vreugde, verdriet of liefde voelt. Bijvoorbeeld, wanneer je naar een geliefde kijkt en je hart

zich vult met warmte, zonder dat je probeert het gevoel in woorden te vatten of te analyseren. Het moment wordt puur *beleefd*, vrij van mentale concepten.

In creatieve processen wordt *direct ervaren* vaak omschreven als het moment waarin je in een *flow* raakt. Een schilder kan zo volledig opgaan in het schilderen dat de handelingen vanzelf lijken te gaan, zonder bewuste gedachten over technieken of het eindresultaat. In zo'n moment ervaart de kunstenaar de creatieve stroom direct en moeiteloos.

Ook spirituele ervaringen kunnen beschouwd worden als een vorm van *direct ervaren*. In tradities zoals de *advaita vedānta* of *zen* wordt dit beschreven als een plotseling inzicht of éénwording met het geheel. Deze ervaring overstijgt woorden en concepten. Er is simpelweg een directe herkenning van de essentie van het bestaan, zonder de gebruikelijke mentale bemiddeling.

In al deze voorbeelden draait het om het vermogen om het leven *direct te ervaren*, zonder de lens van gedachten, analyses of vooroordelen. Het is een staat van zuivere aanwezigheid en gewaarzijn, waarin de werkelijkheid zich toont zoals ze is. Dit wordt in de boeddhistische traditie vaak aangeduid met de term *yathā-bhūta* (zoals het werkelijk is).

In de zoektocht naar een diepere verbinding met *Līlā* is het essentieel om het concept van '*direct ervaren*' te omarmen. Dit *direct ervaren* stelt je in staat de speelse en dynamische aard van het leven te begrijpen. Het helpt je voorbij louter theoretische kennis te kijken. Het maakt het mogelijk om onderscheid (*viveka*)<sup>9</sup> te maken tussen de authentieke ervaring van de werkelijkheid en de abstracte ideeën die daarover circuleren. Dit onderscheid is cruciaal, want wie werkelijk *Līlā* beleeft, ervaart de essentie van het bestaan op een manier die woorden niet kunnen vangen.

*Direct ervaren* verwijst naar een diepgaand proces waarbij de beoefenaar een persoonlijke en authentieke verbinding maakt met het Absolute, onafhankelijk van theoretische concepten of geleende kennis. Het gaat om een innerlijke ontdekking of mystieke openbaring die voor iedereen die het ervaart identiek is, ongeacht tijd, cultuur, stroming, traditie of filosofie.

De innerlijke ontdekking of mystieke openbaring die in veel spirituele tradities wordt beschreven, is een ervaring die voorbij gaat aan culturele of filosofische verschillen.

Het is een bewustzijnsstaat waarin de beoefenaar, volgeling, gelovige of *yogi* het directe en onveranderlijke aspect van de werkelijkheid ervaart, los van de subjectieve interpretaties en theoretische constructies die in verschillende tradities worden gebruikt om het te beschrijven.

Neem bijvoorbeeld de ervaring van verlichting in het boeddhisme, de mystieke eenheid met God in de christelijke mystiek of het bewustzijn van het non-duale Zelf in de *advaita vedānta*. Hoewel de taal en symbolen waarmee deze ervaringen beschreven worden variëren, wijzen ze allemaal naar een gemeenschappelijk punt: een onmiddellijke herkenning van de onderliggende eenheid of waarheid van het bestaan.

Een boeddhistische monnik in de Himalaya, een soefi-mysticus in het Midden-Oosten en een *yogi* in India zouden allemaal hun spirituele reis omschrijven met woorden en symbolen die passen binnen hun respectieve tradities. De boeddhistische monnik kan spreken over de ervaring van *nirvāṇa*, het einde van lijden en gehechtheid; de soefi-mysticus kan deze ervaring beschrijven als een intieme ontmoeting met de goddelijke eenheid, *tawḥīd*; <sup>10</sup> en de *yogi* kan spreken over het bereiken van *mokṣa*, bevrijding uit de cyclus van wedergeboorte en de herkenning van de eenheid met het Absolute. Hoewel

de begrippen verschillen, is de essentie identiek: een overstijgen van het persoonlijke zelf en een directe ervaring van de werkelijkheid zoals ze is, zonder de sluiers van illusie of conceptualisatie.

Wat al deze ervaringen gemeen hebben, is dat ze buiten tijd, plaats en culturele context staan. Ze worden omschreven als tijdloos, onbevattelijk en onuitsprekelijk, en worden gedeeld door mensen die, hoewel ze verschillende paden bewandelen, uiteindelijk dezelfde bestemming bereiken.

Het gaat om de onmiddellijke bewustwording van een waarheid die niet beïnvloed wordt door dogma's of leerstellingen, maar die universeel toegankelijk is voor iedereen die de weg naar deze diepere lagen van bewustzijn bewandelt.

Zo kan iemand die in de moderne tijd mediteert in een drukke stad tot dezelfde kernervaring komen als een ascet die duizenden jaren geleden in een grot zat. De oppervlakkige omstandigheden mogen verschillen, maar de innerlijke ervaring blijft dezelfde: een besef van de diepste werkelijkheid die altijd aanwezig is, voorbij tijd en cultuur. Het is deze universele dimensie van *directe ervaring* die ervoor zorgt dat mystieke openbaring, ongeacht de context waarin ze zich voordoet, identiek blijft voor degenen die het ervaren.

Degene die dit beleeft, ziet onmiddellijk het verschil tussen mensen die deze *directe ervaring* gehad hebben en degenen die alleen met ideeën of meningen van anderen werken. De uitdrukking die hier geldt is: 'Wie ziet, ziet wie ziet, en ziet wie niet ziet. Wie niet ziet, ziet niet wie ziet, en ziet niet wie niet ziet.' Dit is het verschil tussen een leraar en een Meester.

Voor degenen die de diepte van *directe ervaring* niet bereikt hebben, blijft de wérkelijke werkelijkheid—zoals ze



is—vaak onduidelijk en verwarrend. Hun onwetendheid maakt het moeilijk om helder inzicht te verkrijgen, laat staan door te geven. Ze raken verstrikt in woorden en concepten, omdat ze niet beseffen wat echt is en wat niet.

Dit fenomeen doet zich in alle spirituele gemeenschappen voor. Er zijn leraren die spreken over het betreden van de stroom, maar zelf nog nooit de ervaring gehad hebben om zelfs maar met één teen het water aan te raken. Ze wijzen naar de Andere Oever, terwijl ze slechts heen en weer rennen langs deze oeverkant. Hun woorden zijn gevuld met metaforen en verwijzingen naar het pad, maar ze hebben het Pad zelf nooit daadwerkelijk bewandeld. De inhoud van hun boodschap raakt niet de kern; hun discours blijft hangen in theoretische concepten en dogma's. Het is geleende kennis; geen wijsheid.

Zij maken veel lawaai, roepen grote woorden en presenteren indrukwekkende theorieën, maar de reikwijdte van hun geluid is klein. Hun echo verstomt voordat het ooit de diepte van het bewustzijn bereikt. Ze zijn gefocust op de uiterlijke aspecten van het onderricht—hoe je moet zitten of de juiste manier om een ruimte binnen te gaan—terwijl de diepere inhoud—datgene waar het écht om gaat—hen ontglipt. Ze blijven geketend in het vormelijke.

Een Meester heeft theoretische kennis omgezet in doorleefde wijsheid, voortkomend uit *directe, experiëntiële ervaring*. Voor hem of haar is de waarheid geen verzameling woorden om te reciteren of te herhalen, maar een ervaring om te doorleven. Hij of zij heeft geen behoefte aan tempels, omdat hij of zij wéét dat de essentie in zichzelf ligt. Structuren zijn niet noodzakelijk, want hij of zij begrijpt dat de leegte alles omvat. Elke hechting aan externe entiteiten is hen vreemd.

Waar anderen hun woorden laten galmen zonder diepgang, overheerst de stilte van de Meester. Zijn inzicht gaat voorbij aan het lawaai en de oppervlakkige vormen van een gedecoreerde leer, en onthult dat het pad naar ware bevrijding in het loslaten van beperkende structuren gelegen is. Hij omarmt de werkelijkheid in al haar facetten en verwelkomt de schijnbare chaos.

Voor de Meester is het leven een dynamische dans, waarin de waarheid zich ontvouwt in het hier-en-nu, vrij van de beperkingen van woorden, concepten en structuren. Hij nodigt uit om mee te bewegen in deze dans van exploratie, waarbij de enige richting die we hoeven te volgen, die van ons eigen innerlijk ervaren is. De Meester fungeert als een lichtbaken, die ons uitnodigt om de weg van innerlijke waarheid te bewandelen—een weg die ons in contact brengt met de essentie van ons bestaan en ons bevrijdt uit lijden.

*Direct ervaren* staat voor authenticiteit. Wie *direct* *ervaart*, vertrouwt niet op ‘van horen zeggen’, maar baseert zich op zijn eigen ondervinding. Hij belijdt niet wat hij van buiten geleerd of bedacht heeft, maar wat hij zélf tegengekomen is. Omdat hij het proces zélf beleefd heeft, bezit hij de ware authenticiteit—een oorspronkelijkheid die inhoudt dat zijn kennis en inzichten voortkomen uit directe, persoonlijke ervaring en niet louter uit intellectuele overpeinzingen of dogmatische herhalingen.

Deze oprechte ervaring stelt hem in staat de kern van de waarheid uit te dragen, waardoor zijn boodschap krachtig resoneert en een blijvende indruk achterlaat, een stempel drukt.



## LĪLĀ: EEN KOSMISCH SPEL

Welkom in de wereld van *Līlā*, een concept dat zowel tijdloos als mysterieus is, diep geworteld in de spirituele en filosofische tradities van het Oosten.

*Līlā*, wat letterlijk 'goddelijk spel' betekent, biedt een fascinerende en verhelderende kijk op de aard van de werkelijkheid en onze plaats daarin. Het concept belicht hoe het goddelijke op een speelse en spontane manier het universum creëert en bestuurt.

*Līlā* beschrijft de schepping, instandhouding, en vernietiging van het universum als een spontane, speelse uitdrukking van het Absoluut Bewustzijn, dat ook bekend staat als *Parāśiva* of *Parāmaśiva*.<sup>11</sup>

Het benadrukt de vreugdevolle en creatieve aard van het goddelijke in zijn interactie met de wereld, waarbij de schepping beschouwd wordt als een plezierige en niet-noodzakelijke activiteit, voortspruitend uit de intrinsieke vreugde (*ānanda*)<sup>12</sup> van het Absolute.

Anders gezegd, *Līlā* symboliseert dat het universum niet louter een mechanisch proces is, maar een uitdrukking van goddelijke vrijheid en vreugde. Het onderstreept de speelse aard van het Onnoembare, waarbij het universum ontstaat en zich ontvouwt door de spontane wil van het Absolute.

Het Absolute is geen vreemd, extern fenomeen. Het maakt integraal deel uit van ons bewustzijn en staat niet los van ons. Het is een aberrante misvatting om te denken dat het Absolute slechts een product van onze gedachten is. Als dat het geval zou zijn, zou het Absolute verdwijnen zodra de gedachte eraan vervliegt. Deze realiteit onthult dat het Absolute een onwrikbaar fundament is, een diepere waarheid die de grenzen van ons denken

overstijgt en ons uitnodigt om onszelf en onze geconditioneerde percepties te herzien.

In werkelijkheid is het Absolute een fundamenteel aspect van ons wezen, verweven met onze eigen ervaring en niet gescheiden van onszelf. Het Absolute is niet slechts een abstract concept, maar een constante en diepgaande aanwezigheid in ons leven, als de lucht die we inademen. Net zoals we ons vaak niet bewust zijn van onze adem, zo is het Absolute altijd aanwezig, ondersteunend en essentieel, terwijl het ons constant uitnodigt om dieper in onszelf en in de werkelijkheid te duiken.

*Līlā*, het goddelijke spel, kan beschouwd worden als een metafoor voor de stroom van het leven zelf—een onophoudelijke beweging waarin alles voortdurend ontstaat en weer verdwijnt. Net zoals een stroom nooit stilstaat, maar altijd in beweging is, zo ook is het leven een eindeloze dans van verandering en vernieuwing.

Het concept van *Līlā* benadrukt de speelse en vrije aard van dit proces. In plaats van het leven te zien als een reeks vaste en onveranderlijke gebeurtenissen, nodigt *Līlā* ons uit om het leven te ervaren als een spontane uitdrukking van creativiteit en vreugde. Net zoals een danser zich laat meevoeren door de muziek, zo worden wij uitgenodigd om mee te bewegen met de stroom van het leven, zonder ons te verzetten tegen de onvermijdelijke veranderingen.

De stroom van het leven—het eeuwige proces van ontstaan en vergaan—maakt duidelijk dat niets in het bestaan blijvend is. Alles wat opkomt, zal weer verdwijnen, net zoals golven in een oceaan komen en gaan.

*Līlā* herinnert ons eraan dat deze vergankelijkheid niet iets is om te vrezen, maar juist om te omarmen. Het is in deze constante beweging, in het ritme van ontstaan en

vergaan, dat het goddelijke spel zich elk moment ontvouwt. Dit proces van ontstaan en vergaan is een speelse expressie van de oneindig creatieve energie van het goddelijke.

Meister Eckart spreekt van het 'doorbreken' en het 'uitstromen', waarbij 'uitstromen' het ontstaan en de manifestatie van het Absolute vertegenwoordigt. 'Doorbreken' staat voor het vergaan—het terugkeren naar het Absolute, naar de oerbron. Dit houdt het loslaten van de egoïstische identificatie in, waardoor het wezen opnieuw één wordt met de Ultieme Werkelijkheid.

Merkwaardig is dat de Boeddha ons een ander perspectief biedt op deze stroom van verschijnselen. In zijn onderricht wordt de wereld van ontstaan en vergaan niet beschouwd als een inherente of Ultieme Werkelijkheid, maar als een fenomeen dat afhankelijk is van oorzaken en voorwaarden (*paṭicca-samuppāda*; *pratītyasamutpāda*). Voor de Boeddha is het proces van ontstaan en vergaan een illusoir fenomeen, voortkomend uit onwetendheid (*avijjā*; *avidyā*) en gehechtheid (*upādāna*; *id.*). Dit maakt duidelijk dat wat wij als 'werkelijkheid' ervaren, slechts een schaduw is van wat werkelijkheid écht is—een tijdelijke samenkomst van omstandigheden die kan begrepen worden in het licht van ontwaken.

De Ultieme Werkelijkheid is voor de Boeddha een complex, gelaagd concept dat met verschillende elementen geassocieerd wordt: Leegte (*suññatā*; *śūnyatā*); Niet-zelf (*anattā*; *anātman*); Onbevredigendheid (*dukkha*; *duḥkha*); Uitdooving (*nibbāna*; *nirvāṇa*) en Afhankelijk Ontstaan (*paṭicca-samuppāda*; *pratītyasamutpāda*).

Dit gegeven is te belangrijk om er niet op in te gaan.

- Leegte verwijst naar de afwezigheid van inherente zelfstandigheid of essentie in alle verschijnselen. Dit betekent dat alles wat bestaat geen vaste, onveranderlijke

kern bezit en afhankelijk is van andere dingen. Leegte impliceert dat wat we als werkelijkheid ervaren—objecten, mensen en concepten—niet bestaat zonder de oorzaken (*hetu's*) en voorwaarden (*paccaya's*) die ze mogelijk maken.

- Niet-zelf stelt dat er geen permanent en onveranderlijk zelf of identiteit is. Samengevat: ♣ *Dit ben ik niet. Dit is niet van mij. Dit is niet mijn zelf.* ♣<sup>13</sup> Dit gaat in tegen de gebruikelijke opvatting van een vast ego en benadrukt dat onze ervaringen en identificaties steeds veranderen. Met als resultaat dat we, door het 'zelf' los te laten, bevrijding kunnen vinden van lijden en gehechtheid.

- Onbevredigendheid is een ander element van de boeddhistische Ultieme Werkelijkheid: het is het inzicht dat lijden (*dukkha*) inherent is aan het bestaan in de cyclus van geboorte en dood (*saṃsāra*). Door inzicht te realiseren in de oorzaak van het lijden, kunnen we de cyclus van *saṃsāra* overstijgen en bevrijding (*nibbāna*; *nirvāṇa*) bereiken.

- Uitdoving (*nibbāna*; *nirvāṇa*) is de staat van bevrijding en verlichting, waarin men de cyclus van lijden en wedergeboorte overstijgt. Het wordt beschreven als een toestand van vrede, vrijheid van verlangen, en afwezigheid van onwetendheid. *Nirvāṇa* is niet een plaats of toestand, maar een diepgaand inzicht in de ware aard van de werkelijkheid en bevrijding van lijden en gehechtheid.

- Tenslotte omvat de Ultieme Werkelijkheid in het boeddhisme de realisatie van de verbondenheid van alle dingen. Alles is afhankelijk van elkaar en maakt deel uit van een groter geheel, wat leidt tot diep mededogen en begrip voor anderen.

Het lijkt me evident dat er een intrigerende spanning bestaat tussen het concept van *Līlā* en de boeddhistische

benadering van de Ultieme Werkelijkheid, waarbij elk een uniek perspectief biedt voor het begrijpen van ons bestaan en de aard van de realiteit.

*Līlā* nodigt ons uit om het spel van het bestaan te vieren, ons te laten meedeinen op de golven van verandering, en creativiteit te omarmen als een directe expressie van het goddelijke. Aan de andere kant leert de Boeddha ons dat diezelfde golven geen ultieme waarheid vertegenwoordigen, maar voorbijgaande manifestaties zijn die voortkomen uit onze illusies en gehechtheid.

Toch schuilt er in deze schijnbare tegenstelling een diepere waarheid. Beide perspectieven wijzen ons op de transcendente aard van het bestaan—*Līlā* als een uitnodiging om met de veranderingen van het leven te spelen, en het boeddhisme als een oproep om te ontwaken uit de illusies die deze veranderingen met zich meebrengen.

Terwijl *Līlā* vreugde en creativiteit benadrukt in de stroom van het leven, nodigt de Boeddha ons uit om die stroom te doorgronden en de onderliggende leegte ervan te ontdekken.

Misschien ligt de sleutel tot een dieper inzicht in de werkelijkheid precies in het begrijpen van deze dualiteit—het spel én de illusie. Beide benaderingen bieden ons waardevolle lessen: om los te laten en de stroom van het leven met een open hart te omarmen, terwijl we tegelijkertijd beseffen dat ware bevrijding ligt in het doorzien van de illusie van gehechtheid.

Wanneer de stroom van het leven ons soms overweldigt en ons in zijn greep houdt, biedt *Līlā* een bevrijdend perspectief: het nodigt ons uit om los te laten en ons over te geven aan deze vloeiende beweging. Door te vertrouwen op het proces en het onbekende met nieuwsgierigheid te omarmen in plaats van met angst, ontdekken we de moed om de illusie van controle los te

laten. *Līlā* geeft ons de vrijheid om ons niet vast te klampen aan het tijdelijke, aan datgene wat voorbijgaat, maar laat ons juist verwonderen door de schoonheid van het vergankelijke te tonen. Elk einde draagt immers de kiem van een nieuw begin in zich.

Het eeuwige proces van ontstaan en vergaan, waarin alles voortdurend in beweging is, weerspiegelt de essentie van *Līlā*—een kosmische dans waarin elke gebeurtenis, hoe groot of klein ook, deel uitmaakt van een groter geheel. Door bewust mee te dansen, kunnen we ons bevrijden uit de illusie van vastigheid en controle. In plaats daarvan worden we actieve deelnemers aan het goddelijke spel, dansend op de golven van het leven met een diep gevoel van vrijheid en vreugde.

Het begrijpen van 'onze plaats' in dit geheel is cruciaal. Hoewel we ons soms onbewust zijn van onze rol, zijn we volledig betrokken bij dit goddelijke spel.

Door ons bewust te worden van deze deelname, leren we niet alleen dat we onderdeel zijn van het grotere geheel, maar dat we ook volledig verweven zijn met de dans van *Līlā* zelf. Deze bewustwording maakt ons niet alleen spelers in het spel—het laat ons inzien dat we *Līlā* zijn.

*Līlā* impliceert dat alle vormen van leven en bestaan voortkomen uit goddelijke vrijheid en creativiteit. Dit betekent dat het universum, inclusief 'ons' bestaan, niet strikt deterministisch is, maar gekenmerkt wordt door een dynamische ontvouwing van mogelijkheden.

Wanneer we het universum zien als *Līlā*, wordt elke vorm van gehechtheid overbodig. Aangezien alles deel uitmaakt van een goddelijk spel, zijn de hoogte- en dieptepunten van het leven, evenals creaties en vernietigingen, slechts facetten van een groter kosmisch spel.



Dit inzicht kan ons inspireren om de uitdagingen en veranderingen die we tegenkomen met een ongekende lichtheid te omarmen. *Līlā* gedijt niet door inspanning, maar door los te laten en mee te bewegen met de stroom.

Daarnaast benadrukt *Līlā* de onderlinge verbondenheid en eenheid van alle vormen en manifestaties. Het maakt duidelijk dat alle verschijnselen door hetzelfde goddelijke spel onderling verbonden zijn en benadrukt de diepe eenheid die schuilgaat achter de enorme diversiteit van vormen.

Dit alles leidt tot een diepe acceptatie van verandering en vergankelijkheid, omdat alles in het universum voortdurend in beweging is, voortkomend en vergaand in het eeuwige spel van de goddelijke energie.

*Līlā* impliceert dat het universum, inclusief ons leven, onze ervaringen, handelingen, uitdagingen en lijden, allemaal onderdelen zijn van deze grote mystieke dans.

Ik projecteer dit op mezelf.

Dit perspectief moedigt me aan om mijn ervaringen te beschouwen als betekenisvol omdat ze intens verbonden zijn met een groter geheel.

*Līlā* stimuleert me om met méér bewustzijn, aanvaarding en—waarom niet—met een speelse geest en vreugde door het leven te gaan. Het concept van *Līlā* herinnert me eraan dat het leven geen rigide, serieuze taak is die voltooid moet worden, maar een speelse uitdrukking van het Absolute, een symfonie van mogelijkheden.

Door *Līlā* te omarmen, leer ik om met open ogen en een open hart te leven, elk moment als volledig te ervaren zonder me vast te klampen aan verlangens of angsten.

Het helpt me te begrijpen dat zowel de hoogte- als dieptepunten van het leven slechts golven zijn in de grote oceaan van het bestaan—allemaal onderdelen van een kosmisch spel waarin vreugde en verdriet elkaar afwisselen en aanvullen.

Deze bewustwording moedigt me aan om met een gevoel van lichtheid en vreugde door het leven te bewegen. Niet alleen om de vreugdevolle momenten te omarmen, maar ook om de uitdagingen te zien als een essentieel onderdeel van dit goddelijk spel.

*Līlā* leert me dat het leven niet slechts een reeks gebeurtenissen is die ik moet ondergaan, maar een uitnodiging om actief deel te nemen aan het spel—om te dansen, te lachen, en me te laten verrassen door de spontane wijzigingen die het leven neemt.

Met *Līlā* als gids, voel ik een diepe bevrijding. Het is alsof de ketens van verwachtingen en verplichtingen die me ooit bonden, weggevallen zijn.

In plaats van te worstelen om de controle te behouden of vast te houden aan een bepaald resultaat, nodigt *Līlā* me uit om los te laten en me over te geven aan de stroom van het leven, aan het proces.

Dit gevoel van vrijheid is niet alleen een loskomen van externe druk, maar vooral een innerlijke bevrijding—een ontwaken naar de grenzeloze mogelijkheden die in elk moment besloten liggen.

Vrijheid in de context van *Līlā* betekent niet alleen de afwezigheid van beperkingen, maar vooral de aanwezigheid van een diep vertrouwen in de spontaniteit van het leven en het goddelijk spel zelf.

Het is de vrijheid om fouten te maken zonder angst voor veroordeling, om te genieten van het onbekende zonder

de behoefte alles te begrijpen, en om te groeien door de uitdagingen die op mijn pad komen. Deze vrijheid is doordrenkt met een speelsheid die het bestaan lichter maakt—een speelsheid die me eraan herinnert dat ik niet hoef te vechten met het leven, maar dat ik er doorheen kan dansen.

Uiteindelijk komt het erop neer te dansen op het stof van vergankelijkheid (*Skr. anitya*), <sup>14</sup> samen met *Śiva Nataraja* <sup>15</sup>—dartelend in zijn eeuwige stralenkrans, op de grauwe dansvloer van vuur en as.

In deze eeuwige '*rite de passage*' <sup>16</sup> wordt het onzuivere gezuiverd en ontstaat het zuivere uit de as: <sup>17</sup>

• O, Schepper en Vernietiger,  
Jij die het leven onderhoudt en beëindigt,  
Jij die danst in het zonlicht tussen de vogels  
en de spelende kinderen.

En die om middernacht danst tussen de lijken  
op de brandstapels.  
Jij, Śiva, de donkere en angstaanjagende Bhairava, <sup>18</sup>  
de essentie van de werkelijkheid en de illusie—  
de leegte en het geheel,

Jij bent de Heer van het leven,  
en daarom breng ik je bloemen.  
Jij bent de Heer van de dood,  
en daarom geef ik je mijn hart—  
dit hart dat nu jouw brandstapel is.

Hier zullen onwetendheid en het ego  
verbranden in het vuur,  
zodat jij, Bhairava, kunt dansen in de as.

Zodat jij, Heer Śiva, kunt dansen  
op een plek vol bloemen,  
dans ik met jou. •

Door te aanvaarden dat alles wat komt, ook weer zal gaan, wordt deze dans geen ontkenning van de vergankelijkheid, maar juist een viering van haar schoonheid als een essentieel onderdeel van het kosmische ritme. Het is een eerbetoon aan de vluchtigheid van het bestaan, een uitnodiging om de pracht van het huidige moment te ontdekken en te waarderen. In dit NU realiseren we het eeuwige leven, niet als iets dat pas bij het uiteenvallen van mijn *khandha*'s zichtbaar wordt, maar in het hier-en-nu.

*Līlā* doet me inzien dat de ware schoonheid van het leven juist in de vluchtigheid van elk moment schuilt. Door mee te dansen met het leven zoals het is—met al zijn veranderlijkheid—ervaar ik de diepe vreugde en vrede die voortkomen uit het volledig omarmen van het hier-en-nu. In dit heldere besef wéét ik: • *Dit is niet wie ik ben. Dit is niet van mij. Dit is niet mijn zelf.* •

Zo wordt dit boek mijn persoonlijke odyssee—een voortdurende dans van ontdekking en verdieping—met als doel de essentie van *Līlā* te doorgronden en te verweven met de veelzijdige rijkdom van mijn innerlijke wereld.

### Wat Is Līlā?

*Līlā* is méér dan een filosofisch concept; het is een manier van leven en een attitude waarmee we het universum begrijpen als een spel, geregisseerd door een kosmische energie<sup>19</sup> die alles doordringt en voedt.

Dit spel is niet alleen speels en frivol, maar bevat ook een diepere betekenis die de kern raakt van mijn zoektocht naar zin in de huidige manifestatie.

In het *Kashmir shaivisme* wordt *Līlā* beschouwd als de spontane en creatieve uitdrukking van deze kosmische energie, waarbij het universum voortdurend gevormd en

hervormd wordt in een eeuwigdurende dans van schepping, bestaan en vernietiging.

*Līlā* leert ons dat het leven niet rigide of onveranderlijk is, maar een dynamisch proces van voortdurende verandering, verrassingen en potentieel. Dit concept biedt een krachtig tegenwicht aan de Westerse opvatting van een lineaire, doelgerichte werkelijkheid.

*Līlā* bevrijdt ons van de gedachte dat het leven één rechte lijn met een vast doel is en nodigt ons uit om het te beschouwen als een vrije, dynamische ervaring waarin elke gebeurtenis betekenisvol is, zonder de noodzaak om vast te houden aan een einddoel of een dwingende factor van 'resultaat'.

*Līlā* wijst naar een staat van openheid en bevrijding van zowel strakke, dogmatische structuren als meer flexibele kaders. Het biedt ruimte om de werkelijkheid vrij en zonder beperkingen te ervaren. Dit opent een breed en inspirerend perspectief op het leven, waar speelsheid, vrijheid en creativiteit centraal staan.

*Līlā* omarmen betekent het leven benaderen met een speelse flexibiliteit, een alerte openheid voor het onverwachte, zonder de nefaste druk van vastgestelde doelen. Deze manier van leven schetst een paradijs voor elke vrije onderzoeker—een plek van onbegrensde mogelijkheden, waar de geest vrij is van verwachtingen en beperkingen.

In dit paradijs bloeit natuurlijke nieuwsgierigheid onbelemmerd. Elke ervaring wordt ontvangen als een kostbaar geschenk, en gedachten en ideeën stromen vrijelijk, zonder belemmering.

Creativiteit en intuïtie krijgen hier alle ruimte om te gedijen. Het leven wordt direct ervaren, niet gefilterd door overtuigingen die door anderen opgelegd zijn, en zonder

tussenkomst van externe tussenpersonen of instituties. Er is geen behoefte aan een tussenschot tussen het Absolute en het zelf—geen antropomorfe goden, geen verlossers, geen profeten.

In plaats daarvan ontvouwt het leven zich als een viering van de schoonheid van elk moment, zonder oordeel. Het is een wereld waarin de mogelijkheid tot ontdekken centraal staat, en waar leren en groeien plaatsvindt in een sfeer van liefdevolle acceptatie. Hier kan men in vrede leven, oog in oog met het Absolute, in directe verbinding met het Pure, het Ene, kortom met de ware natuur van het zelf.<sup>20</sup>

Het impliceert dat *Līlā*, met zijn focus op speelsheid, flexibiliteit en openheid voor het onverwachte, bijzonder aantrekkelijk is voor mensen die nieuwsgierig zijn, die graag nieuwe ideeën verkennen zonder zich gebonden te voelen aan vastomlijnde structuren of dogma's. Voor die kleine schare van intellectuele paria's die direct willen ervaren, zonder beperkingen van conventionele kaders. Voor die uiterst kleine elite die halsstarrig weigert zich te laten kooien, wat het ook moge kosten.

Voor vrije denkers is het cruciaal dat er geen grenzen zijn aan hun zoektocht naar waarheid of betekenis. *Līlā* biedt precies deze ruimte: het beschouwt het leven niet als rigide of doelgericht, maar als een dynamisch spel waarin alles mogelijk is en niets vastligt.

Dit maakt het *Līlā*-concept bijzonder aantrekkelijk voor iedereen die weigert zichzelf te limiteren tot en te conformeren met één geconditioneerde manier van denken of zijn, en in plaats daarvan de vrijheid omarmt om te experimenteren, te exploreren en het leven te ervaren in zijn meest open en creatieve vorm.

Voor degenen die zich vastklampen aan vaste overtuigingen, zekerheid en een lineair levensdoel, kan *Līlā* ver-

warrend of zelfs ontmoedigend lijken. Zij ervaren mogelijk de speelsheid en het ontbreken van een vaste structuur als chaotisch of betekenisloos. Iedereen volgt zijn eigen pad, met unieke verlangens en keuzes, en dat is de schoonheid van de diversiteit in onze ervaringen.

### **Waarom dit boek?**

Dit boek is geschreven met de bedoeling om *Līlā* toegankelijk te maken voor een breed publiek. Of je nu een doorgewinterde beoefenaar van spirituele tradities bent, een filosoof die nieuwe ideeën wil verkennen, of gewoon nieuwsgierig bent naar alternatieve perspectieven op de wereld, *Līlā* biedt waardevolle inzichten en praktische toepassingen.

In het Westen bevinden we ons in een tijdperk van ongekende mogelijkheden om op speelse wijze onze kijk op onszelf en de wereld te herinterpreteren, opnieuw uit te vinden en te vernieuwen. Terwijl de dageraad in het Oosten gloort, herontdekken wij de vrijheid om onszelf te verkennen en te experimenteren, vrij van angst voor maatschappelijke uitsluiting of veroordeling.

Deze herwonnen vrijheid voedt een groeiende behoefte aan zelfrealisatie, die we nu intenser dan ooit ervaren.

*Līlā* kan ons helpen een meer holistische en geïntegreerde benadering te ontwikkelen, die ruimte biedt voor creativiteit, verandering en groei. *Līlā* nodigt ons uit om te spelen, te experimenteren en te verkennen, vrij van dogma's en valse verwachtingen.

### **Wat mag je verwachten?**

In dit boek verkennen we de verschillende dimensies van *Līlā*, te beginnen met de oorsprong en betekenis van dit concept in oude teksten en religieuze tradities.

Vervolgens onderzoeken we hoe *Līlā* toegepast wordt in moderne filosofie, wetenschap, kunst en sociale structuren.

Elk hoofdstuk biedt een unieke invalshoek om een diepgaand en veelzijdig inzicht in *Līlā* te ontwikkelen. Al snel zul je ontdekken dat de onderwerpen die in dit boek aan bod komen slechts een glimp bieden van het volledige spectrum van *Līlā*.

Als goddelijk spel kent *Līlā* geen beperkingen; het weerspiegelt de oneindige creativiteit van het Absolute en verwijst naar het voortdurende, speelse proces van creatie, transformatie en vernietiging binnen de kosmos.

In deze context is *Līlā* niet gebonden aan vaste vormen of eindpunten, maar is het cyclisch, dynamisch en vrij van de lineaire, doelgerichte structuren die vaak in Westerse opvattingen gevonden worden.

Omdat *Līlā* voortkomt uit het Absolute—het Puur Bewustzijn dat alle verschijnselen omvat—bestaat er geen fundamentele scheiding tussen het goddelijke en de wereldse realiteit, mits dit begrepen wordt in de context van bepaalde hindoeïstische en non-dualistische filosofieën, zoals de *advaita vedānta*<sup>21</sup> en het *Kashmir shāivisme*. In deze tradities wordt *Līlā* beschouwd als een uitdrukking van het Absolute (Brahman of Puur Bewustzijn) dat alles doordringt en manifesteert.

In zulk perspectief bestaat er geen fundamentele scheiding tussen het goddelijke en de wereldse realiteit, omdat de wereld zelf een manifestatie van het goddelijke is.

Alles wat bestaat, van het grootste tot het kleinste, wordt beschouwd als een uitdrukking of manifestatie van dit Absolute, waardoor elk onderscheid tussen het goddelijke en het wereldse oplost.



*Līlā* overstijgt elke dualiteit en schept een spirituele ruimte die zich vrij en onbegrensd uitdrukt, los van structuren, dogma's en rigide regels.

*Līlā* vertegenwoordigt een universum waarin het leven zich ontvouwt als een spel, zonder beperkingen of vaststaande grenzen.

### **Wat betekent het dat *Līlā* dualiteit overstijgt?**

Het betekent dat *Līlā* zich niet laat vastleggen in tegenstellingen, vaste uitkomsten of vooraf bepaalde resultaten. In plaats daarvan schept het een vrije, vloeiende ruimte waarin alles mogelijk is en niets vaststaat.

*Līlā* beweegt buiten de kaders van rigide ideeën en voorschriften en staat symbool voor een universum in voortdurende beweging, zonder vast eindpunt of opgelegd 'doel'. Er is geen hogere macht die voorschrijft hoe het bestaan geleefd 'moet' worden. Het Absolute overstijgt dit alles.

*Līlā* belichaamt een oneindige expressie van creativiteit en vrijheid, waarin gebeurtenissen spontaan en vrij van beperkingen plaatsvinden.

Alles is open, vrij en dynamisch, wat een vernieuwende manier biedt om naar de werkelijkheid te kijken, zonder de beperkingen van traditionele structuren.

Dit perspectief nodigt ons uit om te reflecteren op hoe *Līlā* ons kan ondersteunen in het navigeren door de complexiteit van het dagelijks leven.

Of het nu gaat om persoonlijke groei, professionele uitdagingen of maatschappelijke vraagstukken, *Līlā* biedt een inspirerend en speels kader om deze uitdagingen effectief tegemoet te treden.

## Een uitnodiging tot het Spel

Dit boek nodigt je uit om het goddelijke spel van *Līlā* in jouw eigen leven toe te laten.

Het moedigt je aan om je geconditioneerde overtuigingen los te laten en de wereld met een open geest en een speels hart te benaderen.

Het is geen theoretisch betoog, maar een praktische uitnodiging om zelf de kracht van *Līlā* te ervaren. Door je niet te laten verleiden tot controle of hechting, maar in plaats daarvan de rol van getuige te omarmen, ontdek je de spontane schoonheid van elk moment.

Zo wordt het leven voor jou een reis vol nieuwe mogelijkheden, waarin elke ervaring een kans is om te groeien en verwondering te koesteren. *Līlā* ontvouwt zich voor je ogen, en jij staat klaar om het te aanschouwen.



## HET 'GODDELIJKE' IN HET CONCEPT *LĪLĀ*

In veel Indiase spirituele tradities wordt het universum niet als een statisch systeem van onveranderlijke wetten beschouwd, maar eerder als een dynamisch en levendig spel waarin het goddelijke zich uitdrukt.

Dit spel wordt '*Līlā*' genoemd, een Sanskriet woord dat zowel 'spel' als 'goddelijk spel' betekent.

Het concept '*Līlā*' beschrijft een werkelijkheid waarin het goddelijke zich constant manifesteert en herschept in een oneindige dans van creatie, transformatie en vernietiging.

Om *Līlā* volledig te begrijpen, is het essentieel om eerst stil te staan bij wat het begrip van het 'goddelijke' in deze context betekent.

### Het Goddelijke als Ultieme Werkelijkheid

In de context van *Līlā* verwijst het goddelijke niet naar een specifieke, antropomorfe godheid,<sup>22</sup> zoals vaak het geval is in Westerse religies.

'God' is geen figuur die boven de wereld staat en deze regeert als een koning over zijn koninkrijk. Het 'goddelijke' in *Līlā* is veel omvattender en abstracter. Het wordt beschouwd als de ultieme, universele bron van alle bestaan, vaak aangeduid als het Absolute.

Dit Absolute kan gezien worden als een onpersoonlijke, onbegrensde kracht of bewustzijn dat alles doordringt en ten grondslag ligt aan het hele universum. Dit 'goddelijke' is zowel transcendent (boven alles verheven) als immanent (aanwezig in alles).<sup>23</sup>

Het goddelijke vormt de kern van elk object, elke ervaring en elk wezen, terwijl het tegelijkertijd alle verschijnselen die we kunnen waarnemen overstijgt.

Deze paradox, dat het goddelijke zowel alles is wat bestaat als dat het deze verschijnselen overstijgt, ligt ten grondslag aan de essentie van *Līlā*.

### **Līlā: het Kosmische Spel**

*Līlā* beschrijft het universum als een goddelijke expressie in de vorm van een spel. Dit is echter geen spel in de oppervlakkige of triviale zin, maar een symbolisch spel waarin de dualiteiten van het bestaan—zoals vreugde en lijden, leven en dood, goed en kwaad—uitingen zijn van de goddelijke schepping.

Het goddelijke creëert, onderhoudt en vernietigt de wereld met een speelse spontaniteit, vrij van dogma's of rigide regels. In deze visie wordt het goddelijke niet gezien als een kracht of autoriteit die gebonden is aan strikte wetten, maar als een bron van onbegrensde creativiteit die handelt zonder beperkingen.

Dit 'goddelijke', ook wel het Absolute of Puur Bewustzijn genoemd, werkt als een kunstenaar die zonder enige begrenzing voortdurend nieuwe vormen en ideeën voortbrengt.

De schepping, het onderhoud en de vernietiging van de wereld zijn geen gedetermineerde processen, maar vloeien voort uit een kosmisch spel dat voortdurend in beweging is en zich voortdurend aanpast aan steeds wijzigende omstandigheden.

De gedachte dat het goddelijke handelt vanuit een intrinsieke, speelse aard, benadrukt dat het handelen van het Absolute niet voortkomt uit noodzaak of verplichting. De wereld is een uitdrukking van goddelijke vrijheid en crea-

tiviteit, waarin de wetten en beperkingen van de menselijke verwachting niet van toepassing zijn.

Zo moeten de cycli van schepping en vernietiging niet gezien worden als strikt gereguleerde processen, maar als facetten van dit voortdurende kosmische spel.

*Līlā* laat ons de werkelijkheid zien als een dynamisch geheel waarin vrijheid, creatie en transformatie centraal staan, niet gestuurd door noodzaak of doelgericht verlangen. In plaats van voort te komen uit allerlei menselijke verlangens of verwachtingen, zijn deze kosmische processen een uitdrukking van goddelijke spontaniteit en vrijheid.

In dit licht wordt het universum opgevat als een voortdurend veranderend schouwspel, waarin niets vastligt en alles openstaat voor nieuwe mogelijkheden.

De wereld en al haar verschijnselen zijn geen producten van een mechanische, deterministische kracht, maar manifestaties van een goddelijke, speelse energie die de kosmos voortdurend vormt en hervormt.

Deze speelse spontaniteit biedt een frisse, dynamische kijk op de werkelijkheid, waarin de beperkingen van rigide structuren en dogma's overstegen worden, en waarin 'de ware aard van het goddelijke' zich uitdrukt in een eeuwig veranderend spel van creatie en transformatie.

'Eeuwig' gaat voorbij aan tijd en vorm, vooral in het kader van *Līlā* en de *advaita vedānta*-filosofie. In veel spirituele tradities, en met name binnen de Indiase filosofie, wordt het Eeuwige of het Absolute gezien als datgene wat de beperkingen van vorm en tijd overstijgt.

Dit betekent dat het Eeuwige, *Brahman*, niet onderworpen is aan de veranderingen, vergankelijkheid en dualiteiten die de wereld van vormen en tijd kenmerken.

Terwijl de fysieke wereld voortdurend in beweging is en onderworpen aan de wetten van tijd en vorm, blijft het Eeuwige onveranderlijk, onbeweeglijk en onbegrensd.

Binnen het concept van *Līlā*, het goddelijke spel waarin het Absolute zichzelf manifesteert in de wereld, zien we hoe *Brahman* speelt in deze wereld van vormen en tijd.

*Līlā* omvat alles wat we via onze zintuigen ervaren: materiële objecten, gebeurtenissen, relaties, geboorte en dood, vreugde en lijden. Deze fenomenen zijn onderworpen aan tijd (ze ontstaan, veranderen en vergaan) en aan vorm (ze hebben een uiterlijke verschijning en zijn uiteraard begrensd), maar zijn tegelijkertijd uitingen van het onveranderlijke goddelijke dat altijd aanwezig is.

Volgens de *advaita vedānta*-traditie en het concept van *Līlā* vormen de verschijnselen van de zintuiglijke wereld niet de Ultieme Realiteit. Ze maken deel uit van *māyā*, de illusie die ons doet geloven dat de wereld van vormen en tijd echt is, terwijl de ware aard van de werkelijkheid te vinden is in het Eeuwige, dat *voorbij* deze beperkingen gaat.

*Brahman*, het Eeuwige en Onveranderlijke, blijft altijd onaangetast door de manifestaties van tijd en vorm, net zoals een acteur verschillende rollen speelt zonder zelf die rollen te worden.

Hoewel *Brahman* zich manifesteert in de wereld van verschijnselen, blijft het Eeuwige in het spel van *Līlā* onveranderlijk en non-duaal.

Voor de spirituele zoeker betekent dit dat bevrijding of verlichting niet gevonden wordt in het najagen van tijdelijke vormen of het zich vastklampen aan tijdsgebonden ervaringen.

Werkelijke bevrijding ligt in de realisatie van de eeuwige werkelijkheid, die altijd aanwezig is, maar verborgen achter de sluier van tijd en vorm.

Het inzicht dat '*het Eeuwige voorbij tijd en vorm gaat*' bevrijdt de zoeker van gehechtheid aan het vergankelijke. Het leven, met al zijn vreugde en lijden, kan dan beschouwd worden als een onderdeel van *Līlā*—een spel dat zich afspeelt binnen de grenzen van tijd en vorm, maar dat in wezen een uitdrukking is van het Eeuwige.

Wanneer deze waarheid diepgaand begrepen wordt, realiseert de beoefenaar zijn eigen eeuwige natuur, die alle tijdelijke manifestaties overstijgt.

In dit licht is *Līlā*, hoewel het de wereld van tijd en vormen omvat, slechts een uitdrukking van het Eeuwige dat zich manifesteert in dit spel. Het Eeuwige zelf blijft onaangetast, voorbij tijd en vorm, en dit inzicht leidt de spirituele zoeker naar een dieper begrip van zowel de werkelijkheid als van zichzelf.

Zo wordt de zoeker niet alleen een deelnemer aan het goddelijke spel, maar iemand—een 'bewustzijn'<sup>24</sup>—die het Eeuwige in zichzelf herkent en de illusoire aard van de wereld doorziet, terwijl hij of zij ondertussen de ware aard van het Absolute, *Brahman*, realiseert.



De '*ware aard van het goddelijke*'—*Sat-Chit-Ananda*<sup>25</sup> of *Swarupa*<sup>26</sup>—verwijst naar de diepste essentie of het fundamentele karakter van het Absolute, het Puur Bewustzijn, zoals het in diverse spirituele en filosofische tradities begrepen wordt.

Binnen het concept van *Līlā*, en in veel Indiase filosofieën, wordt deze ware aard beschreven als onbegrensd en vrij, niet gebonden aan de dualiteiten die de menselijke ervaring kenmerken. In deze context wordt het goddelijke als eeuwig en onveranderlijk beschouwd, waarbij tijd en ruimte overstegen wordt.

In het *Līlā*-concept verschijnt het goddelijke als een creatieve kracht die met speelse en spontane energie het universum en al zijn verschijnselen voortbrengt, onderhoudt, en uiteindelijk weer vernietigt. Hoewel het de bron is van alles wat bestaat—tegelijkertijd immanent en transcendent—blijft het zelf onaangetast door de beperkingen en veranderingen die het gecreëerde universum kenmerken.

Dit sluit nauw aan bij het concept van *svātantrya*.<sup>27</sup> In het *Kashmir shaivism* verwijst *svātantrya* naar de absolute vrijheid van het goddelijke om zichzelf creatief en spontaan te manifesteren. De beschrijving dat het goddelijke '*onbegrensd en vrij is en niet gebonden aan de dualiteiten van de menselijke ervaring*', illustreert *svātantrya* als een onbeperkte, speelse kracht, i.c. als *Līlā*.

Voor de *yogi* (M/V/X) betekent het begrip *svātantrya* dat hij de inherente vrijheid en het onbeperkte potentieel van het Absoluut Bewustzijn (*Śiva*) kan erkennen en ervaren.

Dit inzicht stelt hem in staat te beseffen dat zijn eigen ware aard deel uitmaakt van deze onbegrensde vrijheid. Hierdoor kan hij beperkende gedachten, gevoelens en conditioneringen overstijgen, wat leidt tot een diepe ervaring van innerlijke vrijheid en zelfrealisatie—de verwezenlijking van zijn eigen goddelijkheid.

De erkenning van de spontane aard van het Absolute als zijn eigen aard moedigt de beoefenaar aan om een authentieke en spontane benadering van zijn eigen leven en spirituele beoefening aan te nemen. Door het con-



cept van *svātantrya* te begrijpen én te ervaren, <sup>28</sup> krijgt de *yogī* inzicht in zijn eigen ware natuur en in de ware aard van de werkelijkheid, wat tot verlichting leidt.

In essentie betekent *svātantrya* voor de beoefenaar het bevrijden van zijn geest van beperkende conditioneringen en het realiseren van zijn eigen inherente vrijheid en ongebondenheid.

*Svātantrya* benadrukt dat het goddelijke, hoewel het de bron is van de gecreëerde wereld, zelf onaangetast blijft door de veranderingen en beperkingen van die wereld.

Dit laat zien dat schepping geen statisch proces is, maar een dynamisch spel van voortdurende creatie en transformatie. Het goddelijke handelt niet uit woede, controle, of uit het nastreven van resultaten, maar vanuit een allesomvattende eenheid en grenzeloze vrijheid, zonder gebonden te zijn aan externe krachten of interne behoeften.

Hieruit volgt dat het goddelijke vrij is van beperkingen, regels of dogma's die menselijk handelen beïnvloeden. Het overstijgt alle tegenstellingen, zoals goed en kwaad, schepping en vernietiging, leven en dood.

Deze eenheid toont dat het goddelijke niet gevangen zit in de dualiteiten van de menselijke ervaring, maar juist de bron is van alle polariteiten, die het uiteindelijk tot één geheel integreert.

De ware aard van het goddelijke is onuitsprekelijk en ligt voorbij de begrippen en concepten van het menselijke verstand. Het blijft een mysterie dat slechts gedeeltelijk ervaren kan worden, maar nooit volledig begrepen of verklaard.

In veel tradities wordt het goddelijke geassocieerd met onvoorwaardelijke liefde en mededogen. Het creëert en

onderhoudt het universum vanuit een diep gevoel van verbondenheid met alle wezens. Deze ware aard wordt gezien als allesomvattend, de oorsprong van alle verschijnselen en wezens, waar alles uiteindelijk tot rust en uitdoving komt.

Het goddelijke vormt de grondslag van als wat bestaat—de Ultieme Realiteit die alles doordringt. Het is oneindig, vrij en creatief, en kan niet gevangen worden in woorden of concepten. Het manifesteert zich door alles heen in een eeuwige dans van schepping, onderhoud en transformatie.

In het concept van *Līlā* weerspiegelt deze ware aard zich in het idee dat het universum een goddelijk spel is, waarin vrijheid, creativiteit en eenheid centraal staan.

Het universum wordt niet gezien als een doelgericht mechanisme dat naar een eindpunt toewerkt, maar eerder als een expressie van pure creativiteit en vrijheid.

Het Absolute creëert niet uit noodzaak of het verlangen naar een bepaald resultaat, maar uit pure vreugde en vrijheid. Vanuit deze visie is het universum een dans van oneindige mogelijkheden, waarin elke vorm en elk gebeuren een betekenisvolle rol speelt in het grote kosmische spel.

*Līlā* laat zien dat er geen scheiding bestaat tussen het goddelijke en de wereld. Alles wat bestaat—van het kleinste atoom tot het grootste sterrenstelsel, van vreugde tot pijn—is een manifestatie van het goddelijk spel. Elk aspect van de werkelijkheid, hoe onbeduidend of belangrijk het ook lijkt, is een uitdrukking van dit kosmische spel.

## **Creatie, Transformatie en Vernietiging: De Drie Gezichten van *Līlā***

In *Līlā* wordt het goddelijke spel opgevoerd in drie bedrijven: creatie, transformatie, en vernietiging. Deze cycli bestaan niet afzonderlijk of lineair, maar vormen een continu, cyclisch proces.

Elke vernietiging brengt nieuwe creatie voort, elke creatie ondergaat transformatie en elke transformatie eindigt finaal om plaats te maken voor nieuwe creaties.

1. Creatie: het goddelijke scheidt de wereld niet als een éénmalige gebeurtenis, maar als een voortdurende stroom van mogelijkheden die zich ontplooiën in tijd en ruimte. De wereld zoals wij die kennen, is slechts één van de oneindig vele potentiële werelden die het goddelijke kan scheppen. Elke gebeurtenis binnen deze wereld is een uitdrukking van het goddelijke spel van mogelijkheden.
2. Transformatie: het spel van *Līlā* stopt niet bij creatie; alles wat gecreëerd is, is voortdurend in beweging, voortdurend in transformatie. Dit is de dans van verandering, waarin elke vorm en elke ervaring door verschillende stadia van bestaan gaat. Deze voortdurende verandering is geen tekortkoming van de wereld, maar een essentieel kenmerk van het goddelijke spel.
3. Vernietiging: destructie betekent niet het einde, maar vormt een noodzakelijke fase in het goddelijke spel. Het goddelijke vernietigt niet uit wraak of woede, maar om ruimte te scheppen voor nieuwe creaties. Elke vernietiging creëert mogelijkheden tot vernieuwing, tot het ontstaan van een multitude aan nieuwe vormen en ervaringen.

## Het goddelijke Spel in de mensenwereld

Voor ons, mensen die vaak worstelen met de dualiteiten van het bestaan—het lijden, de vreugde en de eindigheid van het leven—biedt *Līlā* een bevrijdend perspectief.

Door te beseffen dat alles wat we ervaren deel uitmaakt van dit goddelijke spel, leren we gebeurtenissen in ons leven te accepteren zonder er krampachtig aan vast te klampen. Vreugde en verdriet, succes en mislukking, geboorte en dood zijn allemaal slechts bewegingen—vleugelslagen van een vlinder—binnen de dans van *Līlā*.

Dit betekent niet dat we onze verantwoordelijkheid in het leven kunnen ontlopen en negeren of dat ons handelen geen waarde heeft.

Integendeel, het besef dat we deel uitmaken van het goddelijke spel, geeft ons juist de mogelijkheid om met diepere wijsheid te handelen en om vrijer om te gaan met de ups en downs van het leven.

*Līlā* nodigt ons uit om het leven met speelsheid en flexibiliteit te omarmen, vanuit het inzicht dat alles deel uitmaakt van de goddelijke expressie.

## *Līlā* en het einde van dualiteit

Eén van de diepste inzichten die *Līlā* biedt, is de gedachte dat de dualiteit van de wereld—goed en kwaad, vreugde en lijden, leven en dood—uiteindelijk een illusie is.

Omdat *Līlā* voortkomt uit het Absolute, uit het Puur Bewustzijn dat alle verschijnselen omvat, bestaat er geen fundamentele scheiding tussen het goddelijke en de wereldse realiteit. Dit betekent dat alles wat we ervaren—de hoogte- en dieptepunten, de vreugdevolle momenten

en de pijnlijkste gebeurtenissen—allemaal deel uitmaken van dezelfde goddelijke werkelijkheid.

In deze zin overstijgt *Līlā* elke dualiteit. Het herinnert ons eraan dat het goddelijke spel zich afspeelt op een niveau dat zowel voorbijgaat aan (transcendentie) als doordringt in (immanentie) de dualiteiten die wij in ons dagelijks leven ervaren.

Door *Līlā* te begrijpen, bevrijden we ons van de illusies die voortkomen uit een oppervlakkig begrip van de werkelijkheid. We openen ons voor de ware aard van het bestaan, waarin alles met elkaar verbonden is en waarin elke ervaring een uitdrukking is van het goddelijke.

### **De vrijheid van *Līlā***

In het besef dat het leven een goddelijk spel is, schuilt een diepe vrijheid. Vrijheid van angst, gehechtheid en de noodzaak om alles te controleren.

*Līlā* nodigt ons uit om deel te nemen aan het kosmische spel; om met een open hart en een speelse geest mee te surfen op de golven van het bestaan.

Dit is een uitnodiging om de werkelijkheid te zien zoals ze werkelijk is (*yathā-bhūta*): <sup>29</sup> een oneindige dans van mogelijkheden, waarin elk moment een kans biedt om de diepte en schoonheid van het Absolute te ervaren.





## LĪLĀ & TANTRA

De relatie tussen *Līlā* en *tantra* is diepgaand en complex. Beide concepten vinden hun oorsprong in de bredere context van de Indiase filosofie en spiritualiteit, en hoewel ze vanuit verschillende invalshoeken benaderd worden, hebben ze gemeenschappelijke thema's en principes.

*Līlā* en *tantra* zijn geen synoniemen, maar ze delen wel een fundamenteel begrip van de aard van het universum en de rol van de mens in de kosmische orde. Dit begrip is geworteld in het idee dat het 'goddelijke' zich manifesteert in het universum door middel van een dynamisch, creatief proces waarin de wereld, inclusief alle fenomenen, beschouwd worden als expressies van het Absolute.

### Līlā: het goddelijk Spel

*Līlā* betekent letterlijk 'spel' en verwijst naar het goddelijke spel van *Brahman*, het Absolute, dat zich manifesteert in de wereld van verschijnselen. Volgens deze visie is de wereld geen toevallige of chaotische creatie, maar eerder een spel, een kosmisch drama waarin het Absolute zichzelf uitdrukt in de veelheid van vormen en ervaringen. Dit spel is niet gericht op een specifiek doel; het is een spontane, vreugdevolle expressie van de creatieve energie van het goddelijke.

Binnen de context van *Līlā* wordt het leven gezien als een speelse dans waarin het individu de mogelijkheid heeft om zijn ware aard te herkennen als een manifestatie van het Absolute. Het is een uitnodiging om de wereld vooral niet te zien als iets dat overwonnen of beheerst moet worden, maar als een gelegenheid om deel te nemen aan het goddelijke spel en de eenheid van alles wat bestaat te ervaren.

## Tantra: de weg van transformatie

*Tantra*, daarentegen, is een spiritueel pad dat gericht is op het transformeren van de menselijke ervaring door het integreren van het materiële en het spirituele. In tegenstelling tot sommige andere spirituele tradities die de materiële wereld als illusoir of onbelangrijk beschouwen, benadrukt tantra de heelijkheid—in de betekenis van heiligheid—van het lichaam en de zintuiglijke wereld. Het beschouwt de wereld van vormen en verschijnselen niet als een obstakel voor spirituele verlichting, maar juist als een middel om het Absolute te ervaren.

*Tantra* maakt gebruik van rituelen, meditatie, *mantra*'s, en fysieke disciplines om de sluier van onwetendheid op te heffen en de beoefenaar te laten inzien dat de dualiteit tussen het zelf en het goddelijke, tussen het materiële en het spirituele, een illusie is. Door deze dualiteiten te overstijgen, kan men de non-duale aard van de werkelijkheid direct ervaren en zich verenigen met het Absolute.

## Overeenkomsten en verschillen

Hoewel *Līlā* en *tantra* verschillende benaderingen bieden, hebben ze beide als doel het erkennen van de eenheid tussen het individu en het Absolute. Waar *Līlā* meer een filosofisch begrip is dat de wereld ziet als een spel van het goddelijke, biedt *tantra* een praktische methode om die eenheid te realiseren door middel van rituelen en spirituele oefeningen.

In *Līlā* ligt de nadruk op de speelse aard van het goddelijke, terwijl *tantra* meer gericht is op de bewuste en doelgerichte transformatie van de beoefenaar. Beide concepten delen de overtuiging dat de wereld en het lichaam goddelijke expressies zijn van het Absolute en dat verlichting niet te vinden is door het ontkennen van de wereld, maar juist door er volledig in aanwezig te zijn.



*Tantra* biedt specifieke technieken om de beperkingen van het ego en de zintuiglijke wereld te overstijgen, terwijl *Līlā* eerder een kosmisch perspectief biedt dat de beoefenaar uitnodigt om het leven te zien als een deel van het goddelijke spel. In zekere zin kan men zeggen dat tantra de middelen aanbiedt om het spel van *Līlā* bewust te spelen, waarbij de beoefenaar zich niet laat meeslepen door de illusies van dualiteit, maar actief deelneemt aan het proces van transformatie en zelfrealisatie.

### De rol van de individu in het kosmische spel

Zowel *Līlā* als *tantra* erkennen de rol van het individu in de manifestatie van het goddelijke. In de context van *Līlā* wordt elk individu gezien als een deelnemer in het kosmische spel, een acteur in het drama van het leven, wiens ware natuur *Brahman* is. Door de wereld te zien als een expressie van het goddelijke spel, wordt het individu uitgenodigd om de beperkingen van het ego los te laten en de eenheid van alles wat bestaat te ervaren.

In *tantra* wordt de beoefenaar aangemoedigd om actief deel te nemen aan de transformatie van zijn of haar bewustzijn door middel van rituelen en spirituele oefeningen. Hier is het individu niet alleen een deelnemer in het kosmische spel, maar een bewuste 'mede-schepper' van zijn of haar realiteit. Door het lichaam en de zintuigen als heilige instrumenten te beschouwen, overstijgt de beoefenaar de grenzen van de dualiteit en ervaart de non-duale aard van de werkelijkheid.

*Līlā* en *tantra* bieden beide waardevolle perspectieven op de relatie tussen het individu en het Absolute. Terwijl *Līlā* ons uitnodigt om het leven te zien als een speels kosmisch spel, biedt *tantra* een pad van transformatie dat ons in staat stelt om de eenheid tussen het materiële en het spirituele te ervaren. Beide concepten wijzen op de illusoire aard van dualiteit en nodigen de zoeker uit

om *voorbij* de grenzen van het ego te gaan en de non-duale werkelijkheid te ervaren, waarin het individu en het goddelijke één zijn.

Anders verwoord: een mysticus is iemand die de tijdloze werkelijkheid ervaart en beleeft, te midden van het vergankelijk bestaan. Een mysticus bezit, ondanks hij leeft in een wereld vol vergankelijkheid, een diepgaand besef van het eeuwige, tijdloze aspect van de werkelijkheid.

Dit intuïtieve contact met het eeuwige wordt niet alleen intellectueel begrepen, maar vooral diep ervaren. Het laat zien dat een mysticus *voorbij* de alledaagse werkelijkheid kijkt en de diepere, blijvende essentie van het bestaan intens ervaart, terwijl hij of zij nog steeds deel uitmaakt van de gewone, tijdgebonden wereld.



## HOOFDSTUK I - *LĪLĀ* IN HET HINDOEÏSME

### Het concept van *Līlā*

In de rijke geschiedenis van het hindoeïsme speelt het concept *Līlā* een centrale rol in het begrijpen van de relatie tussen het Absolute en de wereld. De hindoeïstische traditie beschouwt de wereld en haar manifestaties als *Līlā*—een goddelijk spel of kosmisch drama, geregisseerd door *Brahman*, de Ultieme Werkelijkheid.

Vergelijkbaar met acteurs die op een podium verschillende rollen spelen, is het leven een schouwtoneel waarin ieder zijn eigen rol en plaats heeft, zoals Joost van den Vondel het beschrijft.

Dit impliceert dat het leven gevuld is met tijdelijke en veranderlijke gebeurtenissen, zoals in een toneelstuk. Elke persoon heeft een specifieke rol, maar deze rollen en gebeurtenissen zijn niet de Ultieme Werkelijkheid: ze zijn slechts fenomenen binnen een grotere context.

In onze zoektocht naar onze ware aard is het belangrijk om ons niet te identificeren met deze tijdelijke rollen en te beseffen dat ze niet werkelijk zijn. Dit betekent dat we ons niet mogen verliezen in de oppervlakkige aspecten van ons leven—zoals sociale status, beroep, relaties en andere wereldse identiteiten—omdat deze slechts tijdelijke manifestaties zijn en niet onze ware aard vertegenwoordigen.

In de context van *Līlā* worden deze rollen als illusoir (*mā-yā*) beschouwd, omdat ze deel uitmaken van de wereld van vormen en verschijnselen. Hoewel deze vormen manifestaties van *Brahman* zijn, hebben ze geen blijvende, onafhankelijke realiteit. Net zoals de rollen die acteurs in een toneelstuk spelen tijdelijk en efemeer zijn, zijn ook de gebeurtenissen en identiteiten in ons leven geen reflecties van de Ultieme Werkelijkheid.

*Līlā* leert ons dat alles wat we ervaren, inclusief onze rollen en de gebeurtenissen in ons leven, manifestaties zijn van de ene Ultieme Werkelijkheid, *Brahman*.

Om onze ware aard—die één is met *Brahman*—te ontdekken, moeten we voorbij deze oppervlakkige rollen kijken. We moeten ons realiseren dat we, net als acteurs op een podium, deelnemen aan een groter spel, en dat onze ware identiteit niet gevonden wordt in de tijdelijke rollen die we spelen, maar in onze verbinding met het Absolute.

Door dit inzicht kunnen we met méér vrijheid, medemenselijkheid en wijsheid deelnemen aan het leven, wetende dat we slechts spelers zijn in een kosmisch drama, terwijl onze ware natuur verankerd blijft in de eeuwige eenheid van alles-met-alles. Dit besef helpt ons om los te komen van gehechtheid aan tijdelijke zaken en ons te richten op de diepere, onveranderlijke waarheid van wie en wat we werkelijk zijn—een manifestatie van het goddelijke spel dat *Brahman* speelt.

*Līlā* wordt beschouwd als de manier waarop het Absolute, *Brahman*, zichzelf uitdrukt en de wereld creëert, onderhoudt en vernietigt. Dit goddelijke spel is niet bedoeld om een specifiek resultaat te bereiken, maar om zichzelf te manifesteren in verschillende vormen en verschijnselen. De kosmos is een immense, ononderbroken dans waarin elke beweging, elk verschijnsel en elke ervaring deel uitmaakt van dit grote, goddelijke spel.

Het Sanskrietwoord *Līlā* betekent letterlijk 'spel', maar het verwijst naar veel méér dan alleen speelse activiteit.

*Līlā* is de manier waarop het Absolute, of *Brahman*, zichzelf manifesteert in de wereld van vormen en verschijnselen. Dit goddelijke spel brengt het Absolute in ons bewustzijn tot leven, waardoor we de ware aard van de werkelijkheid kunnen ervaren.

Door deel te nemen aan *Līlā*'s dans—lees: door dit spel aandachtig te observeren—worden we ons bewust van de aanwezigheid van het Absolute in alles wat bestaat.

*Līlā* kan beschouwd worden als het aansteken van het licht van inzicht voor de alerte observator. Voor wie bewust en waakzaam is, onthult *Līlā*'s dans de non-duale aard van de werkelijkheid.

Door dit verheven spel te doorzien, wordt het licht van inzicht ontstoken. De observator, de getuige van de dans, herkent de illusoire aard van de wereld en neemt het transcendente, het Absolute, *Brahman*, in zichzelf waar. Zo wordt een schijnbaar zinloze activiteit tot een goddelijke expressie verheven en wordt de spirituele zoeker naar het diepst mogelijke begrip van de werkelijkheid geleid, waarbij zijn of haar bewustzijn zich verenigt met het Absolute.

Deze eenheid markeert de Weg. Wie deze eenheid herkent, hoeft geen angst te hebben voor het licht dat het spirituele pad helder maakt. Integendeel, dit is het pad dat verder belopen moet worden. *'Méér willen weten dan nodig is'* vormt geen akte van beschuldiging, zoals Meister Eckhart ondervond, maar is juist een eerbetoon, een saluut, aan elke vrije onderzoeker.

Bevrijder, niet toneelspeler, is het epitheton voor de Meester, die wéét dat het ware inzicht zich in hem of haarzelf bevindt en niet in de externe wereld, niet in uiterlijke vormen en dingen, niet in decor en decorum.

### **Mythische grondslagen: De rol van de goden**

De vele mythen en verhalen binnen het hindoeïsme bieden ons diepgaand inzicht in de aard van *Līlā*.

De drie belangrijkste goddelijke krachten in de hindoeïstische kosmologie zijn *Brahma*, *Vishnu* en *Śiva*, die samen de scheppende, onderhoudende en vernietigende aspecten van het universum belichamen.

Elke god speelt een rol in het kosmische spel van *Līlā*, en de veelvuldige mythische verhalen illustreren uitbundig hoe het goddelijke zich in de wereld manifesteert.

*Brahma*, de god van de schepping, wordt vaak afgebeeld met vier gezichten, die de vier Veda's <sup>30</sup> vertegenwoordigen. In *Brahma's Līlā* zien we de voortdurende creatie van het universum—een proces dat nooit eindigt maar telkens opnieuw begint. *Brahma's Līlā* is de schepping van de wereld en al haar wezens, een daad van goddelijke spontaniteit en creativiteit.

*Vishnu*, de god die verantwoordelijk is voor het behoud van de wereld, speelt een cruciale rol in *Līlā*. Hij is de god van rechtvaardigheid en evenwicht, die de orde in het universum handhaaft en de kosmische wet bewaakt. *Vishnu's Līlā* omvat zijn verschillende incarnaties (*avatāra's*), <sup>31</sup> zoals *Rama* <sup>32</sup> en *Krishna*, <sup>33</sup> die verschijnen om de wereld te redden van onrecht en chaos.

*Śiva*, de god van vernietiging en transformatie, speelt een essentiële rol in *Līlā* door het oude te vernietigen om ruimte te maken voor het nieuwe. *Śiva's Līlā* omvat de cycli van vernietiging en wedergeboorte, die noodzakelijk zijn voor de voortdurende evolutie van het universum. *Śiva's* dans, de *Tandava*, symboliseert deze kosmische cyclus van schepping, behoud en vernietiging.

Wedergeboorte verwijst in deze context naar een diepere, spirituele betekenis: niet de letterlijke wedergeboorte die, bij nadere beschouwing, inhoudsloos is, maar naar de herkenning, erkenning en realisatie van je diepste 'zijn', je ware natuur. Deze realisatie is plots, spontaan, éénmalig en manifest, maar de 'herkenning' kan altijd

opnieuw opgeroepen worden, en als ervaring zelfs permanent geleefd.

*Brahma*, *Vishnu* en *Śiva* worden beschouwd als manifestaties van de Ultieme Werkelijkheid, het vormloze *Brahman*.

Deze goddelijke vormen fungeren als symbolen of hulpmiddelen voor mensen die nog gevangen zitten in onwetendheid en die de dualiteit van de wereld nodig hebben om hun bestaan zin en betekenis te geven.

Vormen ontstaan wanneer het vormloze uitgelegd wordt aan degenen die de verlichting nog niet ervaren hebben. Zij zoeken houvast in deze vormen, zonder te beseffen dat er geen blijvende vastheid in te vinden is. Op die manier kan de verlichtingservaring van de *jñānī*<sup>34</sup> zich uitkristalliseren in vormen zoals *Brahma*, *Vishnu* en *Śiva*, maar deze worden vervolgens verankerd in rituelen en dogma's, wat een structuur biedt aan degenen die de ervaring van verlichting zelf nog niet gekend hebben.<sup>35</sup>

Wat nogmaals duidelijk maakt dat in structuren en de erkenning van structuren geen verlichtingsheil te verwachten valt, aangezien ware verlichting ontspringt uit persoonlijke, directe realisatie, vrij van elke vorm of illusoire vastigheid.

In de Ultieme Werkelijkheid bestaat slechts eenheid—een vormloze, ondeelbare realiteit die het eeuwige proces van bestaan symboliseert.

*Brahman* is Eén/Niet-Twee, laat staan drie.<sup>36</sup> *Brahman* is de non-duale werkelijkheid zoals beschreven in de *advaita*-filosofie. Wie *Brahman* ervaart, realiseert de diepste eenheid waarin alle dualiteiten oplossen. In deze ervaring wordt de schijnbare veelheid en diversiteit van de wereld doorzien als één en dezelfde werkelijkheid. Alle

tegenstellingen lossen op in de ervaring van *Brahman*, zonder enig onderscheid.



*Krishna's Līlā* verdient een bijzondere vermelding vanwege de diepe filosofische, theologische, en culturele betekenis die eraan verbonden is binnen het hindoeïsme.

Als *avatāra* van *Vishnu* speelt *Krishna* een cruciale rol in het handhaven van de kosmische orde. Zijn leven en *Līlā* worden beschouwd als manifestaties van goddelijke interventie op aarde, waarbij hij optreedt tegen onrecht en onheil. Heldendaden zoals het verslaan van de demon *Kamsa*<sup>37</sup> en het geven van de *Bhagavad Gītā* aan *Arjuna*,<sup>38</sup> zijn belangrijke elementen van zijn goddelijk spel. Deze gebeurtenissen worden gezien als leringen en richtlijnen voor de mensheid.

*Krishna's Līlā* biedt een unieke kijk op de relatie tussen het goddelijke en de wereld, waarbij benadrukt wordt dat het goddelijke zich niet alleen manifesteert in grootsse en serieuze vormen, maar ook in de vreugde en speelsheid van het gewone dagelijks leven. Het herinnert de mens eraan dat het leven zelf een goddelijk spel is, waarin het goddelijke altijd aanwezig is, zelfs in de meest onverwachte en speelse momenten.

Een treffend voorbeeld hiervan is *Krishna's* kindertijd, waarin hij ondeugende streken uithaalt, zoals het stelen van boter en het plagen van de melkmeisjes (*gopi's*).<sup>39</sup>

Deze verhalen illustreren zijn liefdevolle en onbevengende aard, en laten zien hoe het goddelijke zich op de meest eenvoudige en vreugdevolle manier manifesteert.

Daarnaast wordt *Krishna's Līlā* vaak beschouwd als een symbool voor de kosmische dans van het universum,



waarin het goddelijke de schepping, instandhouding en vernietiging regelt.

De speelse handelingen van *Krishna* weerspiegelen de ondoorgrondelijke en paradoxale aard van het goddelijke, waarbij het universum zelf als een goddelijk spel wordt beschouwd.

Eén van de meest gevierde aspecten van *Krishna's Līlā* is de *Rasa Līlā*,<sup>40</sup> waarin *Krishna* 's nachts in de bossen danst met de *gopi's* (cfr. *supra*). Tijdens deze mystieke dans vermenigvuldigt *Krishna* zichzelf, zodat elke *gopi* het gevoel krijgt dat ze alleen met hem danst. Dit symboliseert de ultieme eenheid van de individuele ziel (*jīva*) met het goddelijke, waarbij *Krishna* de belichaming is van liefde en devotie, en de *gopi's* de toegewijde zielen zijn die naar vereniging met hem hunkeren.

*Krishna's Līlā* wordt ook spiritueel geïnterpreteerd als een metafoor voor het goddelijke spel in de wereld. In deze context is *Līlā* niet zomaar een reeks willekeurige gebeurtenissen, maar een manier waarop het Absolute zich manifesteert in het leven van mensen. De speelse en soms ondeugende aspecten van *Krishna* herinneren ons eraan dat het goddelijke de bron is van zowel vreugde als wijsheid en dat het leven een dans is waarin we de goddelijke aanwezigheid kunnen ervaren.

*Krishna's Līlā* heeft een enorme impact op de Indiase cultuur, literatuur, en kunst. Verhalen over *Krishna's Līlā* zijn vaak het onderwerp van poëzie, drama, muziek en dans, en vormen een integraal onderdeel van de *bhakti*-beweging,<sup>41</sup> die devotie aan God centraal stelt.

### **Līlā: Inzicht in de diepere betekenis van het bestaan**

Het concept van *Līlā* biedt een rijke en veelzijdige kijk op het leven en het goddelijke. Door te begrijpen hoe *Līlā* binnen de hindoeïstische traditie functioneert, verkrijgen

we inzicht in de diepere betekenis van het bestaan en de rol van het goddelijke in de wereld.

In de volgende hoofdstukken zullen we de parallellen en verschillen met het boeddhistische begrip van *Līlā* onderzoeken. We zullen dieper ingaan op hoe dit concept ons kan inspireren en begeleiden in onze eigen spirituele zoektocht.



## HOOFDSTUK II - *LĪLĀ* IN HET BOEDDHISME

In tegenstelling tot de hindoeïstische traditie, waarin *Līlā* beschouwd wordt als een goddelijk spel van het Absolute, benadert het boeddhisme het concept *Līlā* vanuit een geheel ander perspectief.

Hoewel het boeddhisme geen goddelijke schepper erkent die betrokken is bij een kosmisch spel, biedt het wel een vergelijkbare visie op de wereld als een voortdurend veranderend en illusoir proces. In deze context kan *Līlā* begrepen worden als een metafoor voor de vergankelijke en ongrijpbare aard van alle verschijnselen.

### Leegte en vergankelijkheid

Het boeddhisme benadrukt drie fundamentele waarheden over de aard van de werkelijkheid: vergankelijkheid (*anicca*; *anitya*), lijden (*dukkha*; *duḥkha*), en niet-zelf (*anattā*; *anātman*).

Deze concepten vormen de kern van het boeddhistisch inzicht in de aard van de werkelijkheid en maken duidelijk dat alles in de wereld tijdelijk is en geen blijvende essentie bezit.

Vergankelijkheid betekent dat alle fenomenen voortdurend veranderen en geen permanente zijnsstaat bezitten.

Lijden verwijst naar het inherente ongemak en ontevredenheid die gepaard gaan met het bestaan.

Niet-zelf impliceert dat er geen permanent, onveranderlijk zelf bestaat, maar slechts een stroom van ervaringen en processen die voortdurend in beweging zijn.

De overeenkomsten tussen *Līlā* en de boeddhistische concepten van vergankelijkheid (*anicca*; *anitya*) en niet-

zelf (*anattā*; *anātman*) liggen in hun nadruk op de veranderlijke en ongrijpbare aard van de werkelijkheid.

Dit vergt een woordje uitleg.

De boeddhistische concepten vergankelijkheid (*anicca*) en niet-zelf (*anattā*) zijn vaak moeilijk te begrijpen omdat ze drastisch ingaan tegen onze diepgewortelde (geconditioneerde) manier van denken en ervaren.

De belangrijkste reden is onze neiging tot zelf-identificatie. We ervaren onszelf doorgaans als een vast en blijvend 'ik', een gevoel dat de basis vormt van onze dagelijkse beleving.

*Anattā* stelt dat er geen blijvende, onveranderlijke essentie of 'ziel' bestaat, wat botst met het instinctieve idee van onszelf als een afzonderlijk individu. Dit maakt het voor ons zo ontzettend moeilijk om het concept van niet-zelf te doorgronden.

Daarnaast zijn we gehecht aan stabiliteit en zekerheid. Het idee dat alles voortdurend verandert, zoals beschreven door *anicca*, voelt ongemakkelijk aan. Wij willen oh zo graag geloven dat sommige dingen blijvend zijn, zoals onze eigen identiteit, en als het even kan, ook onze relaties en bezittingen. Het accepteren van voortdurende verandering, waarbij niets vaststaat, is daarom beangstigend en voelt haast onnatuurlijk aan. Unheimlich.

Maar de werkelijkheid is wat ze is: wat we ook als 'zelf' zien, bestaat niet, juist omdat alles constant in beweging, constant in verandering is.

Bovendien is onze zintuiglijke ervaring in dit opzicht bedrieglijk. Onze zintuigen geven ons de indruk dat de wereld om ons heen vast en bestendig is. Objecten lijken

hetzelfde, emoties voelen vertrouwd, en dit alles voedt ons idee van permanentie.

Volgens *anicca* is echter niets blijvend; alles is voortdurend in beweging, wat contra-intuïtief <sup>42</sup> is voor hoe we de wereld dagelijks ervaren.

Ons ego speelt een belangrijke rol in dit verzet. Het ego identificeert zich sterk met persoonlijke ervaringen, gedachten en emoties, en het idee dat deze voortdurend veranderen en geen vast 'zelf' bezitten, bedreigt het ego. Dit leidt tot weerstand, omdat het ego zich wil vastklampen aan een gevoel van continuïteit en controle.

Tot slot spelen cognitieve gewoonten en culturele factoren een rol. In veel culturen wordt het idee van een blijvende 'ziel' of identiteit centraal gesteld, wat rechtstreeks conflictueus is met *anattā*.

Het doorbreken van deze cognitieve en culturele patronen vergt tijd en oefening, en binnen de boeddhistische traditie zijn meditatie en diepgaande reflectie essentieel om deze concepten beter te begrijpen en te realiseren.

Anders gezegd, *anicca* en *anattā* zijn moeilijk te bevatten omdat ze indruisen tegen onze natuurlijke neiging om de wereld als stabiel te zien en onszelf als een vaststaand 'ik' te ervaren.

Het vergt een fundamentele verschuiving in ons denken en onze perceptie om deze diepgaande waarheden volledig te doorgronden.

*Līā*'s speelse en tijdelijke aard reflecteert de boeddhistische visie dat de wereld geen vaste, blijvende realiteit heeft. Dit biedt een dieper inzicht in de aard van de werkelijkheid vanuit zowel een hindoeïstisch als boeddhistisch perspectief.

## Līlā als spel van illusie

In het boeddhisme kan het concept *Līlā*, hoewel het oorspronkelijk uit het hindoeïsme komt, begrepen worden als een metafoor voor de illusoire aard van de wereld.

In het hindoeïsme wordt *Līlā* gezien als het speelse spel van het goddelijke, waarin de wereld en alle verschijnselen de uitdrukking zijn van de creatieve kracht van Brahman.

Dit spel is de manier waarop *Brahman* zich in de wereld manifesteert, en hoewel de wereld voortdurend verandert, blijft het een expressie van goddelijke speelsheid en creativiteit. *Līlā* weerspiegelt de dynamische aard van de wereld, waarbij alles vergankelijk is, maar toch verbonden blijft met de diepere realiteit van Brahman.

In het boeddhisme is er echter geen sprake van een goddelijk spel, omdat het boeddhisme geen scheppende god erkent. In plaats daarvan draait de boeddhistische leer om de tijdelijke en veranderlijke aard van alle fenomenen, zoals uitgelegd in de concepten *māyā* en *samsāra*.

*Māyā* verwijst naar de illusie waarin we gevangen zitten: we nemen de wereld waar als iets vast en blijvends, terwijl het in werkelijkheid slechts een tijdelijke, misleidende verschijningsvorm is.

*Samsāra* verwijst naar de cyclus van geboorte, dood en wedergeboorte waarin we steeds opnieuw gevangen zitten, zonder een blijvende essentie of ontsnapping uit het lijden.

Hoewel *Līlā* en *māyā* beide wijzen op de veranderlijke en tijdelijke aard van de wereld, verschillen ze fundamenteel in hun filosofische betekenis.

*Līlā* heeft in het hindoeïsme een positieve connotatie, omdat het gezien wordt als een uitdrukking van goddelijke vreugde en scheppingskracht.

Het bestaan is speels en dynamisch, en hoewel het vergankelijk is, blijft het een deel van de goddelijke manifestatie. Het doel van spirituele groei is om, door dit spel, de diepere waarheid van *Brahman* te ontdekken.

In het boeddhisme daarentegen wordt *māyā* als negatief beschouwd, omdat het de illusie is die ons vasthoudt in de cyclus van *saṃsāra*. Deze illusie verblindt ons voor de ware aard van de werkelijkheid, namelijk dat alles vergankelijk is en geen vaste essentie heeft.

De boeddhistische praktijk richt zich op het loslaten van gehechtheid aan deze illusoire verschijnselen, met als uiteindelijk doel het bereiken van *nirvāṇa*, de bevrijding uit lijden en onwetendheid. *Nirvāṇa* is niet een manifestatie van een goddelijk spel, maar een staat van uitdoving, van bevrijding, waarin de leegte en vergankelijkheid van alle dingen begrepen wordt.

De overeenkomsten tussen *Līlā* en *māyā* liggen in de erkenning dat de wereld van verschijnselen tijdelijk en illusoir is.

Beide concepten benadrukken dat er een diepere realiteit bestaat die deze veranderlijke manifestaties overstijgt.

In het hindoeïsme wordt deze Ultieme Werkelijkheid aangeduid als *Brahman*, de eeuwige en onveranderlijke goddelijke essentie.

In het boeddhisme verwijst het naar de staat van *nirvāṇa*, waarin men bevrijd is van de illusies van de wereld en de cyclus van *saṃsāra*.

In de hindoeïstische visie is *Līlā* een creatieve, speelse uitdrukking van *Brahman*, die de vergankelijkheid van de wereld benadrukt, maar zonder die als negatief te beschouwen.

In het boeddhisme wordt de illusoire natuur van de wereld daarentegen gezien als iets dat moet doorzien en overwonnen worden.

Beide tradities erkennen de veranderlijkheid van de wereld, maar de manier waarop ze deze veranderlijkheid begrijpen en benaderen, verschilt wezenlijk. Terwijl *Līlā* ons uitnodigt om de speelsheid van het bestaan te omarmen, roept *māyā* ons op om de illusie van die speelsheid te doorbreken en de werkelijkheid te doorzien zoals ze werkelijk is.

### Leegte en de aard van de werkelijkheid

Leegte (*suññatā*; *śūnyatā*), is een kernconcept in het boeddhisme. Het verwijst naar het inzicht dat alle verschijnselen leeg zijn van inherent, onafhankelijk bestaan.

*Śūnyatā* wordt niet gezien als een absoluut of transcendent 'iets,' maar louter als de relatieve aard van bestaan: alles is leeg van eigen aard of eigen natuur (*svabhāva*).

Dit betekent dat niets in zichzelf of uit zichzelf bestaat, maar dat alles afhankelijk is van oorzaken en omstandigheden. Dit verwijst naar het concept van afhankelijk ontstaan (*paṭicca-samuppāda*; *pratītyasamutpāda*). *Śūnyatā* vormt de basis van het boeddhistische inzicht in de aard van de werkelijkheid, waaruit blijkt dat alles tijdelijk, vergankelijk en onderling afhankelijk is.

Om de dingen werkelijk te begrijpen, is het noodzakelijk hun oorzaken en condities te kennen. Omdat alle verschijnselen ontstaan in onderlinge afhankelijkheid, kun-



nen we hun ware aard alleen doorgronden door inzicht te krijgen in de factoren die hen voortbrengen en beïnvloeden. Zo leidt het kennen van de oorzaken tot een dieper begrip van hun leegte en vergankelijke aard.<sup>43</sup>

*Śūnyatā* fungeert als een conceptueel hulpmiddel om enerzijds voorbij dualiteit te gaan en anderzijds om het inzicht te verwerven dat tot bevrijding (*nibbāna*; *nirvāṇa*) leidt.

In de eerste plaats om voorbij dualiteit te gaan: de vaststelling dat alle verschijnselen leeg zijn van een vaste, onafhankelijke essentie laat de beoefenaar loskomen van zijn of haar gehechtheid aan dualistische opvattingen zoals ‘zelf’ en de ‘ander,’ ‘zijn’ en ‘niet-zijn,’ ‘goed’ en ‘slecht.’ Al deze dualiteiten vormen de basis van verlangen, afkeer, en lijden in het menselijke bestaan.

Eenmaal deze dualiteiten overstegen zijn, verdwijnt de gehechtheid aan dingen en ervaringen die als plezierig of onplezierig beschouwd worden. Gehechtheden zijn immers gebaseerd op de illusie dat dingen blijvend zijn en intrinsieke waarde hebben, terwijl ze in werkelijkheid leeg zijn van eigen-natuur (*svabhāva*). Door in te zien dat alles leeg is en voortdurend verandert, wordt de basis voor gehechtheid grondig ondermijnd.

Dit inzicht leidt vervolgens tot het beseft dat er niets is om je aan vast te klampen of om te controleren, wat leidt tot het loslaten van verlangen en lijden. Dit loslaten is cruciaal om *nirvāṇa* te bereiken, de bevrijding waardoor de ketens van onwetendheid en illusie doorbroken worden.

Inzicht in *śūnyatā* leidt niet alleen tot het loslaten van dualiteiten, maar verder tot een diep inzicht in de ware aard van de werkelijkheid. Dit inzicht is niet louter intellectueel, maar direct ervaringsgericht.

Het experiëntieel zien dat alle verschijnselen leeg zijn van een vaste essentie—het zien dat er geen zelfstandig, permanent zelf bestaat—leidt tot de staat van *nirvāṇa*.

*Nirvāṇa* wordt gekenmerkt door het beëindigen van alle vormen van lijden en verlangen, en door het verdwijnen van alle mentale constructies die de werkelijkheid opdelen in dualiteiten.

In tegenstelling tot het boeddhisme wordt *Brahman* in het hindoeïsme gezien als de enige onveranderlijke en transcendente werkelijkheid.

Alles wat bestaat, is een manifestatie van *Brahman*, maar door de sluier van *māyā* (illusie) lijkt de wereld verdeeld en fragmentarisch. Het inzicht dat het individuele zelf (*ātman*) identiek is aan *Brahman* leidt tot de realisatie dat de ervaren dualiteit tussen het universum en het Absolute slechts een illusie is. Wanneer deze illusie doorbroken wordt, ervaart de beoefenaar bevrijding (*mokṣa*), en wordt hij één met de allesomvattende werkelijkheid. Dit inzicht leidt tot een non-duale ervaring waarin de illusie van afzonderlijkheid verdwijnt en de beoefenaar zich bewust wordt van de fundamentele eenheid van alles.

Belangrijke noot:

Hoewel de conceptuele benaderingen basaal verschillen —*śūnyatā* in het boeddhisme benadrukt het ontbreken van inherent bestaan in alle fenomenen (leegte) zonder enige ultieme essentie, terwijl *Brahman* in het hindoeïsme beschouwd wordt als de positieve affirmatie van het Absoluut Bewustzijn—hebben beide paden een vergelijkbaar effect op de beoefenaar.

In beide gevallen wordt de illusie van dualiteit doorbroken en wordt het lijden beëindigd. In het boeddhisme

komt de beoefenaar tot het inzicht dat dualiteit en het zelf slechts illusies zijn, terwijl de hindoeïstische beoefenaar realiseert dat alle schijnbare verdeeldheid een manifestatie van *Brahman* is.

Beide inzichten leiden tot een non-duale ervaring van de werkelijkheid, waarin de illusie van een afzonderlijk zelf doorzien wordt en bevrijding plaatsvindt.

Zowel in het boeddhisme als in het hindoeïsme leidt dit tot een staat van bevrijding waarin dualiteit en ego-illusies losgelaten worden, wat innerlijke vrede en bevrijding van lijden brengt.

Ondanks de fundamentele verschillen in filosofische achtergrond bieden zowel *śūnyatā* als *Brahman* de beoefenaar de mogelijkheid om de illusoire grenzen van dualiteit te overstijgen en de ware aard van de werkelijkheid te realiseren.

Zowel *śūnyatā* in het boeddhisme als *mokṣa* in het hindoeïsme leiden de *yogi* (M/V/X) naar bevrijding van de beperkingen en conditioneringen van het persoonlijke ego, elk binnen hun eigen filosofische traditie en benadering van verlichting.

In het hindoeïsme betekent dit het realiseren van de ware natuur van het zelf (*ātman*) als identiek aan *Brahman*, wat resulteert in een ononderbroken ervaring van eenheid en continuïteit van het wezen.

In het boeddhisme betekent dit het doorzien van de illusie van een zelfstandig zelf (*anātman*) en het erkennen van de leegte (*śūnyatā*) van alle fenomenen.

Dit leidt in beide gevallen tot een diep gevoel van vrijheid, vervulling en innerlijke rust.

Het grootste verschil tussen beide tradities is dat het hindoeïsme het geloof in een eeuwige, onveranderlijke ziel (*ātman*) verkondigt, terwijl het boeddhisme expliciet het bestaan van een permanent zelf verwerpt.



In de hindoeïstische traditie, wordt *Līlā* beschreven als een kosmisch spel, gespeeld door het goddelijke (*Brahman* of *Vishnu*). Het goddelijke manifesteert zich op een speelse manier in de wereld, waarbij de hele schepping opgevat wordt als een uiting van goddelijke creativiteit en speelsheid. De verschijnselen in de wereld komen en gaan als deel van dit kosmische spel, waarbij het goddelijke zich niet vastlegt op één enkele vorm of betekenis, maar zichzelf op verschillende manieren tot uitdrukking brengt.

Wanneer we het concept van *Līlā*, het kosmische spel van het goddelijke in het hindoeïsme, in een boeddhistische context plaatsen, kunnen we het interpreteren als een proces van voortdurende verandering zonder vaste essentie. Anders gezegd kan *Līlā* in een boeddhistisch perspectief begrepen worden als een metafoor voor de lege en onderling afhankelijke aard van verschijnselen.

Terwijl *Līlā* in het hindoeïsme een goddelijke speelsheid impliceert, benadrukt het boeddhistische perspectief eerder de vergankelijkheid (*anicca*; *anitya*) en illusie (*māyā*) die aan deze verschijnselen ten grondslag liggen.

Deze vergelijking tussen *śūnyatā* en *Līlā* maakt ons duidelijk dat zowel in het hindoeïsme als in het boeddhisme de wereld als een tijdelijke en dynamische manifestatie beschouwd wordt, zonder blijvende substantie.

Dit biedt een diepere kijk op de aard van de werkelijkheid, waarbij het begrijpen van leegte in het boeddhisme

ons bevrijdt van gehechtheid aan vaste ideeën over het bestaan.

In beide tradities is er inzicht in de vergankelijkheid en veranderlijkheid van de wereld. Terwijl *Līlā* in het hindoeïsme gezien wordt als een creatief, goddelijk spel, biedt het boeddhisme een visie op de wereld als een illusoire verschijningsvorm, waarbij het doel is om voorbij deze verschijnselen de ware aard van de werkelijkheid te zien, namelijk dat alles leeg is van blijvende essentie.

### **Implicaties voor de spirituele praktijk**

In zowel het hindoeïsme als het boeddhisme biedt het begrip *Līlā* diepgaande implicaties voor hoe we ons tot de wereld verhouden en spiritueel handelen.

In het hindoeïsme nodigt *Līlā* ons uit om het leven te zien als een speelse, goddelijke manifestatie, waarin elke ervaring een onderdeel is van het kosmische spel. Dit kan de spirituele praktijk inspireren om het leven met vreugde, overgave en devotie (*bhakti*) te benaderen, in de wetenschap dat alles deel uitmaakt van het goddelijke spel.

In het boeddhisme daarentegen, wordt de focus gelegd op het begrijpen van de illusoire en tijdelijke aard van alle verschijnselen. Vanuit het inzicht in de leegte (*śūnyatā*) leren we dat alles vergankelijk is en zonder inherent, blijvend zelf. Dit inzicht zorgt ervoor dat de beoefenaar gehechtheid en lijden transcendeert, en handelt vanuit de wijsheid die voortspruit uit het besef van leegte en onderlinge afhankelijkheid.

Beide perspectieven bieden waardevolle inzichten voor de spirituele praktijk: in het hindoeïsme door het leven te zien als een goddelijk spel waarin elke gebeurtenis een diepe betekenis heeft, en in het boeddhisme door de il-

lusie van vastheid en het ego los te laten en de werkelijkheid te benaderen vanuit wijsheid en mededogen.

In hoofdstuk I en II heb ik de essentie van *Līlā* binnen het hindoeïsme en het boeddhisme verkend. In de volgende hoofdstukken zal ik onderzoeken hoe deze inzichten kunnen bijdragen tot een dieper begrip van de spirituele zoektocht en hoe het concept van *Līlā* op verschillende manieren in de spirituele praktijk kan toegepast worden.



## HOOFDSTUK III - *LĪLĀ* IN FILOSOFIE EN SPIRITUALITEIT

De vraag die zich stelt is of het concept van *Līlā* geïntegreerd kan worden binnen verschillende filosofische en spirituele tradities. Indien dit mogelijk is, rijst de vraag hoe dit begrip bijdraagt tot een dieper inzicht in het bestaan en de menselijke ervaring.

Het onderzoeken van hoe *Līlā* ingebed kan worden in diverse tradities opent een rijke, veelzijdige discussie over de rol van dit concept in het moderne leven.

*Līlā* biedt niet alleen een krachtige metafoor voor de speelse en creatieve aard van het universum, maar dient ook als middel voor diepe inzichten in de aard van ons bestaan, onze relaties en onze spirituele zoektocht.

Dit maakt het concept van *Līlā* niet alleen relevant binnen zijn oorspronkelijke context, maar ook in een breder, hedendaags kader, waarin het bijdraagt tot een meer holistische en geïnspireerde visie op het leven.

De integratie van het *Līlā*-concept binnen verschillende tradities helpt ons ook om fundamentele aspecten van het leven en de menselijke ervaring beter te begrijpen.

### **Acceptatie van onvoorspelbaarheid en impermanentie**

Door *Līlā* te beschouwen als een uitdrukking van de veranderlijke en onvoorspelbare aard van het leven, leren we met flexibiliteit en een zekere lichtheid te reageren op de uitdagingen die zich van moment tot moment aan ons presenteren.

*Līlā* leert ons de veranderlijkheid van de werkelijkheid te omarmen, waardoor we veranderingen en onzekerheden met een open en soepele houding tegemoet treden.

Zulke houding bevrijdt ons van onze geconditioneerde behoefte aan controle en zekerheid, die vaak de bron is van angst en lijden.

Het leven is per definitie onvoorspelbaar en onderhevig aan voortdurende verandering. Alles wat we ervaren—van dagelijkse gebeurtenissen tot ingrijpende levensmomenten—verandert constant. Deze vergankelijkheid is voor velen beangstigend, omdat ze indruist tegen onze natuurlijke drang naar stabiliteit en zekerheid. We willen grip op ons leven en hopen dan ook dat de zaken die ons vreugde en veiligheid bieden, blijvend zijn, vast zijn. Wanneer we echter geconfronteerd worden met de onontkoombare realiteit van verandering, is angst en stress ons deel.

Het concept van *Līlā* biedt een alternatieve manier om deze onzekerheid en vergankelijkheid te begrijpen.

In plaats van de wereld te zien als een rigide structuur, nodigt *Līlā* ons uit om het leven te beschouwen als een creatief en speels proces waarin niets definitief is en alles voortdurend in beweging. *Līlā* speelt met de werkelijkheid, en wij, als deel van dit kosmische spel, kunnen enkel leren om de veranderlijkheid van het leven te omarmen.

Door het leven als een spel te zien in plaats van als een rigide en voorspelbare werkelijkheid, ervaren we de onvoorspelbare aspecten ervan minder als bedreigingen en meer als natuurlijke en onvermijdelijke aspecten van het bestaan. We hechten ons zo minder aan de resultaten van ons handelen en creëren op deze manier de nodige ruimte voor spontaniteit en verrassing.

Wanneer we *Līlā* durven omarmen als leidend principe, leren we flexibel te zijn in onze aanpak van het leven. We laten verwachtingen los, staan open voor het onverwachte en zien nieuwe kansen in ogenscheinlijk moei-



lijke of uitdagende situaties. Deze flexibiliteit geeft ons veerkracht en helpt ons om realistischer om te gaan met de constante veranderingen die het leven met zich meebrengt.

Deze lichtere benadering van het leven spruit voort uit het besef dat we niet alles hoeven te controleren. In plaats van te piekeren over wat mis kan gaan of wat we kunnen verliezen, kunnen we ons richten op het NU-moment en genieten van elke ervaring, ongeacht de uitkomst ervan. Dit vermindert stress en angst, omdat we ons niet langer vastklampen aan de illusie van controle of zekerheid.

*Līlā* leert ons dat de behoefte aan controle en zekerheid vaak de bron is van ons lijden. Door te erkennen dat controle slechts een illusie is in een wereld vol verandering, kunnen we beginnen los te laten.

Dit betekent niet dat we passief worden of geen ambities meer hebben, maar dat we onze inspanningen combineren met een houding van overgave aan het grotere kosmische spel van het leven.

Door *Līlā* te integreren in ons leven, bevrijden we ons van de angst en spanning die voortkomen uit onze drang om alles te beheersen. We leren het leven te zien als een spel waarin elke ervaring—positief of negatief—een kans biedt om te groeien, te leren en te genieten.

Zo ontwikkelen we een gezondere, meer ontspannen relatie met het leven, waarin we de onvoorspelbaarheid en vergankelijkheid van alles omarmen als een bron van vrijheid en vreugde.

We waarderen het leven zoals het is: een voortdurend veranderend, creatief proces dat ons steeds nieuwe kansen biedt.

Dit bevrijdt ons van de limitering van starre verwachtingen en opent onze ogen voor de werkelijke schoonheid van het leven.

### **Vreugde en creativiteit**

*Līlā* benadrukt de vreugde en creativiteit die inherent is aan het leven. Dit concept suggereert dat het leven niet alleen serieus of doelgericht is, maar vooral speels en vreugdevol. *Līlā* kan mensen inspireren om hun creatief potentieel te omarmen en het leven met een gevoel van speelsheid en nieuwsgierigheid te benaderen.

Volgens *Līlā* is het leven een uitdrukking van goddelijke vreugde en creativiteit. In plaats van het universum te zien als een plaats van louter strijd, lijden, of mechanische processen, nodigt *Līlā* ons uit om het leven te beschouwen als een spel waarin vreugde en creativiteit centraal staan. Dit impliceert dat zelfs te midden van uitdagingen en moeilijkheden er een fundamentele lichtheid en plezier in het leven aanwezig zijn.

De vreugde die *Līlā* benadrukt, is niet oppervlakkig of vluchtig. Het is een diepgewortelde vreugde die voortkomt uit het inzicht dat het leven zelf een creatieve en speelse manifestatie van het goddelijke is.

Wanneer we dit begrijpen, kunnen we het leven niet alleen accepteren zoals het is, maar vooral actief genieten van de levensreis, ongeacht de bestemming. Dit inzicht bevrijdt ons van de druk om constant prestaties te leveren of om steeds op zoek te zijn naar een hoger doel. In plaats daarvan leren we te genieten van het NU-moment, vreugde te vinden in dagelijkse ervaringen en open te staan voor de verrassingen die het leven biedt.

In veel culturen en tradities wordt het leven gezien als iets dat serieus genomen moet worden, waarbij de nadruk ligt op verantwoordelijkheid, discipline en het be-

reiken van vooropgestelde doelen. Dit is het geval in westerse culturen en wordt in verband gebracht met een focus op persoonlijke en maatschappelijke prestaties, efficiëntie en de opvatting dat het leven een lineaire reis is naar het bereiken van concrete doelen.

Hoewel conditionering een belangrijke rol speelt in deze houding, is het waarschijnlijk dat er méér aan de hand is.

Deze focus kan voortkomen uit diepgewortelde filosofische en religieuze tradities die het menselijk bestaan benaderen als een morele plicht of een strijd om zelfverbetering.

In het christendom bijvoorbeeld wordt het leven vaak beschouwd als een voorbereiding op het hiernamaals, met verantwoordelijkheden die zich uitstrekken naar het spirituele domein. In de verlichtingstraditie <sup>44</sup> ligt de nadruk op rationaliteit en vooruitgang als middelen om menselijk lijden te verminderen en de wereld te verbeteren.

In het Oosten, waar de nadruk ligt op cyclische en niet-lineaire wereldbeelden, zoals in het hindoeïsme en het boeddhisme, wordt het leven als een spel of dans beschouwd, waarbij de focus ligt op de ervaring van het NU, en niet *per se* op het bereiken van doelen. Dit zorgt voor een meer ontspannen en speelse benadering van het leven.

Kortom, conditionering speelt zeker een rol, maar er is onmiskenbaar een diepere, culturele en filosofische basis die beïnvloedt hoe verschillende samenlevingen het leven benaderen.

Hoewel deze aspecten belangrijk zijn, kan een te grote focus op ernst en doelgerichtheid ons het plezier en de creativiteit van het leven doen vergeten.

Zo raken we verstrikt in routine, verplichtingen en verwachtingen, wat leidt tot stress, verveling en ontevredenheid.

*Līlā* herinnert ons eraan dat het leven speels is. Dit betekent dat we niet alles altijd zo ernstig hoeven te nemen en dat er ruimte is om te experimenteren, fouten te maken, te exploreren en nieuwe dingen uit te proberen zonder angst voor mislukking.

De gedachte om het leven op te vatten als een spel moedigt ons aan om flexibel te zijn en open te staan voor nieuwe perspectieven. Vergissingen en mislukkingen horen hierbij en vormen geen halsmisdrijf.

Elk moment biedt een nieuwe kans om iets nieuws te creëren of te ontdekken—door persoonlijke input en ervaring, niet door iets klakkeloos voor waar aan te nemen. Zulk proces van zelfontdekking, waarin *geloven* plaats maakt voor *weten*, sluit aan bij wat de Boeddha onderwees in de *Kalama Sutta*:<sup>45</sup> vertrouwen op je eigen ervaring in plaats van op autoriteiten. Søren Kierkegaard<sup>46</sup> benadrukte eenzelfde idee toen hij zei: '*Pas wanneer ik het ontdek, is het ontdekt; eerder niet, al wist de hele wereld het.*'

Directe ervaring is de sleutel tot échte kennis, tot inzicht, tot wijsheid, tot 'weten'.

Directe ervaring maakt het onderscheid tussen 'weten' en 'geloven'.

*Weten* verwijst naar directe ervaring of onmiddellijk inzicht dat gestoeld is op bewijs, waarneming of logische gevolgtrekking. Iets dat je *weet*, wordt als feitelijk en objectief ervaren. Het is gebaseerd op verificatie, op controleerbare informatie, op inzicht dat direct experiëntieel ervaren wordt. Bijvoorbeeld, je *weet* dat de zon opkomt in het oosten omdat dit een terugkerend fenomeen is

dat elke dag opnieuw door waarneming en wetenschap ondersteund wordt, en dat je zélf dagelijks ervaren kunt.

*Geloven* impliceert dat je een overtuiging hebt zonder empirisch bewijs of directe ervaring. *Geloven* is subjectief en gaat gepaard met vertrouwen in iets of iemand, zonder dat het bewezen hoeft te zijn. Het is gebaseerd op persoonlijke overtuiging, traditie, of vertrouwen in bronnen die je waardevol acht. Bijvoorbeeld, je *gelooft* in een leven na de dood, zelfs al kan dat niet objectief aangetoond worden.

Het omarmen van *Līlā* inspireert om ons creatief potentieel aan te spreken en te benutten. In plaats van vast te houden aan bekende paden, worden we aangemoedigd om out of the box te denken en onze verbeelding te gebruiken.

Creativiteit beperkt zich niet tot kunst, maar komt tot uiting in de manier waarop we problemen oplossen, relaties aangaan, onze toekomst vormgeven, en waarom niet... hoe we tot zelfrealisatie kunnen komen.

Wanneer we het leven benaderen als een spel, voelen we ons vrijer om te experimenteren, nieuwe mogelijkheden te verkennen en oplossingen te vinden die zowel effectief als onverwacht kunnen zijn.

De speelsheid die *Līlā* voorstelt, gaat hand in hand met nieuwsgierigheid. In plaats van alles als vaststaand te beschouwen, nodigt *Līlā* ons uit om met een open geest vragen te stellen, te ontdekken en met een alerte geest het leven te verkennen.

Dit leidt tot een levenshouding die minder gericht is op zekerheid en meer op ontdekking, op vrij onderzoek. Het moedigt ons aan om te blijven leren, om nieuwe dingen te proberen, en om het leven te benaderen met een gevoel van verwondering en avontuur—een permanente

zoektocht naar ons ware zelf, naar ons oorspronkelijk gezicht.

Door het *Līlā*-concept in ons leven te integreren, worden we eraan herinnerd dat vreugde en creativiteit essentieel zijn voor een vervuld leven. *Līlā* nodigt ons uit om het leven niet louter serieus te nemen, maar om het te benaderen met speelsheid, nieuwsgierigheid en een open hart.

Dit kan ons helpen om ons creatief potentieel te ontdekken, meer plezier te vinden in onze dagelijkse ervaringen en om het leven met een lichtere en meer vreugdevolle houding tegemoet te treden.

In plaats van ons vast te klampen aan prestatiedruk en verplichtingen, kunnen we elk moment zien als een kans om te spelen, te creëren, en te genieten van het wonder van het leven.

### **Diepere spirituele inzichten**

Het concept van *Līlā* nodigt ons uit om het leven te zien als een kosmisch spel dat voorbij de oppervlakkige geconditioneerde realiteit gaat. Dit perspectief opent de deur naar diepere spirituele vragen over de aard van het bestaan, die onze geest en ons hart kunnen verruimen.

In de hindoeïstische filosofie wordt *Līlā* beschreven als het goddelijke spel, waarin het universum voortdurend gecreëerd, onderhouden en vernietigd wordt. Dit spel is geen ernstige of zware aangelegenheid, maar een expressie van speelsheid en creativiteit. Hierdoor kunnen we de werkelijkheid zien als iets dat dynamisch, speels en vol mysterie is, in plaats van vast en onveranderlijk.

*Līlā* suggereert dat het leven en de werkelijkheid niet beperkt zijn tot wat we met onze zintuigen kunnen waarnemen of met ons verstand kunnen begrijpen. De opper-

vlakke realiteit, die bestaat uit onze zintuiglijke waarnemingen en rationele gedachten, is slechts één laag van het bestaan. In deze laag bevinden zich onze dagelijkse routines, verantwoordelijkheden en beslommeringen. Dit is onze geconditioneerde habitat.

Hoewel deze oppervlakke realiteit belangrijk is, limiteert ze ons inzicht over de werkelijke aard van het bestaan.

*Līlā* spoort ons aan om verder te kijken dan deze oppervlakke realiteit en ons af te vragen wat erachter ligt.

Wanneer we het leven zien als een kosmisch spel, realiseren we ons dat er veel meer schuilt achter wat we op het eerste gezicht waarnemen. Dit inzicht roept diepere vragen op: wie zijn we werkelijk? Wat is het doel van ons bestaan? En hoe verhouden we ons tot het universum?

Door ons te verdiepen in het concept van *Līlā*, worden we ons bewust van de verborgen mysteries van het bestaan. Deze mysteries hoeven niet volledig begrepen of opgelost te worden, daarvoor zijn onze zintuiglijke ervaringen te beperkt. Maar ze kunnen ons wel inspireren tot verwondering en nieuwsgierigheid.

*Līlā* maakt ons bewust van de oneindige mogelijkheden binnen het universum en de verschillende lagen van realiteit die zich kunnen ontfouwen wanneer we verder kijken dan het zichtbare. Dit bewustzijn van het mysterie helpt ons de beperkingen van alledaagse denken te overstijgen.

In plaats van ons vast te klampen aan starre overtuigingen of beperkte perspectieven, ontwikkelen we een open houding. Deze openheid maakt ons ontvankelijk voor nieuwe inzichten en ervaringen, waardoor we spirituele momenten beleven die ons een glimp geven van

de diepere werkelijkheid achter de oppervlakkige wereld.

Wanneer we *Līlā* omarmen als leidend principe—*anicca*; *anitya*—stellen we ons open voor spirituele ervaringen die ons doen beseffen dat er méér is dan de gewone gang van zaken. Dit kunnen momenten zijn van diepe rust, vreugde, inzicht of een woord- en conceptloze verbondenheid. Ze brengen ons in contact met een werkelijkheid die de grenzen van ons verstand overstijgt en ons doet realiseren dat we deel uitmaken van een groter geheel.

Spirituele ervaringen zijn moeilijk te verwoorden of rationeel te verklaren, maar ze kunnen ons een gevoel van eenheid met het universum geven. Ze openen ons voor diepe gevoelens van liefde, mededogen, en verbondenheid met het goddelijke, het Absolute, de Oerbron—Puur Bewustzijn.

*Līlā* nodigt ons uit om deze ervaringen te omarmen en te integreren in ons dagelijks leven. Hierdoor leren we niet alleen vanuit onze zintuigen en gedachten te leven, maar ook vanuit ons hart en bewustzijn, wat ons een rijker en betekenisvoller leven bezorgt.

Het concept van *Līlā* biedt een krachtige lens om de diepten van het bestaan te verkennen. Door het leven te zien als een kosmisch spel, gaan we verder dan de oppervlakkige zintuiglijke realiteit en richten we ons op de spirituele mysteries die ons bestaan doordringen. Dit inzicht helpt ons om open te staan voor spirituele ervaringen en een dieper begrip van het leven en onszelf te ontwikkelen.

### **Harmonie en verbondenheid**

In veel spirituele tradities kan *Līlā* gezien worden als een manier om de onderlinge verbondenheid van alle dingen



te benadrukken. Het besef dat we allemaal deel uitmaken van hetzelfde kosmische spel, leidt tot een gevoel van diepe eenheid en verbondenheid met anderen, de natuur en de wereld om ons heen.

Binnen de hindoeïstische filosofie wordt *Līlā* beschreven als het goddelijke spel waarin het universum, en alles wat daarin gebeurt, een expressie is van de creatieve vreugde van het goddelijke.

Dit spel is niet willekeurig, maar eerder een voortdurende dans van schepping, instandhouding en transformatie, waarin alles op een fundamentele manier met elkaar verweven is. Elke gebeurtenis, hoe miniem ook—de vleugelslag van een vlinder—maakt deel uit van dit grote kosmische Geheel.

Wanneer we *Līlā* vanuit dit perspectief beschouwen, beseffen we dat niets in het universum op zichzelf staat. Alles is verbonden in een dynamische interactie, waarbij elke handeling, elk evenement, bijdraagt tot het samenspel van de kosmos.

Dit bewustzijn van onderlinge afhankelijkheid helpt ons om de diepere eenheid van het bestaan te begrijpen en een gevoel van verbondenheid te ontwikkelen dat verder reikt dan de oppervlakkige verschillen tussen mensen en vormen.

Als we het leven beschouwen als een gezamenlijke deelname aan *Līlā*, dan zien we dat we niet afgescheiden zijn van anderen, maar juist verbonden door onze gedeelde ervaringen en het gezamenlijke proces van het spel. Dit leidt tot een groter begrip, mededogen en empathie voor anderen.

We kunnen ons realiseren dat de vreugde en het lijden van anderen ook onze vreugde en lijden zijn, omdat we allemaal spelers zijn in hetzelfde kosmische spel. Deze

erkenning van wederzijdse afhankelijkheid kan ons inspireren om onze relaties te verdiepen, om meer mededogen te tonen en om samen te werken in plaats van in conflict te leven. *Līlā* nodigt uit om onze gedeelde menselijkheid te erkennen en te waarderen, en om te zien dat onze onderlinge verschillen slechts verschillende uitdrukkingen zijn van dezelfde kosmische energie.

*Līlā* leert dat alle levende wezens—en de natuur zelf—actieve deelnemers zijn in dit spel. De bomen, dieren, rivieren en bergen zijn geen levenloze objecten, maar levende spelers in deze goddelijke dans.

Dit inzicht kan leiden tot een grotere verantwoordelijkheid voor de wereld om ons heen. We realiseren ons dat we geen heersers zijn over de natuur, maar deelgenoten in hetzelfde kosmische proces. Dit bevordert een levenshouding van respect, zorg en mededogen voor alles wat bestaat.

Het idee dat we allemaal spelers zijn in hetzelfde kosmische spel, inspireert om onze relaties met anderen te verdiepen. Het besef dat we verbonden zijn door onze gedeelde deelname aan *Līlā* leidt tot meer begrip, empathie en mededogen.

De vreugde en het lijden van anderen zijn ook onze vreugde en ons lijden, omdat we allemaal deel uitmaken van dezelfde kosmische dans.

Dit besef helpt om onze gemeenschappelijke menselijkheid te erkennen en de onderlinge verschillen te overstijgen.

*Līlā* kan ook begrepen worden in het licht van non-dualiteit, een filosofisch concept dat in veel spirituele tradities, zoals het hindoeïsme, boeddhisme en taoïsme, centraal staat. Non-dualiteit leert ons dat er geen werkelijke scheiding bestaat tussen het individu en het univer-

sum, tussen subject en object, of tussen de verschillende delen van het bestaan. Alles is één ondeelbare werkelijkheid, en elke ervaring maakt deel uit van deze ene kosmische eenheid.

In deze context kan *Līlā* ons helpen om de illusie van afscheiding te doorbreken en te zien dat we niet los staan van de wereld, maar er juist integraal mee verbonden zijn.

Door *Līlā* te omarmen, kunnen we de illusie van afscheiding doorbreken en een gevoel van diepe verbondenheid met alles wat leeft ontwikkelen.

Dit inzicht helpt om anderen te beschouwen als manifestaties van dezelfde goddelijke energie. In plaats van ons te focussen op oppervlakkige verschillen, herkennen we onszelf in het grotere geheel van het universum.

Het besef van onze deelname aan *Līlā* leidt tot spirituele groei en verruiming van ons bewustzijn. Naarmate we meer bewust worden van de verbondenheid van alle dingen, openen we ons voor diepere spirituele ervaringen en inzichten. We leren om het leven niet alleen te zien als een reeks afzonderlijke gebeurtenissen, maar als een samenhangend geheel waarin alles met elkaar verbonden is door het kosmische spel.

Dit helpt om ons leven te leiden met een groter gevoel van spirituele doelgerichtheid en betekenis, wetende dat we deel uitmaken van iets veel groters dan onszelf. Het kan ons inspireren om met meer liefde, vreugde en dankbaarheid te leven, en om onze unieke rol in het kosmische spel met toewijding en passie te vervullen.

Het concept van *Līlā* biedt ons een waardevolle lens om de onderlinge verbondenheid van alle dingen in het universum beter te begrijpen. Door het leven te zien als een kosmische dans, kunnen we niet alleen onszelf, maar

ook onze relaties met anderen en de wereld om ons heen op een dieper, spiritueel niveau ervaren.

*Līlā* herinnert ons er permanent aan dat we geen afgescheiden wezens zijn, maar innig verbonden door onze gezamenlijke deelname aan het goddelijk spel.

Om te verkennen hoe het *Līlā*-concept bijdraagt tot een dieper inzicht in het leven en de menselijke ervaring, is het waardevol om verschillende filosofische en spirituele tradities te bestuderen. Deze tradities bieden elk unieke perspectieven op de aard van de werkelijkheid, de betekenis van spel, en de rol van het goddelijke.

Hieronder volgen enkele tradities die bijzonder relevant zijn voor dit onderzoek.

## 1. Hindoeïsme

Het hindoeïsme is één van de meest complexe en veelzijdige religieuze tradities, waarin het concept van *Līlā* een centrale rol speelt.

*Līlā* is diep verweven met de hindoeïstische opvattingen over schepping, bestaan, vernietiging en de relatie tussen het Absolute en het wereldlijke. In deze traditie biedt *Līlā* inzicht in de dynamiek van het universum en onze plaats daarin.

Voor een dieper begrip van *Līlā* binnen het hindoeïsme beperk ik me tot twee tradities: *advaita vedānta* en *bhakti yoga*, vanwege hun bijzondere relevantie voor het concept.

Beide tradities bieden diepe en complementaire perspectieven op *Līlā*, waarbij *advaita vedānta* de illusoire aard van de verschijnselen benadrukt en *bhakti yoga* de liefdevolle betrokkenheid van het goddelijke bij de wereld vereert. Dit maakt beide stromingen bijzonder rele-

vant voor een diepgaand begrip van *Līlā* binnen het hindoeïsme.

→ *Līlā* in de context van de *advaita vedānta*-traditie

Deze prominente filosofische school binnen het hindoeïsme, staat bekend om zijn non-dualistische benadering van de werkelijkheid.

Volgens de *advaita*-filosofie is *Brahman* de ultieme, onveranderlijke realiteit, de bron van alle bestaan. In dit perspectief wordt de wereld gezien als een manifestatie van illusie (*māyā*), een tijdelijk verschijnsel dat voortkomt uit *Brahman*, maar zelf geen onafhankelijke realiteit heeft.

*Māyā* wordt in deze traditie beschouwd als de kracht die de ware aard van de Ultieme Werkelijkheid (*Brahman*) verhuult, waardoor de wereld van de vormen (verschijnselen) ontstaat.

Binnen dit kader wordt *Līlā* gezien als het goddelijke spel waarin *Brahman* zichzelf manifesteert in de wereld van verschijnselen.

Deze verschijnselen, hoewel tijdelijk en veranderlijk, zijn een uitdrukking van *Brahmans* creatieve energie. *Līlā* laat zien dat de wereld met haar dualiteit en verscheidenheid slechts een kosmisch spel is, waarin het Absolute zichzelf uitdrukt.

In de *advaita vedānta*-traditie helpt het *Līlā*-concept ons te beseffen dat de schijnbare realiteit van het leven een illusie is die ons afleidt van de onderliggende eenheid van *Brahman*.

Het spel van *Līlā* is dan een manier om de illusie van separaetheid te overstijgen en de ware natuur van de werkelijkheid te herkennen.

→ Līlā in de context van *bhakti yoga*

In tegenstelling tot de abstracte benadering van *advaita vedānta* richt *bhakti yoga* zich op liefdevolle devotie aan een persoonlijke god, zoals *Krishna* of *Rama*.

In *bhakti yoga* wordt *Līlā* vaak gebruikt om de verhalen van de goden te beschrijven, waarin het goddelijke op speelse wijze ingrijpt in de wereld. Deze verhalen, zoals die van *Krishna*'s jeugdige streken in Vrindavan,<sup>47</sup> worden gezien als uitdrukkingen van goddelijke liefde en genade.

'*Krishna's jeugdige streken in Vrindavan*' verwijzen naar de verhalen uit de *Bhagavata Purana* en andere heilige geschriften, waarin de god *Krishna* als kind en jongeling in het dorp *Vrindavan* verblijft en een reeks speelse, ondeugende en vaak bovennatuurlijke streken (*līlā's*),<sup>48</sup> uithaalt. Deze verhalen vormen een belangrijk onderdeel van de *bhakti*-traditie, waarin *Krishna* vereerd wordt als goddelijke incarnatie van *Vishnu*.

In Vrindavan is *Krishna* een herdersjongen en vertoont hij speelse gedragingen die zijn volgelingen inspireren.

Eén van de bekendste verhalen gaat over hoe *Krishna* boter steelt uit de huizen van de dorpsbewoners. Hoewel dit als ongehoorzaam en ondeugend gezien werd, wordt het binnen de *bhakti*-traditie geïnterpreteerd als een uitdrukking van zijn goddelijke speelsheid en liefde voor zijn toegewijden.

Een ander belangrijk verhaal is de *Rasa Līlā*, waarin *Krishna* danst met de *gopi's* (jonge melkmeisjes) tijdens de volle maan. Hij neemt meerdere vormen aan om met elk van hen te dansen, wat symbool staat voor zijn onbegrensde liefde en aanwezigheid in ieders leven.

Ook het verhaal waarin *Krishna* de slang *Kaliya* temt is beroemd. *Kaliya* had de rivier in *Vrindavan* vergiftigd, waardoor de bewoners gevaar liepen. *Krishna* sprong op de kop van de slang en danste op hem, waardoor hij niet alleen de slang onder controle kreeg, maar ook de rivier zuiverde en de dorpelingen redde.

Deze verhalen worden in de *bhakti*-traditie niet enkel als mythologische anekdotes gezien, maar vooral als symbolen van *Krishna*'s goddelijke speelsheid (*līlā*) en zijn liefdevolle, soms ondeugende interactie met zijn volgelingen. Ze benadrukken de vreugde en genade van het goddelijke in het dagelijks leven, en tonen hoe *Krishna* op speelse wijze aanwezig is in het leven van zijn volgelingen.

Voor *bhakti*-volgelingen is *Līlā* niet louter een metafoor, maar een concrete ervaring van het goddelijke in het dagelijks leven. Devotionele handelingen, zoals het zingen van heilige liederen (*kīrtan*)<sup>49</sup> en het herhalen van de naam van God (*japa*)<sup>50</sup>, zijn manieren om deel te nemen aan het goddelijke spel en om de aanwezigheid van het Absolute in de wereld te vieren.

In *bhakti yoga* helpt het *Līlā*-concept de volgelingen om hun leven te zien als een uitdrukking van goddelijke wil en genade. Het spel van de goddelijke *Līlā* herinnert hen eraan dat, ondanks de uitdagingen en het lijden van het leven, alles deel uitmaakt van een groter, kosmisch plan, waarin het goddelijke altijd prominent aanwezig is.

Het *Līlā*-concept is binnen het hindoeïsme een krachtig middel om de werkelijkheid te begrijpen. Door het leven te beschouwen als een goddelijk spel, kunnen hindoes de wereldse gebeurtenissen en ervaringen in een spiritueel kader plaatsen. Dit perspectief helpt hen om gehechtheid aan tijdelijke en veranderlijke aspecten van het bestaan los te laten, wat leidt tot innerlijke vrede en acceptatie.

Daarnaast suggereert *Līlā* dat de schepping geen rigide, doelgerichte onderneming is, maar een expressie van de vreugde en creativiteit van het Absolute. Dit maakt het leven speels en vreugdevol in plaats van ernstig en doelgericht. *Līlā* moedigt mensen aan om het bestaan met dezelfde speelsheid en creativiteit te benaderen en te leven.

Binnen het hindoeïsme speelt het *Līlā*-concept een cruciale rol in het verklaren van de aard van het universum en de plaats van de mens daarin.

Of het nu begrepen wordt in de context van de *advaita vedānta*-stroming als een uitdrukking van de illusie van de wereld, of in *bhakti yoga* als een teken van goddelijke genade en liefde, *Līlā* biedt diepgaande inzichten in de relatie tussen het Absolute en het wereldse.

Het herinnert eraan dat, hoewel het leven vol uitdagingen en lijden kan zijn, het uiteindelijk een speelse, creatieve expressie van het goddelijke is, waarin we uitgenodigd worden om het goddelijk spel mee te spelen.

## 2. Boeddhisme

Wanneer we het concept van *Līlā* onderzoeken binnen de context van het boeddhisme, valt het op dat *Līlā* als 'goddelijk spel' geen direct equivalent kent.

Boeddhistische leerstellingen benadrukken eerder het doorzien van de illusie van het bestaan dan het omarmen ervan als een spel. Toch kunnen we parallellen ontdekken die inzicht bieden in de illusoire en soms speelse aspecten van de werkelijkheid.

Het lijkt me waardevol om verschillende boeddhistische tradities te verkennen om een dieper begrip van deze dynamiek te krijgen. Al deze stromingen bieden uiteenlopende visies op de aard van de werkelijkheid, de rol



van het 'spel' in de spirituele beoefening, en hoe het Absolute begrepen kan worden.

Om het enigszins behapbaar te houden, richten we ons op de drie belangrijkste tradities binnen het boeddhisme, namelijk het *theravāda*, het *mahāyāna*, en het *vajrayāna*.

Binnen het *theravāda* kan de focus op vergankelijkheid (*anicca*) en meditatie (*samādhi*) beschouwd worden als een methodische manier om de illusie van het bestaan te doorbreken, zonder de speelse dimensie van *Līlā*.

In het *mahāyāna* zien we een nadruk op de leegte (*śūnyatā*) en mededogen (*karuṇā*), waar de wereld gezien wordt als een tijdelijke manifestatie. In *zen*, als onderdeel van het *mahāyāna*, wordt verlichting vaak benaderd op een speelse en spontane manier, wat mogelijk parallellen vertoont met het idee van *Līlā* als een spel zonder doel of gehechtheid.

Het *vajrayāna* tenslotte benadert de spirituele weg als een spel van creatie en transformatie, waarbij zowel de illusie als de werkelijkheid een essentiële rol spelen in de zoektocht naar verlichting. Hier wordt het concept van *Līlā*, of het 'Spel' gezien als een manier om de illusie van dualiteit te overstijgen.

#### → Het *theravāda*

Hoewel het concept van *Līlā* niet voorkomt in het *theravāda*, kan men het leven binnen deze traditie beschouwen als een voortdurend veranderend en tijdelijk fenomeen, vergelijkbaar met het concept van vergankelijkheid (*anicca*; *anitya*). Door te beseffen dat alle dingen, inclusief lijden (*dukkha*; *duḥkha*) en het ontbreken van een permanent zelf (*anattā*; *anātman*) deel uitmaken van deze cyclus van verandering, kan men innerlijke rust en be-

vrijding ontwikkelen door het loslaten van gehechtheid aan het tijdelijke.

→ **Het mahāyāna**

Hoewel het concept van *Līlā* niet expliciet voorkomt in het *mahāyāna*, kunnen er interessante parallellen getrokken worden. De leegte (*śūnyatā*) binnen het *mahāyāna* benadrukt dat verschijnselen geen vaste essentie hebben en alleen in afhankelijkheid van andere factoren bestaan (*paṭicca-samuppāda*; *pratīyasamutpāda*). Deze leegte kan gezien worden als een soort kosmisch spel waarin alles veranderlijk en zonder vaste kern is, wat aansluit bij het illusoire karakter van *Līlā*.

In het bodhisattva-ideaal<sup>51</sup> ligt de nadruk echter niet op speelsheid, maar op het bereiken van verlichting voor het welzijn van alle wezens, wat een diep altruïstisch karakter heeft.

Toch kunnen we binnen de spontane en directe ervaring van het zenboeddhisme een parallel vinden met de speelsheid van *Līlā*, waarbij *zen* de nadruk legt op het doorbreken van dualiteit en het loslaten van conceptuele gehechtheid.

De parallel tussen de twee ligt in het speelse, spontane aspect van beide benaderingen. In het *zenboeddhisme* wordt de wereld niet gezien als iets dat beheerst wordt door mentale concepten en verlichting komt vaak op een onverwachte, natuurlijke manier—lees: in een moment van plóts inzicht (*satori*).<sup>52</sup>

Dit kan vergeleken worden met *Līlā*, waarbij het Absolute, het Ultieme, het Goddelijke niet onderworpen is aan vaste regels, maar vrijelijk speelt en waarin alles voortdurend in beweging is.

Het doorbreken van dualiteit in zowel het zenboeddhisme als in het concept van *Līlā* verwijst naar de vaststelling dat de scheiding tussen subject (ik) en object (de wereld) een illusie is.

In het *zenboeddhisme* gebeurt dit door middel van meditatie en *koans*,<sup>53</sup> die de beoefenaar uitnodigen om de beperkingen van de logische geest te overstijgen en een directe ervaring van de werkelijkheid te bereiken. Deze ervaring stelt de beoefenaar in staat om de ware aard van het bestaan te zien, waar het 'ik' en de 'wereld' niet langer als afzonderlijke entiteiten gezien worden, maar als onderling afhankelijke manifestaties van eenzelfde werkelijkheid.

In het *Līlā*-concept wordt deze dualiteit overstege door de gedachte dat alles een expressie is van hetzelfde goddelijk bewustzijn. Hier wordt de wereld niet als een statische werkelijkheid gezien, maar als een dynamisch en creatief spel waarin het Absolute zich manifesteert. Dit besef moedigt aan tot een dieper inzicht in de eenheid van alles, waarbij elke scheiding tussen het individu en het kosmische geheel vervaagt. De herkenning en realisatie van deze onderlinge verbondenheid leidt tot een gevoel van vrijheid en ruimte waardoor het leven omarmd wordt in zijn volheid en spontaniteit, en men zich overgeeft aan de natuurlijke stroom van het bestaan.

Zowel in *zen* als in *Līlā* leidt het doorbreken van dualiteit tot een diepere ervaring van verbondenheid, wat de beoefenaar helpt om angst, gehechtheid en lijden los te laten. Dit opent de deur naar een leven dat gekenmerkt wordt door speelsheid, nieuwsgierigheid en een diepere waardering voor de schoonheid van elk moment.

### → Het vajrayāna

Deze boeddhistische stroming, ook wel *tantrisch boeddhisme* <sup>54</sup> genoemd, voegt een extra dimensie toe aan onze analyse.

*Vajrayāna* is bijzonder complex en esoterisch, met rituelen en symboliek die diepgaande inzichten bieden in de aard van de werkelijkheid.

Binnen het *vajrayāna* wordt de wereld beschouwd als een manifestatie van het goddelijke, en de tantrische rituelen zijn bedoeld om de beoefenaar te helpen de illusies van het ego en de wereld te overstijgen.

Dit sluit nauw aan bij het concept van *Līlā* als een kosmisch spel, waarbij rituelen en symboliek de beoefenaar helpen om een diepere verbinding met de werkelijkheid te ervaren.

Bovendien integreert het *vajrayāna* seksuele symboliek en mystiek, wat bijdraagt tot het beschouwen van *Līlā* als een dynamisch en veelzijdig spel dat de dualiteiten en beperkingen van de wereld overstijgt.

De focus op rituele transformatie en bevrijding in het *vajrayāna* voegt een extra laag van inzicht toe over hoe de wereld ervaren kan worden als een uitdrukking van het Absolute en hoe dit bijdraagt tot de ervaring van *Līlā*.

Door het integreren van de drie tradities—*theravāda*, *mahāyāna* en *vajrayāna*—in onze analyse, ontstaat er een breed en diepgaand beeld van hoe *Līlā* begrepen kan worden binnen het boeddhisme. Elke traditie biedt unieke inzichten die samen een rijk en veelzijdig perspectief vormen op de aard van *Līlā* als een kosmisch spel en de relatie tussen de illusoire en de werkelijke dimensies van het bestaan.

Dit onderzoek stelt ons in staat om *Līlā* te plaatsen binnen de context van verschillende boeddhistische benaderingen en biedt een completer beeld van hoe dit concept bijdraagt tot een dieper inzicht in het leven en de menselijke ervaring.

### 3. Taoïsme

Door het *taoïsme* op te nemen in onze analyse van *Līlā*, krijgen we een dieper inzicht in hoe het idee van het kosmische spel geïntegreerd kan worden in een levensfilosofie die gericht is op harmonie met de natuur, moeiteloosheid in handelen (*wu wei*)<sup>55</sup> en de erkenning van de fundamentele eenheid en veranderlijkheid van alle dingen.

Het *taoïsme* biedt zo een rijke en complementaire invalshoek voor het *Līlā*-concept en draagt bij tot een diepere reflectie op de aard van het leven en de menselijke ervaring.

Als één van de oudste en meest invloedrijke filosofische en spirituele tradities van China, biedt het *taoïsme* een diepgaand perspectief dat nauw aansluit bij het concept van *Līlā*. In het *taoïsme* staat de Tao, vaak vertaald als 'de Weg', centraal als de fundamentele bron en het principe dat alle dingen in het universum doordringt.

De Tao wordt niet begrepen als een godheid, maar als een ongrijpbare, dynamische kracht die alle natuurlijke processen stuurt en waarin de dualiteiten van de wereld —zoals licht en donker, mannelijk en vrouwelijk— overstegen en in balans gebracht worden.

Binnen het *taoïsme* ligt een sterke nadruk op het begrip '*wu wei*,' wat vertaald kan worden als 'niet-doen' of 'moeiteloos handelen.' Dit principe benadrukt het belang van handelen in harmonie met de Tao, zonder geforceer-

de inspanning of zonder tegen de natuurlijke stroom van gebeurtenissen in te gaan.

Dit sluit nauw aan bij het concept van *Līlā*, dat het leven beschouwt als een kosmisch spel waarin gebeurtenissen zich spontaan ontvouwen. Het is zinvol om mee te bewegen met de stroom van het bestaan in plaats van deze te willen controleren en beheersen.

*Līlā* kan binnen het *taoïsme* beschouwd worden als een uitdrukking van het spontane en natuurlijke spel van de Tao zelf. De gedachte dat het leven niet volledig begrepen kan worden door menselijke redenering en dat het zinloos is om de ongrijpbare aard van de werkelijkheid volledig te willen beheersen, past goed bij de *taoïstische* visie. Hier wordt het universum gezien als een harmonieuze, maar voortdurend veranderende manifestatie van de Tao, waarin alles met elkaar verbonden is en in onderlinge afhankelijkheid bestaat.

Het *taoïsme* benadrukt verder de waarde van eenvoud, natuurlijkheid en het loslaten van ego-gecentreerde verlangens. Deze aspecten van de *taoïstische* filosofie resoneren met het idee van *Līlā* als een speelse en moeiteloze manier van zijn.

Door het leven te beschouwen als een spel, kan men de last van ambities en zorgen loslaten, en zich openstellen voor de vreugde en de schoonheid van het moment, zonder zich vast te klampen aan de illusie van controle of de drang naar materieel succes.

Daarnaast biedt het *taoïsme*, met zijn focus op de cyclische aard van de natuur en de constante verandering die inherent is aan het leven, een kader waarin *Līlā* begrepen kan worden als een dynamische dans van verschijnselen.

Dit is vergelijkbaar met de *taoïstische* praktijk van het observeren en afstemmen op de natuurlijke ritmes van de wereld, zoals de seizoenen en de levenscyclus, en het begrijpen dat alles voortdurend in beweging en in transformatie is.

In *taoïstische* teksten, zoals de Tao Te Ching van Laozi en de geschriften van Zhuangzi, wordt vaak een speelse toon gehanteerd om de relativiteit van menselijke overtuigingen en de beperkingen van taal en logica te benadrukken.

Dit weerspiegelt het concept van *Līā*, waarin de wereld niet als een vaste, onveranderlijke werkelijkheid gezien wordt, maar als een speels en vloeiend proces waarin alles constant in beweging is.

#### 4. Soefisme

Het *soefisme*, de mystieke tak van de islam, biedt een unieke benadering van spiritualiteit die uitstekend resoneert met het *Līā*-concept.

Hoewel het *soefisme* geworteld is in de islamitische traditie, onderscheidt het zich door zijn nadruk op de directe, persoonlijke ervaring van het goddelijke en de innerlijke dimensie van het geloof. Dit geeft het *soefisme* een bijzondere plaats binnen de bredere islamitische leer.

Het is belangrijk om te begrijpen dat het *soefisme* voortkomt uit de islam en diep verbonden is met de leer van de Koran en de praktijk van de profeet Mohammed.

*Soefi*'s volgen de islamitische geloofsregels en rituelen, zoals het gebed (*salat*), <sup>56</sup> vasten tijdens de *ramadan* <sup>57</sup> en de bedevaart naar Mekka (*hadj*). <sup>58</sup>

Wat het *soefisme* echter onderscheidt, is de extra nadruk die het legt op het innerlijke, spirituele leven, en op

het streven naar een directe, persoonlijke band met God, ook wel 'Allah' genoemd.

In de islam ligt de nadruk vaak op het naleven van de wetten en voorschriften zoals vastgelegd in de Koran en de Hadith (de overleveringen van de woorden en daden van de profeet Mohammed). Dit wordt de 'exoterische' of uiterlijke dimensie van de islam genoemd.

Het *soefisme* echter legt veel nadruk op de 'esoterische' of innerlijke dimensie, die zich richt op de innerlijke transformatie van de ziel en het bereiken van een diepere, directe kennis van het goddelijke.

Wat moeten we concreet verstaan onder '*een diepere, directe kennis van het goddelijke*'?

Wanneer we in het *soefisme* spreken over een '*diepere, directe kennis van het goddelijke*', verwijst dit naar een ervaringsgerichte, intuïtieve kennis die verder gaat dan intellectuele of rationele inzichten.

Het is een vorm van kennis die verkregen wordt door innerlijke ervaring en spirituele beoefening, waarbij de *soefi* probeert een directe verbinding met God—het Absolute—te ervaren. Deze kennis wordt vaak als onuitsprekelijk beschouwd, omdat ze niet in woorden of concepten gevangen kan worden. Het is eerder een mystieke eenwording met het Absolute, een ervaring van de goddelijke aanwezigheid in het hart van de ziel.

In plaats van louter te vertrouwen op heilige teksten of dogma's, legt het *soefisme* de nadruk op het innerlijke pad dat leidt tot een persoonlijke en onmiddellijke ervaring van het goddelijke. Dit gebeurt door middel van meditatieve praktijken zoals *dhikr* (de herhaling van de namen van God), gebed, en contemplatie.



De term '*ʿIrfān*' verwijst naar esoterische of mystieke kennis en wordt vaak als synoniem voor gnosis gebruikt. Het duidt op directe en intuïtieve kennis van het Absolute, die verder gaat dan louter intellectueel begrip.

In tegenstelling tot oppervlakkige, geleende kennis uit heilige teksten of regels, richt *ʿIrfān* zich op de innerlijke dimensie van het geloof. Het is een streven naar directe eenwording met God.

*ʿIrfān* is een cruciaal concept binnen het *soefisme* omdat het de nadruk legt op de persoonlijke ervaring van het goddelijke, vaak beschouwd als het hoogste doel van de spirituele zoektocht. De term impliceert een diepgaande, onuitsprekelijke vorm van wijsheid die alleen toeganke-lijk is door innerlijke transformatie en zuivering van de ziel. Deze kennis leidt tot mystieke eenwording of vereniging met het goddelijke.

Deze mystieke ervaring komt overeen met het idee van *Līlā*, waarbij het individu zich bewust wordt van de goddelijke speelsheid van het bestaan en de illusie van separaatheden doorziet. Beide concepten benadrukken de noodzaak van persoonlijke ervaring en inzicht op de spirituele weg.

Het *soefisme* voegt als het ware een diepere, mystieke laag toe aan de gebruikelijke islamitische voorschriften.

Dit blijkt o.m. uit het feit hoe de beoefening van de *salat*, de *ramadan* en de *hadj* ingevuld wordt.

De *salat*, het gebed, is één van de vijf zuilen van de islam en vormt een fundamentele plicht voor elke moslim. Dit gebed vindt vijf keer per dag plaats en is bedoeld om een directe en persoonlijke verbinding met God (*Allah*) te onderhouden.

Voor *soefi's* betekent *salat* niet zozeer het naleven van de rituelen op de voorgeschreven tijden (vorm), maar vooral een bewuste ervaring van spirituele aanwezigheid (inhoud). Ze beschouwen het gebed als een gelegenheid om het hart te zuiveren en het ego te overstijgen, waarbij ze zich richten op de innerlijke dimensie van hun geloof.

De *ramadan*, de negende maand van de islamitische kalender, vereist van moslims dat ze van zonsopgang tot zonsondergang vasten, wat inhoudt dat ze zich onthouden van eten, drinken, roken en seksuele relaties.

Voor *soefi's* gaat het vasten verder dan alleen fysieke onthouding. De *ramadan* is een spirituele oefening die helpt om het ego te temmen en de geest te bevrijden. Tijdens deze maand besteden *soefi's* extra aandacht aan meditatie, gebed en het herhalen van de namen van God (*dhikr*). Vasten wordt door hen gezien als een manier om dichterbij God te komen en de innerlijke reis te verdiepen.

De *hadj*, de bedevaart naar Mekka, is een essentieel ritueel dat elke moslim die daartoe in staat is, ten minste eenmaal in zijn leven moet volbrengen.

Voor *soefi's* is de *hadj* niet alleen een fysieke reis naar een heilige plaats, maar vooral een symbolische pelgrimstocht van de ziel. Ze benaderen de rituelen van de *hadj* als een metafoor voor de spirituele reis naar God, waarbij de fysieke handelingen zoals het lopen rond de *Ka'aba* <sup>59</sup> en het offeren van een dier geïnterpreteerd worden als stappen naar een diepere spirituele realisatie.

In het *soefisme* worden deze rituelen niet louter gezien als verplichtingen, maar als middelen om een intieme en persoonlijke relatie met God op te bouwen. De nadruk ligt op de innerlijke dimensie van de rituelen, waarbij el-

ke handeling beschouwd wordt als een geboden kans voor spirituele groei en transformatie.

*Soefi's* streven ernaar om door het naleven van deze rituelen de sluier van het ego en de illusies van de wereld op te heffen, en zo het goddelijke licht in hun leven te ervaren.

Hierdoor worden de islamitische rituelen een bron van mystieke eenheid en liefde, en vormen ze een weg naar spirituele bevrijding en innerlijke vervulling.

*Soefi's* streven naar een persoonlijke ervaring van God die verder gaat dan alleen intellectueel begrip of religieuze rituelen. Dit wordt vaak omschreven als het verlangen naar een 'versmelten' met de goddelijke aanwezigheid, waarbij de egoïstische verlangens en de illusies van het individu overstegen worden om volledig tot eenheid te komen met God. Deze ervaring wordt vaak omschreven in termen van liefde en extase, waarbij de *soefi* opgaat in een staat van bewustzijn waarin hij of zij zich volledig gewaar wordt van de nabijheid van het goddelijke.

Om deze directe ervaring van het goddelijke te bereiken, maken *soefi's* gebruik van verschillende spirituele praktijken, zoals meditatie, gebed, chanting (*dhikr*),<sup>60</sup> muziek, poëzie, en dans. Deze praktijken zijn ontworpen om de *soefi's* te helpen hun ego los te laten en zich open te stellen voor de goddelijke liefde en aanwezigheid.

Bekende vormen van *soefi*-praktijk zijn de muziek en dans van de draaiende derwisjen,<sup>61</sup> of het reciteren van mystieke poëzie, zoals die van de poëet Rumi.<sup>62</sup>

Het *soefisme* benadrukt de innerlijke dimensie van het geloof, wat betekent dat het niet louter gaat om het naleven van religieuze regels, maar ook om het cultiveren van innerlijke deugden als nederigheid, geduld en liefde

voor God en de medemens. Deze innerlijke transformatie is voor soefi's essentieel voor het bereiken van de uiteindelijk vereniging met het goddelijke.

Samenvattend komt dit op het volgende neer: terwijl het *soefisme* trouw blijft aan de basisprincipes van de islam, onderscheidt het zich door zijn sterke focus op persoonlijke, mystieke ervaring en de innerlijke dimensie van spiritualiteit.

Het nodigt zijn beoefenaars uit om verder te gaan dan de oppervlakkige aspecten van hun religie en zich te verdiepen in een intieme, persoonlijke relatie met het goddelijke, waarbij de spirituele reis centraal staat als een weg naar innerlijke vervulling en eenheid met Allah.

Anders gezegd, in het *soefisme* staat de zoektocht naar de vereniging met God, of de Waarheid (*al-Haqq*),<sup>63</sup> centraal. Deze zoektocht wordt beschreven als een reis van de ziel, waarbij de *soefi*-beoefenaar de sluiers van illusie en egoïsme probeert op te heffen om de ultieme eenheid met het goddelijke te ervaren.

Het concept van *Līlā* als een kosmisch spel vindt een interessante parallel in de soefistische beschrijving van de wereld als een goddelijk schouwspel. In het *soefisme* wordt de schepping gezien als een manifestatie van Allah's wil en liefde, waarin de wereld als een spiegel fungeert die de goddelijke eigenschappen reflecteert.

De wereld is niet zomaar een verzameling van fysieke objecten en gebeurtenissen, maar een dynamische uitdrukking van de goddelijke werkelijkheid. Zulk perspectief benadrukt de diepgaande verbondenheid tussen het goddelijke en de schepping, en beschouwt het bestaan als een dans tussen de Schepper en de schepping.

Een belangrijk aspect van het *soefisme* is de nadruk op liefde (*ishq*)<sup>64</sup> als de drijvende kracht achter het univer-

sum. *Soefi*'s geloven dat alles in de wereld door God is gecreëerd uit liefde, en dat de liefde tussen de Schepper en zijn schepselen de kern van het bestaan vormt.

Deze liefdevolle interactie kan gezien worden als een vorm van *Līlā*, waarin de wereld zich ontvouwt als een spel van liefde en verlangen tussen de mens en het goddelijke.

De speelsheid en vreugde die in *Līlā* besloten liggen, komen tot uiting in de extatische dansen, muziek (zoals *qawwali*), <sup>65</sup> en poëzie van de *soefi*'s, die allemaal gericht zijn op het ervaren van de goddelijke aanwezigheid en het opheffen van de dualiteit tussen de geliefde en de minnaar.

Daarnaast heeft het *soefisme* een concept dat nauw verwant is met de speelsheid van *Līlā*: de staat van extase (*wajd*), <sup>66</sup> die optreedt wanneer een *soefi* zich volledig bewust wordt van de goddelijke aanwezigheid.

Tijdens momenten van *wajd*, zoals in de dans van de draaiende derwisjen of in spirituele bijeenkomsten (*sama*), <sup>67</sup> ervaart de *soefi* een transcendentale vreugde en een gevoel van eenheid met het goddelijke.

Deze momenten van spirituele extase kunnen beschouwd worden als manifestaties van *Līlā*, waarin de ziel zich losmaakt van de beperkingen van de materiële wereld en opgaat in het goddelijke spel.

*Soefi*'s benadrukken ook de illusoire aard van de wereld, die ze beschouwen als een voorbijgaande schaduw van de ware werkelijkheid, namelijk God.

Ook dit idee strookt met het *Līlā*-concept, waarin de wereld gezien wordt als een spel van verschijnselen zonder enige vaste essentie. Het doel van de *soefi* is deze illusie

te doorzien en de ware werkelijkheid te ervaren door middel van spirituele oefening en devotie.

De reis van de *soefi* is dan ook een spel van ontwaken en terugkeer naar de bron, waarbij elke stap op het pad een deel vormt van het grotere kosmische spel dat door het Absolute (God) georkestreerd is.

In deze context biedt het *soefisme* een rijke en vooral inspirerende aanvulling op het begrip *Līlā*. Door de nadruk te leggen op liefde, extase, en de illusoire aard van de wereld, toont het *soefisme* hoe het leven beschouwd kan worden als een spirituele reis, waarin de spontane speelsheid van het goddelijke voortdurend aanwezig is.

Net zoals in *Līlā* wordt het *soefisme* gekenmerkt door paradoxale ideeën van transcendentie en immanentie, spel en ernst, individualiteit en universele eenheid. Voor de *soefi* is het doel niet om het spel van het leven te 'winnen', maar om de illusie van afscheiding te doorbreken en op te gaan in de eeuwige dans van het goddelijke.

Het herinnert ons eraan dat, ondanks de uitdagingen en lijden van het leven, er altijd een diepere realiteit voelbaar (ervaarbaar) is die doordrenkt is van goddelijke liefde en vreugde.

Zo biedt het *soefisme* een diepere dimensie aan het begrip van *Līlā*, en helpt het ons om de spelende, liefhebende aard van het universum te erkennen en te omarmen.

## 5. Christelijke mystiek

Om de diepgang van de christelijke mystiek te begrijpen, is het essentieel om eerst de basis van mystiek als fenomeen te verkennen.

Mystiek komt niet alleen voor binnen het christendom, maar is een universeel aspect van religieuze ervaringen wereldwijd. Het bevat vaak vergelijkbare elementen, zoals innerlijke contemplatie, een diep gevoel van eenheid en de vaststelling dat de ware essentie van al deze ervaringen moeilijk in woorden te vatten is.

Mystiek verwijst naar de directe en persoonlijke ervaring van het goddelijke of een hogere werkelijkheid. Het is een ervaring waarbij individuen een diepe verbinding en eenheid met het transcendente ervaren, wat vaak leidt tot een fundamentele verandering in hun wereldbeeld en perceptie van de realiteit. In mystieke tradities, inclusief de christelijke, is deze directe ervaring cruciaal voor spirituele groei en zelfontdekking.

Mystiek omvat tevens een zoektocht naar diepere betekenis en begrip van de werkelijkheid. Dit proces is vaak gekenmerkt door een transformatie van bewustzijn, waarbij individuen zich meer verbonden voelen met het hogere en de universele waarheid. Het gaat niet zozeer om intellectuele kennis, maar om een intuïtieve ervaring die het vermogen van het verstand om te begrijpen overstijgt.

Dit leidt tot een persoonlijke en vaak onuitsprekelijke ontmoeting met het Absolute, dat in verschillende tradities ook verschillende namen kan hebben—God, het Oneindige, het Ultieme of het Ware Zelf—afhankelijk van de religieuze of spirituele context.

Eén van de kernaspecten van mystiek is de directe ervaring van het goddelijke, met het Absolute of de Ultieme Werkelijkheid, zonder tussenkomst van intellectuele of theologische concepten.

Mystici streven naar een toestand van eenheid waarin het gevoel van afgescheidenheid volledig oplost, en ze ervaren zichzelf als deel van een allesomvattend geheel.

Deze ervaring is vaak zo intens en diepgaand dat ze moeilijk, of zelfs onmogelijk, in woorden te vangen is. Het transcendente karakter van de mystieke ervaring maakt haar onuitsprekelijk: woorden en taal zijn ontoereikend om de essentie ervan volledig te beschrijven.

In veel mystieke tradities wordt het ego, het gevoel van een geïsoleerde persoonlijke identiteit, overstegen. Het persoonlijke 'ik' versmelt als het ware met het Oneindige, het Goddelijke of het Alles.

Dit wordt beschouwd als een ervaring van zuivere eenheid, waarin alle schijnbare tegenstellingen verdwijnen en men het universum ervaart als één onverdeelde werkelijkheid. Deze ervaring leidt tot een gevoel van diepe verbondenheid met alle leven en het goddelijke.

Innerlijke contemplatie, meditatie of gebed spelen een cruciale rol in de mystiek. Door middel van deze innerlijke beoefeningen zuivert de mysticus de geest en richt hij of zij de aandacht volledig op het transcendente of het goddelijke. Veel mystici beschrijven hun ervaringen als een ontmoeting met de diepste waarheid of werkelijkheid, die zich alleen onthult door diepgaande innerlijke reflectie.

Hoewel mystiek in veel tradities gepaard gaat met morele deugden als mededogen, liefde, nederigheid en ontzetting, is het niet noodzakelijkerwijs gelijk te stellen aan verdienstelijkheid in morele zin.

Ethisch gedrag wordt vaak beschouwd als een hulpmiddel om de geest te zuiveren en voor te bereiden op het mystieke pad, maar de mystieke ervaring zelf is geen 'beloning' voor moreel handelen. Het gaat eerder om een onvoorwaardelijke toegang tot het goddelijke of de werkelijkheid, waarbij het onderscheid tussen goed en kwaad overstegen wordt.



Mystiek is een universeel fenomeen dat in veel spirituele tradities over de hele wereld voorkomt. Ondanks de verschillende culturele en religieuze uitdrukkingen is de kernervaring vaak vergelijkbaar: een directe, innerlijke beleving van de diepste waarheid, het ultieme of het goddelijke, die voorbijgaat aan de beperkingen van het denken en de zintuigen.

Mystiek kan best samengevat worden als een persoonlijke en innerlijke weg naar het transcendente, waarbij de mysticus door directe ervaring een eenheid ervaart met het goddelijke of de Ultieme Werkelijkheid. Deze ervaring overstijgt de dualiteiten van het dagelijks leven, zoals goed en kwaad, en wordt gekenmerkt door een diepe innerlijke vrede, verbondenheid en inzicht in het Absolute.

De christelijke mystiek is een rijke en diepgaande traditie binnen het christendom die zich richt op de directe ervaring van God en de innerlijke transformatie van de ziel.

De christelijke mystiek is een herhaaldelijk opduikende, kleinere stroming binnen de bredere geschiedenis van het christendom, die vooral invloed verwierf tijdens de middeleeuwen en de contrareformatie, wanneer de behoefte aan een diepere, persoonlijke religieuze ervaring bijzonder groot was.

Ze heeft een belangrijke invloed uitgeoefend op individuele gelovigen en op de spirituele ontwikkeling van de Kerk, maar ze bleef meestal in de schaduw van de dominante theologische en institutionele krachten.

De stroming heeft nooit een vaste, institutionele basis gevonden en is vaak in conflict gekomen met de georganiseerde en dogmatische aspecten van het christendom.

Mystieke ervaringen en geschriften hebben meestal een marginale positie ingenomen ten opzichte van de officiële, dogmatische leerstellingen die door de kerkelijke autoriteiten gepromoot werden.

Bekende mystici zoals Johannes van het Kruis, Meister Eckhart en Teresa van Ávila werden beschuldigd van ketterij of moesten hun geschriften en leringen verdedigen tegen aantijgingen van heterodoxie.<sup>68</sup>

In de christelijke mystiek ligt de nadruk op de persoonlijke relatie met God, waarbij het uiteindelijke doel is om een staat van eenheid met God te bereiken, beschreven als 'de mystieke vereniging' (*unio mystica*).<sup>69</sup> Dit concept wordt vaak beschreven als een staat waarin de ziel zo dicht bij God komt dat er een soort versmelting of samenvloeiing met het goddelijke plaatsvindt.

Het is een proces van spirituele transformatie en verdieping waarbij de scheiding tussen de menselijke ziel en God vervaagt. In deze ervaring ervaart de mysticus een intense en directe eenheid met God, gekenmerkt door een diep gevoel van innerlijke vrede, liefde en vreugde, waarbij de gelovige zich volledig bewust wordt van de goddelijke aanwezigheid.

Het bereiken van deze vereniging gaat gepaard met een proces van innerlijke zuivering en transformatie. Mystici omschrijven dit als een reis van zelfovergave, waarbij egoïstische verlangens en wereldse zorgen losgelaten worden en de ziel zich opent voor de goddelijke liefde en aanwezigheid. Deze toestand kan gepaard gaan met visioenen, extatische ervaringen en een diepe innerlijke verlichting, die gezien worden als manifestaties van de directe aanwezigheid van God in de ziel.

In de christelijke mystiek wordt de wereld beschouwd als een manifestatie van Gods wil, waarin alles wat gebeurt een uitdrukking is van het goddelijk plan.

De Absolute Werkelijkheid wordt beschouwd als iets dat niet begrepen kan worden door het menselijk verstand, maar dat door ervaring en contemplatie wel benaderd kan worden. Het leven wordt gesymboliseerd als een reis of pelgrimstocht naar God, waarbij elke stap, hoe moeilijk ook, deel uitmaakt van een groter, goddelijk patroon.

Bekende figuren binnen de christelijke mystiek zoals Johannes van het Kruis, Meister Eckhart, en Teresa van Ávila benadrukken het belang van het loslaten van de gehechtheid aan materiële zaken en het ego om tot een zuivere en directe ervaring van God te komen.

Deze mystici beschrijven hoe de ziel door een proces van 'leegte' en 'donkere nachten' gaat, waarin ze gezuiverd wordt van alles wat haar scheidt van God. Dit proces van zelfovergave en zuivering kan gezien worden als een christelijke parallel van het loslaten van illusies en het ontdekken van de innerlijke vrijheid in de *Līlā*-traditie.

De christelijke mystiek deelt ook de notie van een verborgen, innerlijke werkelijkheid die de zichtbare wereld transcendeert. Mystici benadrukken dat God altijd aanwezig is in de schepping, maar dat deze goddelijke aanwezigheid verborgen blijft door de beperkingen van het menselijk bewustzijn. Door gebed, meditatie, en contemplatie kan de ziel deze sluier doorbreken en de diepere, spirituele realiteit ervaren die immanent aanwezig is.

Een ander belangrijk aspect van de christelijke mystiek is de nadruk op liefde als de kern van de relatie met God. Deze liefde wordt niet louter gezien als een gevoel, maar als een transformerende kracht die de ziel dichter bij God brengt en haar in staat stelt om Gods aanwezigheid in alles te herkennen.

Deze liefdevolle toewijding kan gezien worden als verwant aan de speelsheid en vreugde die besloten liggen in het concept van *Līlā*, waar de schepping opgevat wordt als een liefdevolle dans tussen de Schepper en de schepping.

In de christelijke mystiek wordt de wereld niet noodzakelijkerwijs beschouwd als illusoir, zoals dit het geval is in de *Līlā*-traditie, maar eerder als een sacramentele werkelijkheid—een teken en middel waardoor God zich aan de mensheid openbaart.

Deze sacramentele werkelijkheid houdt in dat de fysieke wereld en de gebeurtenissen daarin niet alleen oppervlakkig of tijdelijk zijn, maar doordrongen van een diepere, goddelijke betekenis. Dit betekent dat alles in de wereld een goddelijke dimensie bevat, en dat de werkelijkheid een diepere betekenis bevat die verder gaat dan wat onmiddellijk zichtbaar is.

Door middel van spirituele praktijk en contemplatie kunnen mensen een diepere betekenis ontdekken en de goddelijke aanwezigheid die onder de oppervlakte van de zichtbare wereld ligt, ervaren. In deze visie is de wereld niet alleen een materiële realiteit, maar ook een arena waarin de goddelijke werkelijkheid zich manifesteert.

Kortom, de christelijke mystieke traditie biedt eveneens een vruchtbare basis voor het onderzoeken van het concept van *Līlā*, vooral wat betreft de directe ervaring van God, het proces van innerlijke zuivering en de rol van liefde als de verbindende kracht tussen het goddelijke en de schepping.

Hoewel het begrip ‘*spel*’ niet letterlijk gebruikt wordt in christelijke mystiek, is er een soortgelijke kijk op het leven als een heilige manifestatie waarin Gods liefde en aanwezigheid direct ervaren kunnen worden.

Beide tradities benadrukken het belang van een rechtstreekse, persoonlijke ontmoeting met het goddelijke die voorbij gaat aan intellectuele begrippen of dogma's. Zo beschrijven mystici zoals Johannes van het Kruis, Meester Eckhart en Teresa van Ávila hoe zij God direct ervaren, niet via tussenkomst van symbolen of woorden, maar in innerlijke stilte en leegte.

In de *Līlā*-traditie komt dit overeen met de spontane herkenning van het goddelijke in de alledaagse werkelijkheid, waarbij de schepping als een ongedwongen en speelse expressie van het goddelijke wordt gezien.

Daarnaast speelt het proces van innerlijke zuivering een essentiële rol in zowel de christelijke mystiek als in *Līlā*-georiënteerde tradities. In de christelijke mystiek wordt deze zuivering vergeleken met een 'donkere nacht', waarin de ziel door periodes van leegte en beproeving gaat. Deze donkere nachten bevrijden de ziel van gehechtheid, verlangen en ego, zodat zij zich in een pure staat van overgave kan verenigen met God.

Dit zuiveringsproces sluit aan bij het concept van *Līlā*, waar het doel juist is om illusies en ego-gebonden opvattingen los te laten, waardoor men in een toestand van vrijheid en openheid het goddelijke spel kan herkennen en ervaren.

In beide tradities speelt liefde een centrale rol als verbindende kracht tussen het goddelijke en de schepping.

In de christelijke mystiek wordt liefde gezien als een transformerende, allesomvattende kracht die de ziel dichter bij God brengt en de kloof tussen God en de wereld overbrugt. Deze liefde overstijgt de beperkte opvattingen van het ego en doordringt alles in de schepping, waardoor Gods aanwezigheid overal kan herkend worden.

In het concept van *Līlā* werkt liefde op een vergelijkbare manier: de schepping is een vreugdevolle uiting van de goddelijke energie, waarin Schepper en schepping samenkomen in een dans van wederzijdse erkenning en creatieve expressie.

Zo nodigen zowel de christelijke mystiek als de tradities die *Līlā* centraal stellen, hun volgelingen uit om verder te kijken dan de oppervlakkige, materiële realiteit en zich te openen voor de diepere mysteries van het bestaan. In deze benadering wordt het leven gezien als een reis naar eenheid met het goddelijke, waarin men door liefde, zuivering en directe ervaring tot een dieper besef komt van de kosmische verbanden die alles met elkaar verbinden.

## 6. Reguliere vrijmetselarij

Om het *Līlā*-concept beter te begrijpen, lijkt het me waardevol om de vrijmetselarij te betrekken naast andere filosofische en spirituele tradities.

De vrijmetselarij, met zijn rijke symboliek en filosofische inzichten, biedt unieke perspectieven die aanvullend kunnen zijn op de reeds onderzochte tradities zoals het hindoeïsme, boeddhisme, taoïsme, soefisme en de christelijke mystiek.

Ik beperk me bewust tot de reguliere vrijmetselarij omdat het concept van de Opperbouwmeester (*cf. infra*) in deze traditie een centraal element vormt. De reguliere vrijmetselarij vereist een geloof in een hogere macht, gesymboliseerd door de Opperbouwmeester.

In de irreguliere vrijmetselarij, met name in Europa, waaronder België, wordt dit geloof in een Opperbouwmeester niet gehandhaafd. Loges van de obediënties van het Grootoosten (GOB), de Grootloge (GLB) en Le Droit Humain (DH) hanteren een seculiere en humanistische be-

nadering met nadruk op universele ethiek, filosofische reflectie en persoonlijke ontwikkeling, zonder de vereiste van een geloof in een goddelijke schepper. Hierdoor ligt de nadruk in irreguliere loges op de autonomie van de mens en de rol van de rede en ethiek. Vrijzinnigheid, humanisme en Vrij Onderzoek staan centraal in de beleving van deze maçonnieke werkplaatsen.

Het idee van een goddelijke architect die zowel transcendent als immanent is, vormt een fascinerend contrapunt ten opzichte van het *Līlā*-concept, waarin het goddelijk spel van *Śiva* de schepping en vernietiging van de wereld omvat. Beide concepten leggen de nadruk op een kosmische orde en een scheppende kracht, zij het vanuit verschillende culturele en filosofische perspectieven.

Daarnaast bevat de vrijmetselarij een rijke symboliek die bijdraagt tot het begrip van spel en creatie in brede zin. De bouwsymbolen, zoals passer en winkelhaak, en de nadruk op het streven naar morele en ethische perfectie, bieden een ander soort reflectie over de manier waarop de wereld gestructureerd en begrepen wordt. Dit kan vergeleken worden met het idee van *Līlā* als een dynamisch spel waarin de wereld ervaren wordt als een manifestatie van het goddelijke, en waarbij de nadruk ligt op de creatieve en spontane aspecten van het universum.

In zowel de hindoeïstische traditie van het *Kashmir shaivism* als in de westerse reguliere vrijmetselarij vinden we concepten die betrekking hebben op schepping en universele orde, hoewel ze uit verschillende culturele en spirituele contexten komen. *Līlā*, het goddelijke spel van *Śiva* in het *Kashmir shaivism*, verwijst naar de spontane en dynamische uitdrukking van het Absoluut Bewustzijn.

Het idee is dat het Absolute zichzelf uitdrukt door middel van een kosmisch spel, waarbij tijd <sup>70</sup> en ruimte <sup>71</sup>—er-

varen worden als een levende creatie. Dit spel is zowel een uitdrukking van creatieve kracht als een manier voor het Absolute om zichzelf te ervaren, terwijl het zelf onveranderlijk en stil blijft.<sup>72</sup>

Aan de andere kant staat de Opperbouwmeester, vaak gesymboliseerd door de letter 'G' in de vrijmetselarij, voor de universele architect die de structuur en orde van het universum ontwerpt. De Opperbouwmeester vertegenwoordigt de scheppende kracht en de fundamentele ordening die de kosmos vormt. De letter 'G' kan zowel God als Geometrie symboliseren, wat de geometrische precisie en de universele structuur van de schepping benadrukt.

Ondanks de verschillen in context, zijn er opvallende inhoudelijke overeenkomsten tussen beide concepten: beide belichamen de rol van een scheppende kracht.

In *Līlā* komt deze kracht tot uitdrukking door een goddelijke spel en creativiteit, terwijl de Opperbouwmeester de idealen van architecturale en morele structuur vertegenwoordigt.

Beide concepten impliceren ook een idee van transcendentie en immanentie, waarbij het Absolute of de Opperbouwmeester zowel aanwezig is in de schepping als transcendent aan het geheel ervan.

De verschillen liggen voornamelijk in de culturele en filosofische context waarin deze ideeën gepresenteerd worden. *Līlā* heeft zijn wortels in een hindoeïstische en tantrische traditie die zich richt op de intrinsieke waarde van het goddelijk spel, terwijl in de reguliere vrijmetselarij het concept van de Opperbouwmeester een begrip is dat dient als gids voor een ethische en spirituele zoektocht binnen een westerse context.



Ondanks deze verschillen, belichamen beide concepten de essentie van schepping en orde vanuit hun eigen uniek perspectief.

## 7. Westers Filosofisch Denken

Het *Līlā*-concept, dat het universum beschouwt als een goddelijk spel of kosmische dans, kan vruchtbaar onderzocht worden binnen de context van het westers filosofisch denken.

Hoewel het westers denken traditioneel minder geneigd is om het idee van het leven als een spel te omarmen, biedt het toch interessante parallellen en contrasten die een dieper begrip van zowel *Līlā* als de aard van de werkelijkheid opleveren.

Door het concept van *Līlā* te onderzoeken binnen de diverse stromingen van het westers filosofisch denken, wordt duidelijk dat dit idee niet alleen relevant is in een religieuze of spirituele context, maar ook nieuwe inzichten biedt in de manier waarop we de werkelijkheid, het leven en onze plaats daarin, begrijpen.

Het laat zien hoe verschillende tradities en filosofieën, zelfs wanneer ze ogenschijnlijk ver van elkaar afstaan, kunnen bijdragen tot een rijkere en meer genuanceerde visie op de menselijke ervaring en de natuur van het bestaan.

### → Plato

In de Griekse filosofie, vooral in het werk van Plato, wordt de wereld van zintuiglijke waarneming gezien als een schaduw van een hogere, onveranderlijke werkelijkheid.

Plato introduceerde het idee dat de wereld zoals wij die met onze zintuigen waarnemen, niet de ware werkelijk-

heid is, maar slechts een afspiegeling daarvan. Hij stelde dat er een hogere, onveranderlijke werkelijkheid bestaat, die hij de 'wereld van de Ideeën' of 'Vormen' noemde.

Deze hogere, onveranderlijke werkelijkheid bestaat uit abstracte concepten die de essentie van alle dingen vormen. Volgens Plato is de zintuiglijke wereld imperfect en veranderlijk, terwijl de wereld van de Ideeën perfect en eeuwig is.

Dit vergt enige uitleg.

In de zintuiglijke wereld waarin wij leven, worden we geconfronteerd met objecten en gebeurtenissen die voortdurend veranderen. Alles wat we zien, horen, ruiken, proeven en aanraken is onderhevig aan vergankelijkheid. Voor Plato was dit het teken dat de zintuiglijke wereld onvolmaakt is. Hij geloofde dat, hoewel we deze wereld als echt en substantieel ervaren, het in feite slechts een tijdelijke en onvolmaakte weergave is van iets dat veel dieper en eeuwiger is.

Plato stelde dat er achter de veranderlijke wereld van onze zintuigen een stabiele en onveranderlijke werkelijkheid verscholen ligt: de wereld van de Vormen of Ideeën. Deze 'Vormen' zijn geen fysieke objecten, maar abstracte, perfecte concepten die de essentie van alle dingen bevatten. Voorbeelden van zulke vormen zijn ideeën zoals schoonheid, rechtvaardigheid, en goedheid.

In de zintuiglijke wereld kunnen we objecten zien die mooi zijn of daden die rechtvaardig lijken, maar deze zijn slechts gedeeltelijke en onvolmaakte uitdrukkingen van de perfecte vormen van schoonheid en rechtvaardigheid.

Eén van de beroemdste allegorieën die Plato gebruikt om dit te illustreren, is de allegorie van de grot, te vinden in zijn werk *De Staat*.

In deze allegorie beschrijft Plato een groep mensen die hun hele leven vastgeketend zitten in een donkere grot, met hun gezicht naar een muur gericht. Achter hen brandt een vuur, en tussen het vuur en de gevangenen in is er een pad waarlangs objecten gedragen worden. De gevangenen kunnen alleen de schaduwen van deze objecten op de muur zien en nemen deze schaduwen voor waar aan als de enige werkelijkheid. Ze zijn zich niet bewust van het vuur of de objecten die de schaduwen veroorzaken, laat staan van de wereld buiten de grot.

Plato stelt dat de meeste mensen, net als de gevangenen in zijn allegorie, alleen de schaduwen van de werkelijke dingen zien. Ze verwarren de zintuiglijke wereld—de schaduwen—met de echte wereld.

Volgens Plato bevindt de echte werkelijkheid zich buiten de grot, in de wereld van de Ideeën of Vormen. De taak van de filosoof bestaat erin om zich los te maken van de ketens, de grot te verlaten, en de wereld van het licht (de wereld van de Vormen) te ontdekken. Eenmaal dit bereikt, moet de filosoof terugkeren naar de grot om de gevangenen te helpen de ware aard van de werkelijkheid te begrijpen.

Plato's theorie benadrukt dat wat we met onze zintuigen waarnemen slechts een afgeleide is van een diepere, abstracte werkelijkheid, die eeuwig en onveranderlijk is.

De gedachte dat er een diepere werkelijkheid bestaat die voorbijgaat aan wat we direct kunnen waarnemen, blijft een krachtig en invloedrijk thema in veel hedendaagse debatten over de aard van de werkelijkheid en de beperkingen en mogelijkheden van menselijke kennis.

Hoewel de precieze termen en context geëvolueerd zijn, blijven de fundamentele vragen die Plato stelde—over wat echt is, hoe we het kunnen kennen, en wat de relatie

is tussen onze waarnemingen en een diepere werkelijkheid—zeer relevant in de hedendaagse filosofie, wetenschap, en zelfs in discussies binnen kunst en literatuur.

### → Kant

Plato's ideeën over de relatie tussen de zintuiglijke wereld en een hogere, onveranderlijke werkelijkheid vinden een echo in het werk van Immanuel Kant, vooral in het onderscheid dat hij maakt tussen een verschijnsel en het *Ding an sich*—de werkelijkheid zoals die bestaat, onafhankelijk van menselijke waarneming en ervaring.

Dit vergt enige uitleg.

Plato stelde dat de zintuiglijke wereld slechts een onvolmaakte afspiegeling is van de echte, onveranderlijke wereld van de Ideeën. Kant nam dit concept over, maar interpreteerde het op zijn eigen manier.

Kant maakt een onderscheid tussen twee soorten werkelijkheid: de fenomenale en de noumenale werkelijkheid.

De fenomenale werkelijkheid is de wereld zoals wij die ervaren door onze zintuigen en verstand. Dit omvat alles wat we waarnemen en begrijpen via onze zintuigen, en is beïnvloed door de manier waarop onze geest concepten zoals ruimte, tijd en causaliteit interpreteert. Kortom, de fenomenale werkelijkheid is slechts een representatie van de werkelijkheid, niet de werkelijkheid zelf.

De noumenale werkelijkheid, het *Ding an sich*, verwijst naar de werkelijkheid zoals die bestaat, onafhankelijk van onze perceptie en cognitie. Het is de werkelijkheid zoals die werkelijk is, zonder menselijke interpretatie.

Kant betoogde dat, hoewel we ons bewust (kunnen) zijn van het bestaan van het *Ding an sich*, we geen directe

kennis van deze noumenale werkelijkheid kunnen verwerven. Onze ervaringen en kennis zijn immers altijd gefilterd en gevormd door onze zintuigen en geest.

Kants idee van het *Ding an sich* benadrukt de beperkingen van menselijke kennis en ervaring: we kunnen nooit volledig begrijpen hoe de werkelijkheid is los van onze perceptie, maar we kunnen ons wel bewust zijn van het feit dat er een werkelijkheid bestaat die onze zintuiglijke en mentale ervaringen overstijgt.

Hoewel Kant niet geloofde in een transcendente wereld van Ideeën zoals Plato, benadrukken beide filosofen dat onze kennis van de werkelijkheid beperkt is én dat er een diepere werkelijkheid bestaat die buiten ons bereik ligt.

De invloed van Plato's denken is verder nog steeds merkbaar in moderne discussies, zoals in de fenomenologie over objectieve werkelijkheid versus subjectieve waarneming.

In eenvoudige termen gaat dit debat over de vraag of er een werkelijkheid bestaat die onafhankelijk is van onze waarneming, of dat alles wat we waarnemen afhankelijk is van onze eigen subjectieve ervaringen.

Zoals eerder gezegd, stelde Plato dat de zintuiglijke wereld die we ervaren, slechts een schaduw is van een hogere, objectieve werkelijkheid—de wereld van de Ideeën.

In de fenomenologie, een tak van de filosofie die zich bezighoudt met hoe we dingen ervaren, zien we een soortgelijke discussie. Fenomenologen onderzoeken hoe onze waarnemingen gevormd worden door ons eigen perspectief en bewustzijn.

Ze stellen vragen zoals: 'Is er een echte wereld buiten ons, of is alles wat we kennen slechts een product van onze eigen ervaringen?'

Ook in dit debat komt de invloed van Plato naar voren, omdat het over dezelfde fundamentele vragen gaat, namelijk over wat echt is en hoe we dat kunnen weten.

De gedachte dat er een verschil kan zijn tussen hoe dingen werkelijk zijn en hoe we ze waarnemen, is een concept dat al bij Plato te vinden is en dat nog steeds centraal staat in de filosofische discussies van vandaag.

In de wetenschap, met name in de natuurkunde, wordt nagedacht over de aard van de werkelijkheid in termen van abstracte concepten zoals energievelden, kwantumgolven, en ruimte-tijd, die niet direct waarneembaar zijn maar toch de 'werkelijke' structuur van het universum zouden vormen.

Bovendien blijven Plato's ideeën invloedrijk in epistemologische vragen—de studie van de kennis. De gedachte dat onze zintuiglijke ervaringen ons niet de volledige waarheid vertellen, zet aan tot nadenken over de grenzen van de menselijke kennis, maar ook over de middelen waarmee we proberen die grenzen te overstijgen, zoals via wetenschap, logica, of mystieke ervaring.

Plato's idee van een gespleten realiteit, waarin de waarneembare wereld slechts een reflectie is van iets dat veel dieper is, kan in zekere zin vergeleken worden met het concept van *Līlā*. In deze context zou *Līlā* gezien kunnen worden als het spel van verschijnselen dat de ware, onveranderlijke werkelijkheid verhult.

Maar ondanks deze gelijkenis, blijft er toch een belangrijk onderscheid: waar Plato's Ideeënwereld statisch en perfect is, benadrukt *Līlā* de dynamiek en creativiteit van het goddelijke spel. Een wereld van verschil.

## → Nietzsche

In de moderne filosofie, met name bij denkers zoals Friedrich Nietzsche, komt het idee naar voren dat het leven zelf waarde en betekenis ontleent aan de creatieve krachten van de mens.

Nietzsches concepten van de 'eeuwige wederkeer' en de 'Übermensch' kunnen geïnterpreteerd worden als een uitnodiging om het leven te omarmen in zijn volheid, inclusief de cyclische en speelse aspecten ervan.

Nietzsches concept van '*die ewige Wiederkehr des Gleichen*' vormt één van zijn meest fascinerende en diepgaande ideeën.

Nietzsche stelt dat alles wat in het universum gebeurt, zich oneindig vaak zal herhalen, precies op dezelfde manier, zonder enige verandering. Dit betekent dat elk moment, elke gebeurtenis en elke handeling zich eindeloos herhaalt in een cyclus die nooit eindigt.

De betekenis van dit idee is zowel uitdagend als diepzinnig.

Het roept de vraag op hoe we ons leven en onze keuzes zouden benaderen als we wisten dat alles wat we doen, elke beslissing die we nemen, elke vreugde en elk lijden, zich keer op keer zou herhalen.

Nietzsche presenteerde deze gedachte als een morele en existentiële uitdaging: kunnen we ons leven zo omarmen dat we elke keuze en elke ervaring opnieuw zouden willen beleven, tot in de eeuwigheid?

Deze gedachte is bedoeld om mensen aan te moedigen hun leven volledig te accepteren, inclusief alle pijn en vreugde, zonder spijt en met volledige verantwoordelijkheid voor hun daden.

Nietzsche zag dit als een test van authenticiteit en kracht: als iemand het idee van de 'eeuwige wederkeer' volledig kan omarmen, dan leeft die persoon volgens Nietzsche op een authentieke en krachtige manier, als een '*Übermensch*'.

De '*Übermensch*' is Nietzsches visie op een toekomstig type mens die in staat is om de uitdaging van de 'eeuwige wederkeer' te omarmen. Dit betekent dat de '*Übermensch*' zijn leven zo vol overgave en authenticiteit leeft, dat hij bereid is elke ervaring en elke beslissing keer op keer te herhalen zonder spijt of angst.

De '*Übermensch*' is iemand die zichzelf overstijgt en zijn eigen waarden scheidt. Deze figuur is niet gebonden aan enige traditionele moraal of religie, maar creëert zijn eigen pad en betekenis in het leven. Hij omarmt het leven in al zijn aspecten en 'speelt' met de mogelijkheden die het leven biedt, zonder angst voor het onbekende of het cyclische karakter van het bestaan. De '*Übermensch*' beschouwt het leven als een creatief proces, vol potentieel en mogelijkheden.

De '*Übermensch*' staat voor een individu dat zichzelf overstijgt en nieuwe waarden scheidt. Nietzsche bekritiseerde de traditionele moraal en religieuze systemen die volgens hem de mensheid gevangen houden in vaste normen en dogma's. Hij zag deze systemen, vooral het christendom, als beperkende krachten die de menselijke geest verzwakken en de creatieve mogelijkheden van het individu onderdrukken.

In plaats daarvan introduceerde Nietzsche het concept van de 'wil tot macht' (*Wille zur Macht*), dat niet zozeer fysieke of politieke macht betekent, maar eerder de fundamentele drang van de mens om zichzelf te bevestigen, te groeien en te creëren.



Deze '*Wille zur Macht*' vormt de basis van alle leven, waarbij het individu voortdurend streeft naar zelfexpressie en zelfoverstijging. De '*Übermensch*' belichaamt deze wil tot macht in zijn ultieme vorm, door niet langer afhankelijk te zijn van externe autoriteiten of traditionele waarden, maar door zijn eigen waarden te scheppen en zijn eigen leven vorm te geven.

Voor de '*Übermensch*' is het leven een voortdurend veranderend en dynamisch creatief proces, waarin hij zichzelf steeds opnieuw uitvindt. In plaats van het leven als iets vaststaands te beschouwen, ziet de '*Übermensch*' het bestaan als een reeks van mogelijkheden om betekenis te creëren en zichzelf te transformeren.

De '*Übermensch*' overstijgt de beperkingen van traditionele waarden en ziet het leven als een speels en creatief proces. Hij omarmt de speelse aspecten van het bestaan en ziet elke uitdaging als een kans om te groeien en te creëren.

Dit speelse karakter is een cruciaal onderdeel van de creatieve kracht van de '*Übermensch*': hij neemt het leven niet met angst of spijt, maar benadert het als een continu proces van zelfschepping. Het leven is voor hem als een kunstwerk, waarin hij de kunstenaar is die voortdurend nieuwe vormen en betekenissen schept.

De '*Übermensch*' ziet het bestaan als een creatief veld vol potentieel, waarin hij vrij is om zijn eigen waarden en pad te ontwikkelen, zonder gebonden te zijn aan dogma's of angst voor het onbekende.

Kortom, voor de '*Übermensch*' is het leven geen vaststaand gegeven, maar een eindeloos creatief proces waarin hij zichzelf voortdurend heruitvindt en nieuwe betekenis geeft aan zijn bestaan. Het is een leven vol potentieel en mogelijkheden, waarin de mens de vrijheid

en kracht vindt om zichzelf en de wereld steeds opnieuw te herscheppen.

Wat betreft de misinterpretatie van Nietzsches ideeën door het nazisme, is het belangrijk om te beseffen (en blijvend te poneren) dat Nietzsches concepten van de '*Übermensch*' en '*die ewige Wiederkehr*' volledig losstaan van de ideologie van raciale superioriteit en totalitarisme die de nazi's propageerden. Het nazisme gaf een valse en verdraaide betekenis aan Nietzsches ideeën om hun eigen verwerpelijke racistische en militaristische agenda te rechtvaardigen. Ze interpreteerden de '*Übermensch*' als een superieure Arische mens en misbruikten dit om hun verderfelijke rassenleer te staven.

Dit is een fundamentele misinterpretatie van Nietzsche, die zelf erg kritisch was over nationalisme, antisemitisme en iedere vorm van groepsdenken. De nazi-interpretatie is een flagrante leugen die Nietzsches filosofie op een brutale manier verdraaide om hun eigen perverse doeleinden te dienen.

Nietzsches '*Übermensch*' is een figuur van persoonlijke en spirituele transformatie, niet van biologische superioriteit of politieke macht. Nietzsches ideeën waren bedoeld om individuen aan te moedigen zichzelf te bevrijden van traditionele waarden en beperkingen, niet om een ideologie van onderdrukking en geweld te ondersteunen.

In zijn filosofische context introduceerde Nietzsche '*die ewige Wiederkehr*' als een gedachte-experiment, bedoeld om mensen te confronteren met de onvermijdelijkheid van het leven zoals het is, zonder enige hoop op een hiernamaals of enige andere ontsnapping ('*Gott ist tot*').

Nietzsches concept daagt ons uit om na te denken over de waarde en betekenis van ons bestaan en om ons

leven zo te leiden dat we het keer op keer zonder voorbehoud zouden willen herhalen.

Hoewel Nietzsche niet expliciet spreekt over een goddelijk spel zoals in het *Līlā*-concept, delen beide filosofieën het idee dat de werkelijkheid voortdurend gecreëerd en herschapen wordt. Nietzsches idee van de 'eeuwige wederkeer' kan opgevat worden als een filosofisch concept waarin het leven cyclisch is en het individu in elke cyclus de mogelijkheid heeft opnieuw betekenis te scheppen. Dit sluit aan bij het *Līlā*-concept, waarin de kosmos gezien wordt als een voortdurende, speelse en creatieve expressie van het Absolute.

#### → Jean-Paul Sartre en Albert Camus

Een andere belangrijke stroming in de westerse filosofie is het existentialisme, met figuren zoals Jean-Paul Sartre en Albert Camus.

Het existentialisme benadrukt de inherente absurditeit van het bestaan en de noodzaak voor individuen om hun eigen betekenis te scheppen in een ogenschijnlijk zinloos universum.

Volgens Sartre zijn mensen 'veroordeeld tot vrijheid', wat betekent dat we, zonder een vooraf gegeven betekenis, volledig verantwoordelijk zijn voor onze keuzes en hoe we ons leven vormgeven.

Dit legt een zware last op het individu, maar biedt tegelijkertijd ook de grootste vorm van vrijheid: het vermogen om ons leven naar eigen inzicht en waarden te creëren.

Sartre stelt dat we in een wereld zonder een vooraf bepaalde essentie leven, en dat we enkel door onze daden en keuzes betekenis aan ons bestaan geven.

Camus, daarentegen, richt zich meer op de absurditeit van het leven, de spanning tussen de menselijke neiging om betekenis te zoeken en het 'stilzwijgen' van een onverschillig universum.

In zijn werk *De mythe van Sisyphus* symboliseert hij het leven als een eindeloze en absurde taak: de mythe van Sisyphus is een oud Grieks verhaal over Sisyphus, een koning die door de goden gestraft werd voor zijn sluwheid en bedrog. Zijn straf was eeuwig en absurd: hij moest een zware rotsblok tegen een steile heuvel omhoog duwen, maar telkens wanneer hij bijna de top bereikte, rolde de steen terug naar beneden. Dit dwong hem om de taak steeds opnieuw te beginnen, zonder hoop op voltooiing of bevrijding.

Deze mythe benadrukt de zinloosheid van het bestaan, maar Camus ontdekt daarin ook een paradoxale vrijheid.

Hij stelt dat Sisyphus zijn absurde lot aanvaardt en door deze aanvaarding bevrijding vindt in de zinloosheid. We moeten, zegt Camus, Sisyphus als gelukkig voorstellen, omdat hij zijn lot accepteert en er ondanks alles in slaagt om waarde te vinden in zijn handelen.

Camus' symbolisering van het leven als een 'mythe van Sisyphus', waarin de mens een absurde taak steeds opnieuw moet uitvoeren, kan in contrast geplaatst worden met het concept van *Līlā*.

Waar *Līlā* speelsheid en vreugde suggereert, benadrukt het existentialisme de tragiek en zinloosheid van het bestaan.

Toch delen beide benaderingen een belangrijk element: zowel het existentialisme als *Līlā* bieden de mogelijkheid om vrijheid en creativiteit te vinden in het aanvaarden van de veranderlijkheid en onvoorspelbaarheid van het leven.

Het existentialisme stelt dat, hoewel het leven inherent zinloos kan lijken, individuen door hun keuzes en daden betekenis kunnen creëren. Dit sluit aan bij het *Līlā*-concept, waarin de werkelijkheid gezien wordt als een speelse en creatieve expressie van het goddelijke.

Net als Sisyphus in zijn eindeloze cyclus, omarmt het individu in het *Līlā*-concept het leven in al zijn cyclische en veranderlijke aspecten, maar met een speelse benadering.

### → Het postmoderne denken

Het postmoderne denken biedt een interessante tegenhanger voor het concept van *Līlā*, met zijn nadruk op de fragmentatie van de waarheid en de afwijzing van grote metaverhalen.

Grote metaverhalen, of 'grand narratives', verwijzen naar universele, allesomvattende theorieën die proberen de mensheid en de geschiedenis te verklaren vanuit één enkele, overkoepelende waarheid. Voorbeelden hiervan zijn het christelijke eschatologische verhaal, dat een universele verklaring biedt door de geschiedenis van de mensheid te beschrijven als een goddelijke schepping, de val van de mens en een uiteindelijke verlossing of oordeel. Dit verhaal stelt dat er een groter, goddelijk doel is voor het universum en de geschiedenis.

Een ander metaverhaal is de marxistische theorie van de klassenstrijd, die de geschiedenis interpreteert als een reeks conflicten die uiteindelijk leiden tot de revolutie van het proletariaat en de vestiging van een klassenloze samenleving. Dit verhaal biedt een economische en sociale verklaring voor historische ontwikkelingen, waarin de overwinning van de arbeidersklasse als het universele einddoel gezien wordt.

Een laatste voorbeeld is het verlichtingsverhaal van vooruitgang en rede, dat de menselijke geschiedenis ziet als een proces van voortdurende verbetering. Dit meta-verhaal benadrukt de ontwikkeling van kennis, wetenschap en technologie als de belangrijkste krachten die de menselijke vooruitgang aandrijven.

Postmoderne denkers zoals Jean-François Lyotard en Jacques Derrida bekritisieren deze metaverhalen omdat ze, volgens hen, te simplistisch zijn en de diversiteit van menselijke ervaringen en perspectieven negeren.

In plaats daarvan benadrukt het postmoderne denken de pluraliteit van perspectieven en het bestaan van lokale, contextuele waarheden. Grote, allesomvattende verhalen worden afgewezen ten gunste van een gefragmenteerde en meervoudige benadering van kennis en waarheid.

Volgens postmoderne denkers heeft de wereld geen vaste, universele betekenis. Betekenis wordt altijd geconstrueerd door individuele ervaringen en culturele contexten. Dit resoneert met *Līlā*, dat gezien wordt als een kosmisch spel zonder vaste regels, waarbij elke beweging en verandering deel uitmaakt van een groter geheel dat nooit volledig begrepen kan worden.

In deze zin kan *Līlā* opgevat worden als een manier om de postmoderne *condition humaine* te omarmen. Het leven wordt dan niet gezien als een puzzel die moet opgelost worden, maar als een spel dat gespeeld moet worden, waarbij elke nieuwe zet nieuwe mogelijkheden opent, zonder dat er een vaste einduitkomst is.

Daarnaast is het interessant om het *Līlā*-concept te bekijken in het licht van moderne wetenschappelijke wereldbeelden, vooral binnen de fysica en kosmologie.

De kwantummechanica, met zijn principes van onzekerheid en waarschijnlijkheid, en de theorie van het multiversum, waarin onze werkelijkheid slechts één van vele mogelijke werelden is, kunnen beschouwd worden als wetenschappelijke echo's van het idee van *Līlā*.

In deze theorieën lijken de natuurwetten minder op absolute waarheden en meer op de regels van een spel dat voortdurend in ontwikkeling is en herschreven wordt.

Ook dit sluit aan bij het speelse, creatieve karakter van *Līlā*, waar geen vaste structuur of doel bestaat, en waar elke verandering onderdeel is van een cyclische kosmische dans.

## **8. Inheemse en sjamanistische tradities**

Inheemse en sjamanistische tradities bieden een diepgaand perspectief op *Līlā*, door hun nauwe verbondenheid met de natuur en hun cyclische kijk op leven en werkelijkheid. *Līlā*, vaak begrepen als een kosmisch spel waarin het goddelijke zich manifesteert in talloze vormen, resoneert sterk met de manier waarop deze tradities de wereld zien als een bezielde, dynamisch geheel.

### **→ Inheemse tradities**

Inheemse tradities omvatten de spirituele en culturele praktijken van de oorspronkelijke bewoners van een regio, die vaak van generatie op generatie doorgegeven zijn.

Deze tradities bestaan uit een breed scala aan geloofsystemen die diep geworteld zijn in de geschiedenis en de manier van leven van een gemeenschap. Ze omvatten elementen zoals animisme, waar de natuur als bezielde beschouwd wordt, maar ook voorouderverering, rituelen, mythologieën en een holistische benadering van de relatie tussen mens en natuur.

Deze tradities zijn nauw verbonden met een specifieke cultuur of regio en spelen een cruciale rol in het behouden van culturele identiteit en een diep respect voor het milieu.

Verhalen en mythologieën binnen inheemse tradities beschrijven vaak hoe goddelijke of spirituele wezens speelse, creatieve krachten gebruiken om de wereld en haar verschijnselen te creëren.

Dit sluit nauw aan bij *Līlā*, waarin de schepping niet gezien wordt als een ernstig, doelgericht proces, maar als een speelse en vrije uitdrukking van het goddelijke.

Daarnaast benadrukken veel inheemse tradities de cyclische aard van het leven, waarin geboorte, dood en wedergeboorte niet als begin- en eindpunten beschouwd worden, maar natuurlijke fasen zijn van een cyclisch geheel.

Deze cyclische visie past goed bij *Līlā*, waarin de wereld gepercipieerd wordt als een voortdurend spel waarin verschijnselen komen en gaan, terwijl het spel zelf doorgaat. Zulk perspectief moedigt een houding van acceptatie aan ten opzichte van de veranderlijkheid van het leven, vergelijkbaar met hoe *Līlā* ons uitnodigt om het leven met lichtheid en vreugde tegemoet te treden.

#### → Sjamanistische tradities

Sjamanistische tradities concentreren zich op de rol van de sjamaan, een spiritueel leider die fungeert als bemiddelaar tussen de zintuiglijke en spirituele wereld.

Sjamanen worden gezien als genezers en gidsen met toegang tot kennis en krachten buiten de gewone werkelijkheid.



In veel sjamanistische rituelen maakt de sjamaan gebruik van trance-toestanden en rituele reizen naar spirituele dimensies om contact te leggen met geesten, voorouders of andere spirituele entiteiten, maar daarover later meer.

De kern van sjamanistische tradities ligt in een diepe verbondenheid met de natuur. In een sjamanistische optiek wordt geloofd dat alle natuurlijke elementen—van planten en dieren tot elementen zoals water en wind—een spirituele essentie bezitten.

Deze verbondenheid met de natuur en het geloof in een levende, bezielde wereld sluiten nauw aan bij het concept van *Līlā*, waarin alles deelneemt aan een groter kosmisch spel.

In sjamanistische tradities wordt de werkelijkheid als dynamisch en fluïde beschouwd, waarbij mensen, dieren, en natuurlijke elementen actief betrokken zijn in een ritueel drama.

Dit vertoont sterke overeenkomsten met *Līlā*, waarin de wereld als een voortdurend veranderend spel wordt gezien waarin het goddelijke zichzelf uitdrukt in talloze vormen en verschijnselen.

Een belangrijk aspect van sjamanistische praktijken is het gebruik van rituelen en trance-reizen om toegang te krijgen tot andere lagen van de werkelijkheid.

Deze rituelen kunnen beschouwd worden als een vorm van deelname aan het kosmische spel van *Līlā*, waarin de sjamaan als bemiddelaar tussen de menselijke en spirituele dimensies fungeert. De sjamaan speelt hierbij een cruciale rol in het behouden van de balans en harmonie in dit spel, door contact te verzekeren met de spirituele wereld voor genezing en begeleiding.

Zowel inheemse als sjamanistische tradities benadrukken de onderlinge verbondenheid van alle dingen en de cyclische aard van het leven.

In deze tradities wordt de wereld vaak gezien als een levend, spiritueel netwerk waarin elk element een rol speelt in het groter geheel.

Dit komt overeen met *Līlā*, dat de wereld beschrijft als een heilig spel waarin het goddelijke vrij is om te creëren, te transformeren en te spelen.

Rituelen en mythologieën binnen deze tradities ondersteunen het idee dat de werkelijkheid voortdurend in beweging is, waarbij alles deelneemt aan een groter spiritueel proces.

Dit draagt bij tot een dieper begrip van *Līlā*, waarin de werkelijkheid gezien wordt als een kosmisch spel, vrij van strikte regels, en waar het goddelijke zich manifesteert in eindeloze vormen.

In de analyse van *Līlā* binnen inheemse en sjamanistische tradities wordt duidelijk dat deze tradities niet alleen parallellen vertonen met het *Līlā*-concept, maar ook nieuwe dimensies toevoegen.

Zo benadrukken ze de noodzaak van harmonie met de natuur en met de spirituele krachten die de wereld bezielen, evenals de rol van de sjamaan als bemiddelaar in het kosmische spel. Dit alles noopt tot een diepere verkenning van hoe het concept van *Līlā* kan helpen bij het begrijpen van de complexe, dynamische en spiritueel rijke aard van het leven en de menselijke ervaring.

Met de analyses van verschillende filosofische, spirituele en religieuze tradities hebben we een breed scala aan perspectieven op het *Līlā*-concept onderzocht.

De behandelde tradities—hindoeïsme (met de focus op *advaita vedānta* en *bhakti yoga*), boeddhisme (*theravāda*, *mahāyāna* en *vajrayāna*), taoïsme, soefisme, christelijke mystiek, reguliere vrijmetselarij, westerse filosofie, en inheemse en sjamanistische tradities—bieden elk unieke inzichten in hoe *Līlā* begrepen en geïntegreerd kan worden in het leven en de menselijke ervaring.

Door deze verscheidenheid aan tradities te onderzoeken, hebben we een uitgebreid beeld geschetst van *Līlā* als een concept dat niet alleen in een Indiase religieuze context relevant is, maar ook universele thema's aanraakt die in verschillende culturele en spirituele omgevingen terugkomen.

De analyses tonen aan dat *Līlā* zich niet beperkt tot één religie of filosofie, maar een veelzijdig concept is dat verschillende aspecten van het bestaan verheldert, zoals de aard van de werkelijkheid, het universum en de menselijke ervaring.

Het concept *Līlā* blijkt in staat te zijn om fundamentele vragen op te roepen over de aard van het bestaan, de rol van het goddelijke, het Absolute en de betekenis van het leven, terwijl het ook praktische inzichten biedt over hoe de mens met veranderlijkheid, creativiteit, en verbondenheid kan omgaan.

Met deze aanpak hebben we het *Līlā*-concept vanuit meerdere invalshoeken belicht, wat bijdraagt tot een genuanceerde interpretatie.

Is hiermee alles gezegd?

Hoewel deze analyse een breed overzicht biedt van de parallellen tussen *Līlā* en verschillende spirituele en filosofische tradities, is dit slechts het begin van een diepgaand onderzoek naar het complexe *Līlā*-concept in een mondiale context.

De tradities en ideeën die hier besproken zijn, vormen slechts een startpunt voor een dieper inzicht in *Līlā* als een kosmisch spel waarin de dynamische wisselwerking tussen het Absolute en de wereld een centrale rol speelt.

Er blijft nog ontzettend veel ruimte voor verdere analyse en verdieping.

Elke traditie en filosofie kent eigen nuances en rituelen die een uniek licht werpen op hun wereldbeeld, wat op zijn beurt nieuwe perspectieven biedt in de rol die *Līlā* in deze tradities speelt.

Daarnaast zijn er wereldwijd talloze culturele, filosofische en spirituele benaderingen die in deze tekst niet aan bod kwamen, maar die ons begrip van *Līlā* verder kunnen ontwikkelen en verrijken.

Beschouw deze tekst daarom als een fundament—een startpunt voor verdere studie en reflectie. Wie dieper in de verschillende interpretaties van *Līlā* duikt, zal ontdekken dat dit concept een enorme rijkdom aan inzichten biedt in het kosmische en menselijke spel waarin we met zijn allen een rol spelen.



## HOOFDSTUK IV - LĪLĀ IN DE HEDENDAAGSE WERELD

Het concept van *Līlā*, dat zijn oorsprong vindt in de oude hindoeïstische tradities, beschrijft de wereld en het universum als een speelse en creatieve expressie van het goddelijke. Het woord '*Līlā*' wordt vaak vertaald als 'spel' of 'dans'. De gedachte achter dit concept is dat de schepping niet louter een rationeel proces is, maar eerder een vorm van kosmisch spel, waarin het Absolute zich op een spontane en vreugdevolle manier in de wereld manifesteert.

Met andere woorden benadrukt *Līlā* dat de goddelijke schepping en de manifestatie van het universum niet voortkomen uit logische processen, maar uit goddelijke speelsheid en creativiteit. Deze visie stelt dat het Absolute, of *Brahman*, zich op een manier uitdrukt die zowel spontaniteit als vreugde omvat. Dit idee draagt bij tot een dieper begrip van de wereld als een dynamisch en levendig geheel.

Hier ga ik graag dieper op in.

In plaats van de wereld te zien als een vaststaand mechanisme dat enkel volgens rationele en wetmatige principes functioneert, offreert *Līlā* een visie die de schepping benadert als een kosmisch spel, gekenmerkt door spontaniteit en creativiteit.

In de traditionele visie van *Līlā*, zoals die binnen de hindoeïstische tradities voorgesteld wordt, is het universum niet uitsluitend het resultaat van een rigide scheppingsproces. In plaats daarvan wordt het gezien als een voortdurende expressie van het Absolute dat zichzelf op een speelse en vreugdevolle manier in de wereld manifesteert.

Dit impliceert dat het universum en alles wat erin gebeurt een vorm van goddelijke creativiteit en plezier vertegenwoordigt, waarbij het goddelijke spel een belangrijke rol speelt in de manier waarop de werkelijkheid zich ontvouwt.

Waar het in deze visie op neer komt is het volgende: door de wereld te begrijpen als een kosmisch spel, verschuift de focus van een statisch, mechanisch model naar een dynamisch en interactief paradigma.

Dit betekent concreet dat de werkelijkheid niet slechts geïnterpreteerd wordt als een reeks oorzaak-en-gevolg relaties, maar als een levendige en creatieve uitdrukking van goddelijke speelsheid. Met andere woorden, de dynamiek van het universum ontspringt aan de continue en spontane manifestaties van het Absolute, die zich uiten als een goddelijke spel.

Deze interpretatie laat ons begrijpen dat de Ultieme Werkelijkheid (*Brahman*) geen statische objecten en onveranderlijke wetten omvat, maar eerder een stroom van voortdurende verandering en creativiteit is.

*Brahman* is de onbegrensde, transcendente werkelijkheid die alle dingen doordringt en overstijgt. Het is niet gelimiteerd door de begrenzingen van tijd, ruimte of causaliteit zoals wij die ervaren in onze dagelijkse, relatieve, zintuiglijke werkelijkheid. Het omvat alles wat is, maar het manifesteert zich niet als een statisch, onveranderlijk systeem van objecten en wetten.

*Līlā*, als concept binnen de hindoeïstische traditie, verwijst naar de wereld en het universum als een uitdrukking van een diepere, goddelijke realiteit die zichzelf manifesteert op een spontane en creatieve manier.

Door *Līlā* te begrijpen, realiseren we ons dat de Ultieme Werkelijkheid niet beperkt is tot de formele structuren en

vaste regels die wij waarnemen in onze wereld. Het biedt een perspectief waarin de werkelijkheid zich uitdrukt door middel van een voortdurende en creatieve dynamiek. Dit betekent dat de wereld niet alleen maar een serie van onveranderlijke wetten en objecten is, maar een levendig en interactief spel dat voortdurend evolueert en zich vernieuwt.

Zulke visie helpt ons om de werkelijkheid te benaderen met een gevoel van verwondering en openheid. Het moedigt ons aan om de dynamische aard van het bestaan te omarmen en de creatieve en spontane uitdrukkingen van het goddelijke te waarderen.

Door te erkennen dat de Ultieme Werkelijkheid zich uitdrukt door middel van *Līlā*, ontwikkelen we een diepere waardering voor de complexiteit en schoonheid van de wereld in al haar aspecten en onze plaats daarin. We leren de wereld te ervaren als een plek van voortdurende groei en vernieuwing.

Bovendien biedt *Līlā* ons een opening om de tegenstellingen en paradoxen in het leven beter te begrijpen en een plaats te geven. In het kosmische spel van *Līlā* zijn schijnbare tegenstellingen en conflicten niet het resultaat van chaos, maar van een diepe goddelijke harmonie. Dit inzicht helpt ons te accepteren dat het leven zowel vreugde als lijden, orde als chaos omvat, en dat al deze elementen deel uitmaken van het grotere, goddelijke spel.

Door het idee van *Līlā* te omarmen, ontwikkelen we een gevoel van verwondering en speelsheid in plaats van vast te houden aan rigide structuren en verwachtingen.

Dit perspectief biedt een rijkere, meer geïnspireerde kijk op de werkelijkheid, waarbij we de wereld niet slechts als een mechanisch systeem ervaren, maar als een dynamisch en levendig geheel.

## Līlā en stress

In de hedendaagse wereld worden we geconfronteerd met intense druk om productief, efficiënt en succesvol te zijn.

De moderne maatschappij legt een enorme nadruk op doelgerichtheid, planning en controle, waarbij het leven vaak herleid wordt tot een reeks te behalen doelen en te overwinnen obstakels. Deze benadering leidt tot aanzienlijke stress en angst, doordat we voortdurend bezig zijn met het naleven van strikte normen en het beheersen van de uitkomsten en resultaten van ons handelen.

In zo'n context kan het concept van *Līlā*, dat het leven beschouwt als een speels en creatief proces, dienen als een krachtig tegenwicht.

Volgens *Līlā* is de wereld een kosmisch spel waarin het goddelijke zich op een spontane en vreugdevolle manier manifesteert. Door deze benadering te omarmen, kunnen we leren om het leven met meer lichtheid en speelsheid te benaderen, in plaats van met de constante angst en strakheid die gepaard gaan met ons streven naar succes en controle—elementen die, als we eerlijk zijn, grotendeels buiten onze invloed liggen.

Dit betekent niet dat we onze verantwoordelijkheden moeten ontlopen, maar wel dat we deze aanpakken met een open en flexibele houding.

In plaats van vast te houden aan rigide verwachtingen en strikte controle, kunnen we leren om het leven te ervaren met een gevoel van speelsheid en acceptatie.

Het concept van *Līlā* nodigt ons uit om te genieten van het levensproces zelf, zonder ons te verliezen in zorgen over het behalen van specifieke resultaten.



Door het leven te beschouwen als een spel, kunnen we leren om mee te bewegen met de natuurlijke stroom van gebeurtenissen, waarbij we ons overgeven aan de spontane en onvoorspelbare aard van het bestaan.

Dit helpt om stress en angst te verminderen, omdat we minder gefocust zijn op het beheersen van elk resultaat en meer openstaan voor het ontdekken van vreugde en voldoening in het moment zelf.

In de praktijk betekent dit dat we ruimte creëren voor flexibiliteit en creativiteit in onze dagelijkse routines. Door het toepassen van de principes van *Līlā* kunnen we een balans vinden tussen verantwoordelijkheden en ontspanning, en tussen doelgerichtheid en het genieten van het NU-moment.

Dit draagt niet alleen bij tot een vermindering van stress, maar vooral tot een diepe ervaring van vreugde en vervulling, zelfs te midden van alle uitdagingen die het leven met zich meebrengt.

### **Līlā en acceptatie van verandering**

Een ander essentieel aspect van *Līlā* is de erkenning van de vergankelijke en veranderlijke aard van het universum.

*Līlā* stelt dat alles wat we waarnemen in de wereld, van de kleinste alledaagse gebeurtenissen tot de grootste kosmische fenomenen, onderhevig is aan voortdurende verandering en transformatie.

In plaats van verandering als iets negatiefs of bedreigends te zien, nodigt *Līlā* ons uit om deze constante evolutie te omarmen als een natuurlijk en speels onderdeel van het kosmische spel.

Het idee dat het leven een dynamisch proces is, waarin alles voortdurend verandert, staat haaks op geconditioneerde opvattingen die vaak stabiliteit en duurzaamheid idealiseren.

In veel samenlevingen, vooral in een westerse context, wordt verandering vaak geassocieerd met onzekerheid, wat leidt tot angst en weerstand. Mensen proberen stabiliteit te creëren door controle uit te oefenen over hun omgeving, hun leven en hun toekomst.

*Līlā* biedt echter een ander perspectief: het benadrukt dat verandering een fundamenteel en onvermijdelijk aspect van het leven is, dat niet gevreesd hoeft te worden, maar juist gevierd als een uitdrukking van het speelse en creatieve karakter van het universum.

In onze moderne tijd, waar technologie, economie en sociale structuren snel veranderen, kan *Līlā* ons helpen een gezondere en evenwichtiger relatie met verandering te ontwikkelen. In plaats van te strijden tegen de onvermijdelijke veranderingen in ons leven, zoals wijzigingen in werk, relaties en gezondheid, kunnen we leren deze veranderingen te accepteren als onderdeel van de natuurlijke stroom van het bestaan.

Het accepteren van verandering vanuit *Līlā*-perspectief helpt ons om veerkracht en flexibiliteit te ontwikkelen. We leren in te zien dat het leven een dynamisch spel is, waarin niets permanent is en alles constant evolueert.

Deze houding kan ons helpen om beter om te gaan met de ups en downs van het leven en meer in het NU-moment te leven, zonder gehechtheid aan het verleden of angst voor de toekomst.

In plaats van verandering te zien als een bron van lijden of onzekerheid, kunnen we leren het te ervaren als een bron van vreugde en nieuwe opportuniteiten.

De speelsheid van *Līlā* leert ons dat er schoonheid en vreugde te vinden zijn in de onvoorspelbaarheid van het leven en dat we ons niet hoeven vast te klampen aan vaste ideeën over hoe dingen hypothetisch horen te zijn.

### **Creativiteit, zelfexpressie, en *Līlā***

*Līlā* beschouwt het universum als een kosmisch spel waarin het Absolute zichzelf op speelse wijze uitdrukt.

Vanuit dit perspectief kunnen wij, als individuen, onze eigen creatieve uitingen zien als een microscopische reflectie van dit grotere, goddelijke spel.

Of we nu schilderen, schrijven, dansen, muziek maken of ons op een andere manier creatief uitdrukken, we nemen deel aan *Līlā*.

Deze visie plaatst creativiteit niet in het kader van productiviteit of succes, maar eerder in het licht van vreugde, spontaniteit en zelfexpressie als onderdeel van het kosmische spel van het leven.

Waarom ga ik hier dieper op in?

Omdat de nadruk hier ligt op 'inzicht', op verder kijken dan de oppervlakkige beleving van creativiteit. In plaats van creativiteit te beschouwen als een middel om specifieke doelen te bereiken, nodigt *Līlā* ons uit om het creatieve proces te benaderen met een open, onbevangen blik.

Zulk inzicht werkt bevrijdend, vooral voor mensen die het gevoel hebben dat hun creativiteit moet voldoen aan normen, regels of verwachtingen. Het doorbreken van oude denkpatronen en het kijken naar de wereld met een frisse blik stelt ons in staat ons werk op een nieuwe, creatieve manier te benaderen en werkelijk te begrijpen hoe te leven.

De gedachte dat creativiteit een manifestatie is van *Līlā* benadrukt dat we ons niet moeten laten beperken door verwachtingen of de druk om nuttig of succesvol te zijn.

In plaats van onze creatieve expressies te beoordelen op basis van hun resultaat of praktisch nut, worden we aangemoedigd om ze te benaderen als een spontane en vreugdevolle deelname aan het grotere spel van het universum. Dit perspectief helpt om meer vrijheid en vreugde te ervaren in ons werk, zonder ons te hechten aan het eindresultaat.

Het belangrijkste aspect van deze benadering is, naar mijn mening, de afwezigheid van gehechtheid aan het eindproduct of het succes dat daaruit voortvloeit, het gevolg van het feit dat in het Westen creatieve uitingen meestal beoordeeld worden op basis van hun economische of maatschappelijke waarde.

*Līlā* daagt ons uit om deze conventionele maatstaven los te laten en creativiteit te zien als een expressie van het spel van het leven zelf. Dit betekent dat we niet gefocust moeten zijn op de uitkomst of verwachtingen, maar op het plezier en de spontaniteit van het proces.

Dit inzicht geldt voor elke vorm van creativiteit, of het nu gaat om kunst, schrijven, koken, tuinieren of het oplossen van werkgerelateerde problemen.

Door creativiteit te beschouwen als deelname aan het grotere kosmische spel van *Līlā*, kunnen we met meer plezier, vrijheid en minder druk werken. Op deze manier hoeft creativiteit geen middel te zijn om iets te bereiken, maar transformeert het zich tot een uitdrukking van vreugde en speelsheid.

Kortom, *Līlā* kan ons helpen om een bevrijdende en speelse houding te ontwikkelen tegenover creativiteit. In plaats van onszelf te limiteren door het opleggen van

verwachtingen en resultaten, nodigt het ons uit om creatief te zijn met een open en vreugdevolle geest, deel te nemen aan het kosmische spel van het leven en te genieten van het creatief proces zelf, zonder gehechtheid aan wat dan ook. Dit noem ik bevrijding, échte bevrijding.

### **Līlā en spirituele reflectie in het hedendaagse leven**

Op een dieper niveau biedt *Līlā* ook een kader voor spirituele en filosofische reflectie.

Het idee dat de wereld een spel is, nodigt uit tot een fundamentele vraag: Wat ligt er achter dit spel? Wat is de ware aard van de werkelijkheid als alles wat we zien slechts een tijdelijke en veranderlijke manifestatie is?

In het hindoeïsme wordt *Līlā* in verband gebracht met de gedachte dat achter het spel een onderliggende Absolute Werkelijkheid schuilgaat, een Ultieme Essentie, Puur Bewustzijn of 'Oerbron', dat het spel drijft, maar zelf ongreepbaar en eeuwig is.

In onze moderne samenleving, waar materialisme en wetenschap de overhand hebben in ons wereldbeeld, kan het concept van *Līlā* helpen om ruimte te maken voor het mysterie van het bestaan.

Het maakt duidelijk dat er méér is dan wat we kunnen zien, meten en analyseren; dat het leven en het universum een diepte en betekenis bezitten die verder gaan dan het oppervlakkige en het meetbare.

Dit kan een bron van troost en inspiratie zijn voor mensen die op zoek zijn naar betekenis in een wereld die soms louter mechanisch lijkt.

## Līlā in sociale en interpersoonlijke contexten

Daarnaast kan het concept van *Līlā* een rol spelen in hoe we onze sociale en interpersoonlijke relaties benaderen.

Als het leven een spel is, kunnen onze interacties met anderen beschouwd worden als een dans binnen dat spel. Dit kan ons helpen om minder oordelend in onze relaties te staan. We kunnen leren om anderen te zien als medespelers in dit kosmische spel, elk met hun eigen rol of bijdrage aan de dans van het leven.

Een dergelijke houding leidt onvermijdelijk tot meer mededogen en begrip in onze relaties. Het besef dat iedereen deel uitmaakt van hetzelfde spel, en dat we allemaal onderworpen zijn aan dezelfde krachten van verandering en onvoorspelbaarheid, helpt ons om meer geduld en vriendelijkheid te ontwikkelen, zowel naar onszelf als naar anderen toe.

Het kan ook helpen om conflicten en misverstanden met meer lichtheid te benaderen, en om ruimte te maken voor vergeving en verzoening.



Laat dit duidelijk zijn: bovenstaande bedenkingen illustreren dat het *Līlā*-concept, hoewel diep geworteld in de oude hindoeïstische tradities, nog steeds van enorme waarde is en op verschillende manieren een betekenisvolle rol kan spelen in het hedendaagse leven.

De gedachte dat het universum een speelse en creatieve expressie van het Absolute is, biedt rijke inzichten voor onze tijd.

Allereerst moedigt *Līlā* ons aan om de wereld te benaderen met een gevoel van verwondering en openheid, in

plaats van uitsluitend door een analytische of utilitaristische lens.

In een tijdperk waarin veel aspecten van het leven gedreven worden door rationele en mechanische overwegingen, biedt *Līlā* een alternatief perspectief dat de nadruk legt op spirituele dynamiek en spontane creativiteit.

De gedachte dat het universum functioneert als een ultieme speelplaats kan ons helpen om de wereld te begrijpen als een voortdurend veranderend en levendig geheel, wat ons uitnodigt om het leven te ervaren met een diep gevoel van verwondering.

Daarnaast biedt *Līlā* een waardevol kader voor spirituele verdieping. Voor degenen die op zoek zijn naar een dieper inzicht in hun bestaan, kan het idee dat alles deel uitmaakt van een kosmisch spel helpen om een gevoel van verbinding te vinden dat verder gaat dan de dagelijkse zorgen en oppervlakkige problemen. Door te erkennen dat het bestaan in al zijn manifestaties de ultieme uitdrukking en creativiteit van de oorspronkelijke Oerbron is, ontwikkelen we een rijk en zinvol perspectief op de werkelijkheid.

Het *Līlā*-concept heeft ook invloed op kunst en cultuur. In muziek, dans, literatuur en andere creatieve uitingen biedt het principe van *Līlā* inspiratie voor het creëren van werken die de speelsheid, schoonheid en complexiteit van het leven uitdrukken. Deze artistieke en culturele impact laat zien hoe diep verankerd en relevant *Līlā* is voor bevrijdende hedendaagse creatieve expressie.

Bovendien kan het omarmen van *Līlā* als levenshouding bijdragen tot geestelijk welzijn en veerkracht. In een wereld waar velen worstelen met stress en de druk van een steeds veeleisender leven, biedt de gedachte dat het leven een spel is waarin we deelnemen, een efficiënte ma-

nier om met uitdagingen om te gaan vanuit een speelse instelling.

Dit stelt ons in staat om uitdagingen met een speelse houding te benaderen, wat zeker bijdraagt tot een meer evenwichtig en vreugdevol leven.





## HOOFDSTUK V - BEOEFENING VAN LĪLĀ IN HET HEDEN

*Līlā*, het kosmische spel van het leven, nodigt ons uit om het bestaan met een open en speelse geest te benaderen.

Dit hoofdstuk gaat niet over grote spirituele inzichten of filosofische bespiegelingen, maar over alledaagse momenten waarin we de vrijheid vinden om te spelen met de realiteit zoals die zich ontvouwt. Daarom is dit hoofdstuk het belangrijkste uit het hele boek.

*Līlā* vraagt ons om een stap terug te doen uit onze drang naar controle, perfectie en zekerheid, en het leven in al zijn onverwachte wendingen te omarmen.

*Līlā* beoefenen in het dagelijks leven betekent dat we onze gebruikelijke manier van denken en doen loslaten en ons openstellen voor de mogelijkheid dat elke situatie, hoe uitdagend of eenvoudig ook, deel uitmaakt van een groter spel.

Het is een uitnodiging om ons niet vast te klampen aan vaste uitkomsten, maar om met groeiende nieuwsgierigheid en speelse lichtheid te navigeren door de kleine en grote gebeurtenissen van elke dag.

Zo leren we niet alleen het plezier van het goddelijk spel te ervaren, maar vooral hoe we veerkracht en diepgang kunnen cultiveren in wat anders triviaal of zwaar lijkt.

In dit hoofdstuk verkennen we wat het betekent om *Līlā* bewust te integreren in onze dagelijkse routines, relaties en uitdagingen, en hoe dit ons helpt om met meer vreugde, creativiteit en dankbaarheid door het leven te bewegen.

Beschouw deze teksten als een persoonlijke dans, waarbij ik je van harte uitnodig om samen met mij het ritme van *Līlā* te volgen—licht, speels en vol vertrouwen in de magie van elk moment.

## 1. Omarm elk moment met speelsheid

In plaats van elke situatie met ernst te benaderen, is het waardevol om het leven met een zekere speelsheid tegemoet te treden. Dit betekent niet dat je je verantwoordelijkheden negeert of je plichten vermijdt, maar dat je de last van verwachtingen, angsten en de drang naar bepaalde uitkomsten loslaat.

De kern van deze gedachte is om uitdagingen te zien als kansen om te leren en te groeien, alsof je steeds opnieuw aan een nieuw spel begint. Deze benadering kan een diepgaande invloed hebben op hoe je dagelijkse problemen en verantwoordelijkheden ervaart, en helpt je een ontspannen en veerkrachtige houding te ontwikkelen.

Wanneer je een situatie met speelsheid benadert, verminder je de druk die je op jezelf legt om altijd perfect te moeten presteren.

Als je bijvoorbeeld een lastig gesprek met een collega moet voeren, zie dit niet als een kans om te falen, maar als een gelegenheid om te oefenen met je communicatie. Benader het gesprek als een dans van woorden en emoties, waarin je speelt en experimenteert zonder de drang om alles perfect te doen. Deze houding houdt je kalm en flexibel, wat zorgt voor een meer constructieve en effectieve uitwisseling van ideeën.

Hetzelfde geldt voor nieuwe ervaringen. Stel je voor dat je begint met een nieuwe hobby, zoals schilderen. Als je het schilderen benadert met een speelse geest en je geen zorgen maakt over het eindresultaat, kun je ten

volle genieten van het creatieve proces. Door jezelf de vrijheid te geven om te experimenteren met kleuren en technieken, ontwikkel je niet alleen je vaardigheden, maar ervaar je ook meer plezier tijdens het proces. Deze speelse houding vermindert de druk en opent de ruimte voor persoonlijke expressie en groei.

Ook bij het omgaan met problemen en uitdagingen kan deze aanpak van pas komen. Stel je voor dat je, tijdens een belangrijke presentatie, te maken krijgt met een technische storing. In plaats van dit als een ramp te zien, beschouw het als een kans om je probleemoplossende vaardigheden te oefenen. Door het probleem met een speelse en creatieve houding te benaderen, blijf je kalm en ontdek je wellicht effectievere oplossingen. Deze benadering helpt je om veerkrachtiger om te gaan met onvoorziene complicaties.

Het principe van speelsheid kan ook een krachtig hulpmiddel zijn voor persoonlijke groei. Wanneer je werkt aan zelfverbetering of nieuwe gewoonten ontwikkelt, zoals gezonder eten, focus je dan niet alleen op het eindresultaat. Waardeer juist de stappen en experimenten onderweg, alsof je deelneemt aan een ontdekkingsreis vol kleine successen en leermomenten.

Zie elke maaltijd als een kans om iets nieuws te proberen en plezier te vinden in het proces. Dit vergroot de kans op duurzame verandering en vermindert de druk die je op jezelf legt.

Door situaties met speelsheid te benaderen, vermindert je stress door de druk van verwachtingen te verlagen en bevorder je een positievere kijk op het leven. Het zien van situaties als spelletjes of experimenten opent je voor nieuwe ideeën en benaderingen, stimuleert je creativiteit en verbetert je probleemoplossende vaardigheden.

Bovendien draagt deze benadering bij tot een groter gevoel van welzijn en tevredenheid, omdat je meer geniet van je dagelijkse leven en de uitdagingen die het met zich brengt.

Door de druk van verwachtingen en angsten los te laten en uitdagingen te beschouwen als kansen om te leren en te groeien, ontwikkel je een veerkrachtigere en ontspannen houding. Dit stelt je in staat om het leven te omarmen met zowel ernst als speelsheid, en de rijkdom van elke ervaring volledig te waarderen. Het is een uitnodiging om een balans te vinden tussen deze twee benaderingen, waardoor je met meer gemak en plezier door de complexiteit van het leven kunt navigeren.

## 2. Zie je rol in het leven als een spel

De gedachte om je verschillende levensrollen te beschouwen als kostuums in een toneelstuk biedt een verfrissende kijk op hoe je verantwoordelijkheden en interacties kunt benaderen.

In plaats van je te identificeren met elke rol die je speelt —ouder, partner, werknemer, of vriend—kun je deze rollen beschouwen als verschillende kostuums die je aantrekt voor diverse scènes in je leven.

Dit perspectief laat je toe om met meer vrijheid en creativiteit te handelen, omdat je beseft dat deze rollen tijdelijk en contextgebonden zijn, en voorkomt dat je vastloopt in één enkele rol.

Door je rol te beschouwen als een kostuum, begrijp je dat elke rol slechts een aspect van je identiteit is en geen permanente definitie van wie je bent.

Dit helpt je om met meer speelsheid en flexibiliteit te reageren op de verantwoordelijkheden en verwachtingen die elke rol met zich meebrengt.

Bijvoorbeeld, op een werkdag draag je het kostuum van een professionele werknemer, waarbij je je concentreert op je taken en verantwoordelijkheden. Zodra je thuiskomt, verwissel je dit kostuum voor dat van een betrokken ouder of een ondersteunende partner. Door te erkennen dat deze rollen tijdelijke kostuums zijn, kun je gemakkelijker schakelen tussen de verschillende vereisten van je leven zonder jezelf in één rol volledig te verliezen.

Deze benadering kan ook je creativiteit en probleemoplossend vermogen bevorderen. Stel je voor dat je een uitdagende presentatie op je werk moet geven. Door het te beschouwen als een kans om je creativiteit te tonen in plaats van je te laten overweldigen door de druk om alles perfect te doen, vind je nieuwe manieren om je boodschap over te brengen. Je benadert de presentatie als een podium waar je verschillende technieken en stijlen kunt uitproberen, waardoor je ruimte creëert om te experimenteren en te groeien.

Een ander voordeel van het beschouwen van rollen als kostuums is dat je voorkomt dat je jezelf te veel identificeert met één rol, wat je helpt om een evenwichtiger levensstijl te behouden. Als je jezelf bijvoorbeeld te veel identificeert met je rol als werknemer, loop je het risico je persoonlijke leven en andere belangrijke rollen te verwaarlozen. Door te erkennen dat je ook andere rollen speelt, zoals die van vriend of familielid, kan je een betere balans vinden en ervoor zorgen dat je aandacht en energie gelijkmatig verdeeld worden over verschillende levensaspecten.

Dit perspectief bevordert ook een grotere openheid voor verandering. Wanneer je jezelf ziet als iemand die verschillende kostuums kan aantrekken, wordt verandering minder bedreigend.

Wanneer je bijvoorbeeld een nieuwe functie op je werk krijgt, kun je dit zien als het verwisselen van kostuums in plaats van een bedreiging voor je identiteit. Deze benadering helpt je om flexibeler te zijn en nieuwe kansen met een open geest te omarmen, omdat je begrijpt dat elke rol tijdelijk is en dat je je kunt aanpassen aan veranderende omstandigheden.

Door de rollen die je speelt te beschouwen als tijdelijke kostuums, kun je de stress en druk verlichten die gepaard gaan met deze verantwoordelijkheden. In plaats van elke rol als een zware last te zien, kan je ze beschouwen als verschillende facetten van wie je bent—facetten die je met creativiteit en plezier vervult. Dit perspectief leidt tot minder stress en een groter gevoel van welzijn, omdat je jezelf de vrijheid geeft om te spelen en te experimenteren met de verschillende rollen die je uitoefent.

Bovendien kan zulke benadering je relaties verbeteren. Door te begrijpen dat elke rol slechts één aspect van je identiteit is, kan je met meer empathie en begrip omgaan met de verwachtingen van anderen. Je erkent immers dat de mensen om je heen ook verschillende kostuums dragen voor verschillende rollen, wat leidt tot wederzijdse waardering en harmonie in je relaties.

Kortom, door de verschillende rollen die je speelt als kostuums in een toneelstuk te beschouwen, handel je met meer vrijheid, creativiteit en flexibiliteit.

Het helpt je niet alleen om niet vast te lopen in één enkele rol, maar bevordert ook een gezondere harmonie in je leven, vermindert stress en verbetert je vermogen om met veranderende omstandigheden om te gaan.

Deze benadering nodigt uit tot een speelse en creatieve manier van leven, waarbij je de rijkdom van elke rol

waardeert en een meer vervullend en evenwichtig leven leidt.

### 3. Cultiveer een houding van niet-gehechtheid

Het beoefenen van *Līlā* vraagt om een houding van niet-gehechtheid, waarbij je de resultaten van je acties met openheid en zonder emotionele overgave accepteert. Dit betekent niet dat je geen doelen moet stellen of geen inspanning moet leveren, maar het houdt in dat je je niet laat vastleggen door allerlei uitkomsten en resultaten, omdat alles deel uitmaakt van een groter, goddelijk plan.

Deze benadering stelt je in staat om met meer vrijheid en creativiteit te handelen, omdat je begrijpt dat zowel succes als falen slechts tijdelijke facetten van een groter geheel zijn. Wanneer je niet gehecht bent aan specifieke resultaten, kun je zowel overwinningen als tegenslagen zien als onderdeel van je levenspad, zonder je gemoeds-toestand te laten beïnvloeden door externe factoren.

Bijvoorbeeld, stel je voor dat je een belangrijk project afgerond hebt. Je hebt hard gewerkt en je best gedaan om een innovatief voorstel te ontwikkelen. Als je voorstel goedgekeurd of als een groot succes ontvangen wordt, is het prettig om erkenning te krijgen. Toch is het erg belangrijk dat deze vreugde je niet volledig in beslag neemt. Evenzo, als het voorstel afgewezen wordt, is het cruciaal om de teleurstelling te accepteren zonder jezelf te laten overweldigen door verdriet.

Besef dat zowel successen als mislukkingen tijdelijk zijn en deel uitmaken van een groter geheel. Zulke houding helpt je om je innerlijke harmonie te bewaren, ongeacht de uitkomst.

Het toepassen van niet-gehechtheid betekent ook dat je doelen kunt nastreven en met volledige inzet kunt werken, zonder je vast te klampen aan specifieke resultaten.

Bijvoorbeeld, bij het trainen voor een marathon is het belangrijk om je uiterste best te doen, maar accepteer de uiteindelijk gerealiseerde tijd of bereikte rangschikking met openheid. Dit stelt je in staat om het proces te waarderen, ongeacht het eindresultaat.

In persoonlijke relaties kan een houding van niet-gehechtheid ook waardevol zijn. Als je moeite steekt in het onderhouden van een vriendschap of relatie, probeer dan de dynamiek van de relatie te accepteren zoals die is, zonder je te hechten aan specifieke verwachtingen of resultaten. Dit helpt je om een gezondere en meer vervullende relatie te hebben.

Bij creatieve projecten, zoals het schrijven van een boek of het maken van kunst, kan deze houding van niet-gehechtheid je ook ten goede komen.

Als je project niet de ontvangst krijgt waarop je gehoopt hebt, accepteer dit dan zonder dat het je creativiteit onderdrukt. Zulke houding helpt je om te blijven genieten van het creatieve proces en open te staan voor groei en verbetering.

Niet-gehechtheid draagt ook bij tot je emotionele welzijn door stress en angst te verminderen. Door je niet te binden aan specifieke uitkomsten, kun je kalm en ontspannen blijven, ongeacht de situatie. Dit bevordert innerlijke rust en psychologisch welzijn.

Bovendien versterkt niet-gehechtheid je veerkracht, zodat je beter omgaat met tegenslagen en veranderingen. Door te erkennen dat resultaten tijdelijke onderdelen van een groter geheel zijn, word je flexibeler en positiever in het omgaan met nieuwe uitdagingen.

Een vervullend leven wordt gekenmerkt door zingeving, authenticiteit, betekenisvolle relaties, persoonlijke groei, harmonie en dankbaarheid. Het gaat niet louter om ma-



terieel succes of tijdelijk geluk, maar om het gevoel dat je leven betekenis heeft en authentiek is. Zingeving komt voort uit een duidelijk doel of richting, authenticiteit betekent trouw zijn aan jezelf, en betekenisvolle relaties bieden liefde en steun.

Persoonlijke groei houdt in dat je jezelf blijft ontwikkelen, terwijl harmonie zorgt voor een evenwichtige levensstijl. Dankbaarheid helpt je om de positieve aspecten van het leven te waarderen.

Een leven dat niet vervullend is, wordt gekenmerkt door gebrek aan richting, betekenisvolle relaties, persoonlijke groei, balans en positiviteit, wat leidt tot gevoelens van leegte en ontevredenheid.

Door zowel successen als mislukkingen te beschouwen als onderdeel van een groter spel en je niet te laten ketenen door specifieke resultaten, kun je meer genieten van het levensproces.

Zulke benadering biedt je de vrijheid om te groeien, te leren en te evolueren, zonder beïnvloed te worden door externe erkenning of kritiek. Het stelt je in staat om het leven met speelsheid en openheid tegemoet te treden, waarbij je elke ervaring waardeert als onderdeel van een groter, goddelijk plan.

#### **4. Maak ruimte voor spontaniteit**

Spontaniteit is een belangrijk aspect van het *Līlā*-concept, dat in de hindoeïstische filosofie gezien wordt als het kosmische spel van het leven. *Līlā* nodigt ons uit om het leven met lichtheid en speelsheid te benaderen, waarbij flexibiliteit en openheid voor onverwachte ervaringen centraal staan.

In plaats van vast te houden aan rigide routines en plannen, moedigt *Līlā* ons aan om open te staan voor nieuwe

mogelijkheden en avonturen. Dit betekent dat je jezelf de ruimte geeft om af te wijken van je gebruikelijke gewoonten en je dagelijkse structuur.

Hoewel routines nuttig kunnen zijn voor productiviteit en organisatie, kunnen ze ook leiden tot starheid en voorspelbaarheid. Het beoefenen van *Līlā* vraagt ons om deze voorspelbaarheid los te laten en de verrassingen van het leven te omarmen.

Een manier om spontaniteit in je dagelijks leven te integreren, is door af en toe kleine veranderingen aan te brengen. Probeer bijvoorbeeld een nieuwe route naar je werk of een andere lunchplek uit. Zulke veranderingen kunnen een gevoel van verfrissing en vernieuwing brengen.

Daarnaast kun je nieuwe hobby's of activiteiten verkennen zonder je zorgen te maken over het resultaat. Of het nu gaat om schilderen of een andere creatieve bezigheid, het belangrijkste is om van het proces zelf te genieten en niet gefocust te zijn op perfectie.

Spontaniteit kan ook betekenen dat je openstaat voor onverwachte ontmoetingen of sociale interacties.

Als je bijvoorbeeld een oude vriend tegenkomt, sta jezelf dan toe om met hem of haar spontaan een kop koffie te gaan drinken. Zulke onverwachte momenten kunnen leiden tot waardevolle herinneringen en hernieuwde vriendschappen.

Daarnaast kan spontaniteit je uitnodigen om intuïtieve beslissingen te nemen. Als je een vrije dag hebt en je hebt plotseling zin in een dagtrip, volg dan die impuls. Dit helpt je om nieuwe ervaringen op te doen en je horizon te verbreden.

Door spontaniteit te omarmen, verander je je perspectief van een reeks verplichtingen naar een reeks mogelijkheden.

Dit betekent niet dat je volledig zonder plannen door het leven moet gaan, maar dat je flexibel bent en openstaat voor verandering. Spontaniteit helpt je om in het huidige moment te blijven, volledig aanwezig te zijn en te genieten van de schoonheid en onvoorspelbaarheid van het leven.

Het *Līlā*-concept benadrukt de waarde van spontaniteit door het leven met speelsheid en openheid te benaderen. Door ruimte te maken voor spontane momenten, creëer je kansen voor groei, creativiteit en plezier, en cultiveer je een gevoel van vrijheid en vreugde door het leven als een spel te omarmen.

## 5. Ervaar relaties als een dans

Het idee om relaties te zien als een dans waarin jij en de ander vrij kunnen bewegen, biedt een diepgaande en harmonieuze manier om menselijke interacties te benaderen. Deze metafoor stelt dat relaties, net als een dans, dynamisch en vloeiend zijn, met een constante interactie van energie en beweging.

In plaats van te proberen de interacties te controleren, biedt deze benadering ruimte voor een natuurlijke en respectvolle omgang. Dit betekent dat je openstaat voor de dynamiek van elke interactie, zonder de behoefte om alles te beheersen.

De eerste stap in deze 'dans' is luisteren. Wanneer je écht luistert, open je jezelf voor de gevoelens, gedachten en behoeften van de ander.

Stel je voor dat je een gesprek hebt met een gefrustreerde collega over een project. Door aandachtig te luisteren

en de emoties van je collega te herkennen, creëer je een basis van wederzijds begrip.

Reageren met empathie is de volgende stap. Empathie houdt in dat je je inleeft in de gevoelens van de ander en op een ondersteunende manier reageert. Als een vriend zich verdrietig voelt, herken dan zijn of haar gevoelens en laat zien dat je er bent om te ondersteunen. Dit helpt om een soepel en respectvol verloop van de 'dans' te behouden.

Je openstellen voor de dynamiek van elke interactie is ook cruciaal. Elke interactie is uniek en verandert afhankelijk van de context en de betrokkenen. Stel je voor dat je in een discussie bent met je partner. In plaats van rigide je standpunt te verdedigen, benader de discussie als een ritmische uitwisseling. Blijf flexibel, speel in op de energie van het gesprek, en zoek naar een compromis.

Bij conflicten kan deze 'dansende' benadering bijzonder waardevol zijn. In plaats van vast te houden aan je eigen standpunt, probeer mee te bewegen met de energie van de ander. Dit betekent dat je zijn of haar standpunt herkent en naar een gemeenschappelijke basis zoekt. Door de discussie te benaderen als een dans, kun je een oplossing vinden die voor beide partijen bevredigend is.

Deze benadering kan ook toegepast worden op alledaagse interacties. Bijvoorbeeld, bij een gesprek met een familielid dat je lange tijd niet gezien hebt, is een voorzichtig, speels aftasten een goede approach. Plaats jezelf volledig in het NU-moment. Laat het gesprek organisch verlopen en waardeer de onverwachte wendingen en gedeelde herinneringen.

Relaties beschouwen als een dans biedt ruimte voor speelsheid en creativiteit. Niet elke interactie hoeft zwaar te zijn; soms kun je gewoon genieten van het samenzijn

zelf. Een spontane activiteit met vrienden kan een gevoel van verbondenheid en vreugde creëren, waarbij iedereen vrij is om zichzelf te zijn.

Door relaties als een dans te zien, waarin je ruimte geeft aan zowel jezelf als de ander, kun je harmonieuze en betekenisvolle interacties creëren.

Zulke benadering moedigt je aan om te luisteren, empathisch te reageren en je open te stellen voor de dynamiek van elke situatie. Door de controle los te laten, kun je genieten van de verrijkende en verrassende momenten die relaties bieden.

## **6. Verweef meditatie en opmerkzaamheid in je dagelijkse handelingen**

Je kunt het *Līlā*-concept diepgaand integreren in je dagelijks leven door meditatie en opmerkzaamheid toe te passen op alledaagse activiteiten.

*Līlā*, dat het goddelijke spel in het alledaagse leven belichaamt, moedigt je aan om een speelse en vreugdevolle houding aan te nemen, zelfs tijdens de meest simpele taken zoals werken, schoonmaken, of koken.

Wanneer je je dagelijkse taken benadert als verheven handelingen, geef je deze activiteiten een diepere betekenis. In plaats van ze als verplichtingen te zien, behandel je ze met respect en devotie.

Dit betekent niet dat elke taak een zware spirituele oefening hoeft te zijn, maar dat je jezelf toestaat volledig aanwezig te zijn in het moment en de schoonheid van wat je doet te waarderen.

Voorbeeld: zie schoonmaken niet als een vervelende klus, maar als een manier om voor je leefomgeving te zorgen. Terwijl je stof afneemt of de vloer dweilt, besteed

je aandacht aan de bewegingen van je lichaam, de geur van het schoonmaakmiddel, en de rust die een opge-ruimde plaats biedt. Door deze handeling met aandacht en liefde uit te voeren, transformeer je het schoonmaken tot een meditatieve praktijk.

Koken kan ook een manier zijn om *Līlā* te beoefenen. Zie koken niet als een dagelijkse sleur, maar als een creatieve en liefdevolle handeling. Merk de kleuren, vormen en geuren van de ingrediënten op en waardeer het groei-proces van de groenten. Luister naar het geluid van het eten in de pan en geniet van het creëren van iets voedzaams en lekkers. Door je te concentreren op deze zintuiglijke ervaringen, maak je van koken een meditatieve activiteit.

Hetzelfde geldt voor de afwas. Bekijk het niet als een saaie taak, maar als een meditatieve oefening. Let op de textuur en temperatuur van het water, het schuim, en de beweging van je handen. Door aandachtig af te wassen, transformeer je dit moment tot iets bijzonders, wat als vanzelf leidt tot innerlijke rust en tevredenheid.

Op de werkvloer kun je *Līlā* beoefenen door je taken met aandacht en een speelse houding aan te pakken. Wanneer je aan een rapport werkt, concentreer je je op de woorden die je typt, de beweging van je vingers, en het ritme van je ademhaling. Door bewust en aandachtig te werken, verbeter je niet alleen de kwaliteit van je werk, maar ervaar je een gevoel van voldoening en creativiteit.

Het toepassen van meditatie en opmerkzaamheid op dagelijkse activiteiten helpt om de schoonheid en het wonder van het leven te ervaren.

In plaats van je door de dag te haasten zonder echt aanwezig te zijn, leer je zo elk moment te waarderen. Dit helpt om beter met stress en uitdagingen om te gaan,

omdat je meer ontspannen bent en openstaat voor wat er op je pad komt.

Het *Līlā*-concept nodigt je uit om je dagelijks leven te transformeren door meditatie en opmerkzaamheid toe te passen op alledaagse activiteiten. Door dagdagelijkse taken met aandacht en liefde te benaderen, verhef je deze handelingen tot momenten van vreugde en verbind je je met de speelse energie van het goddelijke. Dit helpt je om volledig aanwezig te zijn in het NU-moment, vreugde en voldoening te vinden in alledaagse ervaringen en het leven met lichtheid en dankbaarheid te benaderen.

## 7. Vier het leven

De gedachte om het leven te vieren met vreugde en dankbaarheid, ongeacht de omstandigheden, nodigt je uit om een diepere en bewuste verbinding te maken met het NU-moment en de schoonheid van het bestaan.

Dit houdt in dat je niet hoeft te wachten op speciale gelegenheden of grootse gebeurtenissen om het leven te waarderen. In plaats daarvan kan je in elk moment van elke dag, in de kleinste dingen, de vreugde en dankbaarheid vinden die je verbindt met het *Līlā*-concept—het kosmische spel van het leven.

Vreugde en dankbaarheid zijn krachtige emoties die je helpen je perspectief te verschuiven, vooral wanneer je geconfronteerd wordt met uitdagingen of moeilijke situaties.

Door bewust vreugde te vinden in het alledaagse leer je jezelf niet te laten beïnvloeden door de negatieve aspecten van het leven. Je erkent dat het leven zowel complex als zwaar kan zijn, maar tegelijkertijd ook momenten van schoonheid en vreugde biedt.

Dit betekent dat je jezelf toestaat om geluk te vinden in eenvoudige dingen zoals het luisteren naar muziek, dansen, goed gezelschap met vrienden of het genieten van een goede maaltijd.

Muziek is een bijzonder krachtige manier om vreugde en dankbaarheid te cultiveren. Het heeft de kracht om emoties op te roepen en je te verbinden met iets groters dan jezelf. Stel je voor dat je na een lange dag thuiskomt en je favoriete nummer opzet. Terwijl de melodie door de kamer zweeft, voel je hoe je humeur opkikkert en je lichaam ontspant. Misschien begin je zachtjes mee te neuriën of te bewegen op het ritme van de muziek. Dit moment, hoe kort of eenvoudig ook, is een viering van het leven. Het is een erkenning van de vreugde die muziek in je hart kan brengen, ongeacht wat er op dat moment in je leven gebeurt.

Dansen is een andere manier om het leven te vieren. Het is een fysieke uitdrukking van vreugde en vrijheid. Het hoeft niet gechoreografeerd of perfect te zijn; het gaat om het plezier dat je ervaart terwijl je je lichaam beweegt. Of je nu in je woonkamer danst terwijl niemand kijkt, of meedoet aan een feestelijke bijeenkomst met vrienden, dansen is een manier om je te verbinden met de speelse energie van het leven. Zelfs als je geen professionele danser bent, kun je de vreugde van bewegen op muziek ervaren. Bewegen is een krachtige manier om je dankbaarheid voor het leven uit te drukken.

Een goede maaltijd is ook een eenvoudige maar intrinsieke manier om vreugde en dankbaarheid te ervaren. Voedsel is méér dan alleen brandstof voor het lichaam; het is een bron van plezier, zowel fysiek als emotioneel.

Stel je voor dat je de tijd neemt om een maaltijd te bereiden, met aandacht voor elke stap in het proces. Je kiest verse ingrediënten, snijdt ze zorgvuldig, en kookt ze met liefde. Terwijl je eet, proef je elke hap bewust, genietend



van de smaken, texturen en geuren. Zulk moment van bewust eten is een viering van de overvloed die de natuur biedt en van het vermogen om jezelf en anderen te voeden. Door een maaltijd met aandacht en dankbaarheid te consumeren, eer je het leven en het proces van het creëren van iets voedzaams en lekkers.

Het cultiveren van een innerlijke houding van dankbaarheid en vreugde voor het bestaan betekent dat je bewust kiest om je te focussen op wat goed is in je leven, in plaats van je te concentreren op wat ontbreekt of moeilijk is.

Dit betekent niet dat je de uitdagingen van het leven negeert, maar dat je vooral de momenten van vreugde en schoonheid herkent en waardeert.

Als je bijvoorbeeld een zware dag gehad hebt op je werk, kun je er toch voor kiezen om dankbaar te zijn voor de warme douche die je 's avonds neemt, of voor het zachte bed waarin je tot rust komt. Deze momenten van dankbaarheid helpen je om je focus te verleggen van het negatieve naar het positieve en om te waarderen wat er wél is, in plaats van je alleen te concentreren op wat er niet is.

Een ander voorbeeld is het vinden van schoonheid in de natuur. De wereld om ons heen zit vol wonderen die we vaak over het hoofd zien in ons drukke leven, omdat we gewoonweg niet kijken. Door tijd door te brengen in de natuur, of het nu gaat om een wandeling in het park, het observeren van de veranderende seizoenen, of gewoon het luisteren naar het geluid van regen die op het dak valt, kun je je verbinden met de schoonheid van het alledaagse.

Deze momenten van natuurbeleving kunnen een diepe vreugde en een gevoel van verbondenheid met de wereld om je heen brengen.

Ze herinneren je eraan dat het leven, zelfs in zijn meest eenvoudige en natuurlijke vormen, prachtig en wonderbaarlijk is.

Het herkennen van de schoonheid in het alledaagse is een manier om *Līlā* te eren en te beoefenen. *Līlā* nodigt je uit om het leven te zien als een spel, een dans, een creatief proces waarin je actief deelneemt.

Door vreugde en dankbaarheid te cultiveren in je dagelijks bestaan, erken je dat het leven, ondanks zijn ups en downs, iets is om gevierd te worden. Je leert om niet alleen te wachten op de Grote Momenten van Geluk, maar om de vreugde te vinden in de kleine, vaak over het hoofd geziene momenten, die het leven rijk maken.

Door deze praktijk van vreugde en dankbaarheid in je leven te integreren, kun je deze positieve invloed uitstralen naar de mensen om je heen.

Vreugde en dankbaarheid zijn besmettelijk; wanneer je deze emoties uitstraalt, beïnvloed je de stemming en het welzijn van anderen. Dan ben je het zonnetje in huis.

Stel je voor dat je een collega complimenteert of een vriend bedankt voor zijn steun. Zulke kleine uitingen van dankbaarheid kunnen een grote impact hebben op hun dag en een kettingreactie van positieve gevoelens in gang zetten.

Kortom, het vieren van het leven met vreugde en dankbaarheid, ongeacht de omstandigheden, is een krachtige manier om *Līlā* te beoefenen.

Het betekent dat je bewust kiest om de schoonheid en het wonder van het leven te zien in zelfs de meest alledaagse momenten. Of het nu gaat om het genieten van muziek, dansen, eten, of gewoon het waarderen van de natuur om je heen, deze praktijk helpt je om een diepe

verbinding te maken met het huidige moment en het goddelijke spel van het leven te eren.

Door vreugde en dankbaarheid te cultiveren, creëer je een leven dat vervuld is van betekenis, schoonheid en vreugde, en draag je bij tot een wereld waarin deze positieve emoties gedeeld en gevierd worden.

## 8. Accepteer de paradoxen van het leven

Het leven is een dans van tegenstellingen en paradoxen —van elementen die ogenschijnlijk tegengesteld zijn, maar samen een rijk en gelaagd geheel vormen.

*Līlā*, het kosmische spel van het bestaan, nodigt je uit om deze schijnbare tegenstellingen te omarmen en te beschouwen als een onmisbaar onderdeel van het leven.

In plaats van het leven in zwart-wit hokjes te plaatsen, vraagt *Līlā* je om de volheid van het bestaan te accepteren, inclusief vreugde en verdriet, liefde en pijn, groei en verlies. Door deze paradoxen te omarmen, ontwikkel je een dieper inzicht in het bestaan en je plaats daarin.

De menselijke ervaring zit vol met tegenstellingen. Iedereen kent momenten van vreugde en van verdriet. We zijn geneigd deze emoties te categoriseren als goed of slecht—vreugde als positief en verdriet als negatief.

Maar *Līlā* leert ons dat beide emoties even waardevol zijn, als twee kanten van dezelfde medaille. Een Januskop. Het is het contrast tussen vreugde en verdriet dat diepte en betekenis geeft aan onze ervaringen. Zonder verdriet zou vreugde oppervlakkig aanvoelen. Wanneer we beide emoties met gelijke openheid omarmen, leren we het leven in zijn volheid te waarderen.

Stel je voor dat je een belangrijke mijlpaal bereikt in je carrière—je krijgt een promotie of sluit een succesvol project af. Dit is een moment van vreugde en trots.

Maar tegelijkertijd kan er ook een gevoel van gemis zijn, omdat je tijd met je dierbaren hebt moeten opofferen of onder grote druk hebt gestaan, waardoor je je niet steeds van je mooiste kant getoond hebt.

In plaats van je alleen te focussen op de vreugde en het verdriet te negeren, vraagt *Līlā* je om beide emoties te herkennen als onderdeel van één ervaring. Op deze manier krijg je een completer en rijker beeld van wat deze 'mijlpaal' in je leven betekent.

Liefde en pijn zijn ook nauw met elkaar verweven. Echte liefde brengt diepe vreugde en vervulling, maar ook kwetsbaarheid en het risico op pijn. *Līlā* leert ons niet om liefde te vermijden uit angst voor pijn, maar om beide kanten van deze ervaring te omarmen.

Denk aan een hechte vriendschap of een romantische relatie. In het begin is er opwinding en geluk, maar na verloop van tijd ontstaan er conflicten. In plaats van deze pijn als negatief te zien, nodigt *Līlā* ons uit om het te beschouwen als een natuurlijke fase in het proces van verbinding en groei. Door de pijn te aanvaarden en te verwerken, kan de liefde die je voelt alleen maar dieper en sterker worden.

Een ander mooi voorbeeld van een paradox is de relatie tussen groei en verlies. Groei wordt vaak gezien als iets positiefs—het ontwikkelen van nieuwe vaardigheden, het verwerven van nieuwe inzichten.

Maar groei gaat ook vaak gepaard met verlies. Denk aan het proces van volwassen worden: je ontwikkelt wijsheid en inzicht, maar verliest ook een stuk jeugdige onschuld.

Of stel je voor dat je een nieuwe carrière begint: je groeit professioneel, maar moet tegelijkertijd afscheid nemen van de zekerheid en het comfort van je oude baan.

*Līlā* leert ons dat groei en verlies geen tegenpolen zijn, maar complementaire krachten die samen één geheel vormen.

Een concreet voorbeeld hiervan is het rouwproces. Wanneer we een geliefde verliezen, ervaren we intens verdriet.

Maar rouw biedt ook kansen voor groei. Het dwingt ons na te denken over de betekenis van het leven en onze eigen waarden. Door dit proces van verlies te omarmen, hoe pijnlijk ook, kunnen we met nieuwe inzichten uit deze ervaring komen. *Līlā* nodigt ons uit om deze paradox te beschouwen als een complex, gelaagd proces dat zowel pijn als groei omvat.

Omarmen van paradoxen betekent ook dat we onze neiging loslaten om het leven in zwart-wit termen te zien. Veel situaties zijn gelaagd en vol nuances.

Neem bijvoorbeeld een moeilijke beslissing zoals het beëindigen van een relatie of het veranderen van carrière. Deze beslissingen zijn zelden eenvoudig goed of slecht. Ze bevatten elementen van zowel vreugde als verdriet, zowel verlies als winst. Door beide aspecten te herkennen, kunnen we met méér wijsheid en mededogen handelen.

*Līlā* leert ons dat het leven een spel is dat vraagt om een open hart en een flexibele geest, bereid om zowel de ups als de downs te omarmen. Dit vermogen om met paradoxen te leven, versterkt onze emotionele en mentale veerkracht.

We leren comfortabel om te gaan met onzekerheid, ambigüiteit en de natuurlijke complexiteit van het bestaan. Dit maakt ons niet alleen veerkrachtiger, maar stelt ons ook in staat om met meer vreugde en lichtheid door het bestaan te bewegen.

In relaties kan dit inzicht ons helpen om met meer empathie en begrip naar anderen te kijken. In plaats van te verwachten dat een relatie altijd soepel verloopt, kunnen we de conflicten en uitdagingen die onvermijdelijk zijn, beschouwen als kansen voor groei en verdieping. Stel je voor dat je een conflict hebt met een goede vriend. In plaats van je te richten op het negatieve van het conflict, kun je het zien als een kans om elkaar beter te begrijpen en de vriendschap te versterken.

*Līlā* nodigt ons uit om het leven in al zijn facetten te omarmen—om vreugde en verdriet, liefde en pijn, groei en verlies te zien als onlosmakelijke onderdelen van het grotere geheel. Door deze paradoxen te accepteren, ontwikkelen we een dieper begrip van het leven en leren we om niet vast te zitten in een beperkt, zwart-wit wereldbeeld. We leren het leven te zien als een kleurrijk spel waarin alle tegenstellingen samen één harmonieus geheel vormen.



## NAWOORD

In de loop van dit boek hebben we een uitgebreide verkenning ondernomen van het *Līlā*-concept—het kosmische spel dat zowel de fundamentele dynamiek van het universum als de speelse aard van de menselijke ervaring omvat.

Van zijn wortels in de oude teksten van de *Bhagavad Gita* en de *Upanishads*, tot de hedendaagse toepassingen in wetenschappelijk onderzoek, kunst en sociale structuren, presenteert *Līlā* zich als een veelzijdig en diepgaand concept dat ons helpt om de wereld op een vernieuwende manier te begrijpen.

### Reflecties op *Līlā*

*Līlā* biedt ons een unieke lens om de werkelijkheid te bekijken. Het herinnert ons eraan dat het leven niet louter een reeks ernstige en formele gebeurtenissen is, maar vooral een dynamisch en interactief spel dat voortdurend verandert en evolueert.

Zulk perspectief helpt ons om het bestaan met speelsheid en nieuwsgierigheid te benaderen, en ons aan te moedigen om open te staan voor de onverwachte en verrassende momenten die het leven te bieden heeft.

Door *Līlā* te integreren in verschillende domeinen, van spiritualiteit, filosofie of wetenschap tot kunst en cultuur, ontwikkelen we een rijker en veelzijdiger begrip van hoe wij ons verhouden tot de wereld om ons heen. Het helpt ons om niet alleen de structuur en de regels van het bestaan te begrijpen, maar ook om de speelse en ongrijpbare elementen die onze ervaringen vormen een plaats te geven.

## Lilā in praktijk

De toepassing van *Lilā* in ons dagelijks leven nodigt ons uit om speels en creatief te zijn in hoe we omgaan met de uitdagingen en mogelijkheden die we ontmoeten.

Of het gaat om het vinden van nieuwe benaderingen in onze persoonlijke en professionele levens, het bevorderen van innovatie en verandering in de samenleving, of het omarmen van een dieper begrip van onze culturele en spirituele identiteit, *Lilā* biedt ons een krachtig hulpmiddel om een dynamischer en meer vervullend bestaan te leiden.

## Oproep tot actie

Als we de lessen van *Lilā* in ons leven integreren, ontwikkelen we een cultuur van nieuwsgierigheid, spontaniteit, creativiteit en speelsheid. Deze houding helpt ons om beter om te gaan met de complexiteit en dynamiek van het moderne leven.

Het *Lilā*-concept herinnert ons eraan dat elke ervaring, hoe klein of groot ook, een uitnodiging is om voluit deel te nemen aan de dans van het bestaan. Het leven is geen rechte lijn, maar een kleurrijk spel vol verrassingen, paradoxen en kansen voor groei.

Dit inspireert ons om nieuwe manieren te vinden om problemen op te lossen, samen te werken en te communiceren, en zo een diepere verbinding met onszelf en anderen te creëren.

Ik nodig je uit om verder te verkennen hoe *Lilā* een plek kan krijgen in jouw leven. Wat je uit dit boek meeneemt, is jouw unieke interpretatie van *Lilā*.

Of het nu gaat om een diepere verbinding met het NU-moment, een speelse houding ten opzichte van dagelijk-



se handelingen, of het omarmen van zowel vreugde als pijn in jezelf en in anderen—jij hebt de vrijheid om jouw spel te spelen, op jouw eigen manier.

Besef dat er geen eindbestemming is, alleen een voortdurende stroom van ervaringen, die je uitnodigen om deel te nemen aan dit kosmische spel.

Of je nu een kunstenaar bent op zoek naar inspiratie, een wetenschapper die nieuwe ontdekkingen nastreeft, een leider die veranderingen wil initiëren, of iemand die op zoek is naar spirituele invulling in het dagelijks leven —*Līlā* biedt je een rijkdom aan mogelijkheden en inzichten.

Of je nu danst door je relaties, meditatie integreert in je dagelijkse handelingen, of simpelweg het bestaan viert —mijn hoop is dat je jezelf de vrijheid gunt om te spelen, te ontdekken en volop te genieten van de magie die het leven biedt.

Stel je open voor wat het leven te bieden heeft, met een hart dat zowel vreugde als verdriet omarmt.

Maar bovenal: speel. Dans door de wisselvalligheden van het leven met nieuwsgierigheid en lichtheid, want dit spel is jouw unieke kans om deel te nemen aan het grote kosmische avontuur van *Līlā*.





## BIBLIOGRAFIE

*Chatterji, J., C., (1986), Kashmir Shaivism, State University of New York Press, Albany, NY, USA*

*Chaudri, Ranjit, (2022), The Śiva Sutras. Eternal Wisdom For Life, Prakash Books India Pvt. Ltd, New Delhi, India*

*Dubois, Guy, Eugène, (2023), Aṣṭāvakra Gītā. Het lied van de Verguisde, Brave New Books, Rotterdam, Nederland.*

*Dyczkowski, Marc, S., G., (2000) The Doctrine of Vibration. An Analysis of the Doctrines and Practices of Kashmir shaivisme, Motilal Banarsidass Publishers Put. Ltd, Delhi, India*

*Ksemaraja, (1990), The Doctrine of Recognition. A Translation of Pratyabhijnahridayam, State University of New York Press, Albany, NY, USA*

*Lakshman, Jee, Swami, (1988), Kashmir shaivisme. The Secret Supreme, State University of New York Press under the imprint of the Universal Śiva Trust, Albany, NY, USA*

*Lakshman, Joo, Swami, (1998), The Awakening of Supreme Consciousness, Ishwara Ashrama Trust & Utpal Publications, Delhi, India*

*Maharaj, Nisargadatta, Shri, (2016), Dat Wat Ik Ben, Samsara Uitgeverij B.V., Amsterdam, Nederland*

*Maharaj, Nisargadatta, Shri, (2015), Ik Ben Zijn, Gottmer Uitgevers Groep B.V., Haarlem, Nederland*

*Moti Lal Pandit, (2023), Kashmir shaivisme: A Philosophy of Being and Becoming, Dev Publishers & Distributors, New Delhi, India*

*Rumi, Jalaluddin, (2008), Masnavi, Vertaald door Abdulwahid van Bommel, Rumi Kunst Instituut, Rotterdam, Nederland*

*Shankarananda, Swami, (2006), The Yoga of Kashmir shivisme. Consciousness is Everything, Motilal Banarsidass Publishers Put. Ltd, Delhi, India*

*Sri Aurobindo, (1992), The Synthesis of Yoga, Lotus Press, Twin Lakes, WI, USA*

*Torwesten, Hans, (1991), Vedanta. Heart of Hinduism, Grove Press, Inc., New York, NY, USA*

*Watts, Alan, (1977), The essence of Alan Watts, Celestial Arts, Publisher, Berkeley, CA, USA*

*Zukav, Gary, (2001), The Dancing Wu Li Masters: An Overview of the New Physics, Harper Perennial Modern Classics, New York, NY, USA*



## VOETNOTEN

<sup>1</sup> *De Shiva Sutra's zijn fundamentele geschriften van het Kashmir shaivisme, een filosofische school binnen het hindoeïsme die de Ultieme Realiteit identificeert met Shiva als het allesomvattende Puur Bewustzijn. De Shiva Sutra's worden beschouwd als een bron van esoterische kennis en leggen de nadruk op de directe ervaring van het Absolute.*

<sup>2</sup> *Het Absolute wordt vaak beschreven als 'één en enig', wat betekent dat het beschouwd wordt als de enige Ultieme Realiteit in verschillende filosofische en spirituele tradities. In de advaita vedānta wordt het Absolute, of Brahman, gekarakteriseerd door niet-dualiteit (advaita), wat betekent dat er geen scheiding is tussen het Absolute en de Ultieme Werkelijkheid. In het Kashmir shaivisme wordt het Absolute aangeduid als Śiva, dat de onveranderlijke en onbegrensde bron van alles is. Hoewel het boeddhisme geen strikt monotheïstisch concept van een persoonlijke god bezit, verwijst het concept van leegte (śūnyatā) naar een fundamentele eenheid en interafhankelijkheid van alle verschijnselen. Ook in het christendom wordt God vaak gezien als één en enig, wat verwijst naar de uniciteit en soevereiniteit van God als de enige ware God. Al deze beschrijvingen benadrukken de eenheid en uniciteit van het Absolute, dat geen dualiteit of scheiding binnen zichzelf kent.*

<sup>3</sup> *In de Bhagavad Gita verschijnt Krishna als een goddelijk leraar die Arjuna onderricht geeft op het slagveld van Kurukshetra. Krishna voert zijn aardse daden met diepe wijsheid uit en verlicht Arjuna over fundamentele levensvragen, waaronder plicht (dharma), het doel van het leven, en de natuur van de ziel. Zijn leringen gaan over het uitvoeren van daden met een diep bewustzijn van het grotere kosmische spel.*

*Krishna benadrukt de vreugde en sereniteit die voortkomen uit het handelen zonder gehechtheid aan enig resultaat, wat past bij het idee van kosmische vreugde.*

*Krishna's leer over handelen zonder gehechtheid aan resultaten weerspiegelt de nonchalante, speelse houding die geassocieerd wordt met Līlā. Het leven wordt gezien als een theater waarin de rollen en gebeurtenissen constant veranderen, zonder een vastomlijnd einde of absoluut doel.*

<sup>4</sup> 'Gītā' (Skr.) betekent letterlijk 'lied'. Het verwijst naar een genre van spirituele en filosofische teksten in de vorm van een dialoog of lering. Het zijn teksten waarin diepgaande spirituele of filosofische inzichten worden gedeeld, vaak met een poëtische inslag.

<sup>5</sup> Het begrip 'Purana' kan vertaald worden als 'legende' of 'oud verhaal', in de betekenis van 'oude religieuze verhalen' of 'oude mythologische geschriften'.

Het zijn oude Indiase religieuze en mythologische teksten die verhalen bevatten over kosmologie, geschiedenis, mythologie, en rituelen.

In plaats van een directe vertaling, wordt de term meestal onvertaald gelaten in academische en spirituele teksten om de specifieke betekenis en context te behouden.

<sup>6</sup> De Vishnu Purana en de Bhagavata Purana zijn belangrijke hindoeïstische teksten die respectievelijk de god Vishnu en de god Krishna centraal stellen.

De Vishnu Purana behandelt de incarnaties (avatāra's) van Vishnu, waaronder de bekende incarnaties als Rama en Krishna, en biedt inzicht in hun rol in de schepping, instandhouding en vernietiging van het universum. Het werk behandelt ook kosmologie, rituelen en religieuze filosofie, en legt de basis voor de devotionele bhakti-traditie waarbij Vishnu centraal staat. De Vishnu Purana is een belangrijke bron voor het vaishnavisme, die de verering van Vishnu voorstaat als bron van alle bestaan.

De Bhagavata Purana is een ander belangrijke Purana, bekend om zijn uitgebreide en diepgaande beschrijvingen van de god Krishna. Deze Purana legt sterke nadruk op de bhakti aan Krishna en bevat gedetailleerde verhalen over zijn leven, zijn wonderen, en zijn goddelijke speelsheid (Līlā). De Bhagavata Purana biedt belangrijke inzichten in de leerstellingen en de goddelijke incarnaties van Krishna en speelt een centrale rol in de Krishna bhakti-traditie.

Beide werken bieden inzicht in de kosmologische en theologische concepten van het hindoeïsme en zijn cruciaal voor het begrijpen van de bhakti-traditie.

<sup>7</sup> In het tantrisme wordt *Līlā* gezien als de spontane en speelse uitdrukking van het goddelijke, en deze speelsheid is nauw verbonden met de creatieve energie van *Śakti*. *Śakti* wordt beschouwd als de dynamische en actieve kracht die het universum in beweging houdt en de creatie, instandhouding en vernietiging van de wereld mogelijk maakt.

*Līlā*, in deze context, weerspiegelt de manier waarop *Śakti* zich op een niet-lineaire, spontane wijze uitdrukt door het universum te scheppen en te transformeren.

De gedachte hierachter is dat het goddelijke spel een manier is om de intrinsieke vreugde en vrijheid van het Absolute (de Ultieme Werkelijkheid) te manifesteren, waarbij het leven en de kosmos gezien worden als een continue dans van creatie en verandering.

In het tantrisme wordt deze visie op *Līlā* vaak gebruikt om de relatie tussen het goddelijke en de wereld te begrijpen als een voortdurend evoluerend en dynamisch proces.

<sup>8</sup> 'Sambojjhaṅga' → sam + bojjaṅga: sam = volledig, volkomen; bojjaṅga = factoren van verlichting. 'Sambojjhaṅga' verwijst naar de 'zeven verlichtingsfactoren' in het boeddhisme. Deze factoren spelen een essentiële rol in het proces van spirituele ontwikkeling en leiden tot verlichting (bodhi).

De zeven verlichtingsfactoren zijn: aandacht (sati); onderzoek naar waarheid (dhammavicaya); inspanning, ijver (virīya); vreugde (pīti); kalmte, innerlijke rust (passaddhi); concentratie, absorptie (samādhi) en gelijkmoedigheid (upekkhā).

<sup>9</sup> Viveka verwijst naar het vermogen om onderscheid te maken, met name tussen het permanente en het tijdelijke, het ware en het onware. In de context van directe ervaring helpt viveka ons om authentieke ervaringen van de werkelijkheid te onderscheiden van abstracte ideeën en concepten.

<sup>10</sup> *Tawhīd* is een kernbegrip in de islam dat de eenheid en uniekheid van God benadrukt. Het verwijst naar het geloof in het absolute monotheïsme, waarin God als het enige, ondeelbare wezen gezien wordt dat zijns gelijke niet heeft. In een mystieke context, zoals in het soefisme, verwijst *tawhīd* naar de spirituele realisatie van eenheid met het goddelijke, waarin de mysticus de afscheiding tussen zichzelf en God overstijgt en de fundamentele eenheid van het bestaan ervaart.

<sup>11</sup> *Parāśiva* en *Parāmaśiva* (Skr.) worden als synoniemen gebruikt in verschillende tradities van het shaivisme. Beide termen verwijzen naar de hoogste, absolute vorm van Śiva, die voorbij elke dualiteit, vorm, en manifestatie ligt.

- *Parāśiva* betekent letterlijk 'transcendente Śiva' en benadrukt het transcendentale, niet-gemanifesteerde aspect van Śiva dat boven de schepping en alle concepten uitstijgt.

- *Parāmaśiva* betekent 'de hoogste Śiva' en wordt gebruikt om de ultieme, allesomvattende aard van Śiva aan te geven, die zowel immanent (aanwezig in alles) als transcendent (boven alles verheven) is.

Hoewel de nuances kunnen verschillen, afhankelijk van de specifieke context of filosofische school binnen het shaivisme, worden beide begrippen doorgaans gebruikt om dezelfde Ultieme Werkelijkheid of het Absoluut Bewustzijn te beschrijven.

<sup>12</sup> *Ānanda* (Skr.) kan vertaald worden als 'vreugde' of 'gelukzaligheid'. Het begrip verwijst in deze context naar de diepgaande en onontkoombare vreugde of gelukzaligheid die inherent is aan het Absoluut Bewustzijn (*Parāśiva* of *Parāmaśiva*).

In de hindoeïstische filosofie, vooral binnen de traditie van het shaivisme, wordt 'ānanda' beschouwd als een fundamentele eigenschap van het Absolute. Het is de onvoorwaardelijke, transcendentale vreugde die niet afhangt van externe omstandigheden of activiteiten.

Deze intrinsieke vreugde is de bron van creativiteit en manifestatie in de wereld, waarbij de schepping en het kosmische spel beschouwd worden als een spontane expressie van de innerlijke blijdschap en perfectie van het Absolute.



<sup>13</sup> *Anattalakkhana Sutta, Samyutta Nikaya 22.59*

<sup>14</sup> *Anitya (Skr.); anicca (P.) is een concept uit het boeddhisme dat de vergankelijkheid en de voortdurende verandering van alle verschijnselen beschrijft. Het betekent dat niets in het universum blijvend is; alles is onderhevig aan verandering, ontstaan, en verval.*

*Dit begrip is één van de drie fundamentele kenmerken (trilakṣaṇa; tilakkhana) van het bestaan in het boeddhisme samen met lijden (duḥkha; dukkha) en niet-zelf (anātman; anattā).*

*Anitya benadrukt dat alles wat ontstaat, ook weer zal vergaan, en dat hechting aan tijdelijke dingen uiteindelijk tot lijden leidt. Het besef van anitya moedigt aan tot een loslaten van gehechtheid en het ontwikkelen van een diepe acceptatie van de vergankelijkheid van het leven.*

<sup>15</sup> *Śiva Nataraja: Śiva als de koning van de dans. De dans van Śiva staat voor de cyclische, eindeloze beweging van het universum: ontstaan, bestaan, vergaan. Het vuur staat voor vernietiging dat tot reiniging en tot herschepping leidt; de vuurcirkel staat voor saṃsāra, de eeuwige kringloop van leven en dood. Door zijn/haar dans herschept de androgyne Śiva eeuwig zichzelf.*

<sup>16</sup> *Een 'rite de passage' is een term uit de antropologie die verwijst naar een ceremonie of ritueel dat een belangrijke overgang in iemands leven markeert, zoals de overgang van kind naar volwassene, van ongehuwd naar gehuwd, of van leven naar dood.*

*Deze rituelen begeleiden vaak een verandering in sociale status en bestaan meestal uit drie fasen: einde (van de oude status), overgang (de liminale of tussenfase), en integratie (in de nieuwe status).*

*Rites de passage spelen een cruciale rol in veel culturen door individuen te helpen hun nieuwe rol binnen de gemeenschap te accepteren en door deze overgang collectief te erkennen en vieren.*

<sup>17</sup> Huxley, Aldous, (1962), *Island*, p. 167—Dit is de originele tekst:

*“ Oh you the creator, you the destroyer,  
you who sustain and make an end,  
who in sunlight dance among the birds  
and the children at their play.*

*Who at midnight dance among corpses  
in the burning grounds  
You Śiva, you dark and terrible Bhairava,  
you Suchness and Illusion—  
The Void and All Things,  
you are the Lord of Life,  
and therefore I have brought you flowers.*

*You are the Lord of Death,  
and therefore I have brought you my heart—  
this heart that is now your burning ground.*

*Ignorance there and self shall be consumed with fire.  
That you may dance, Bhairava, among the ashes.  
That you may dance, Lord Śiva,  
in a place of flowers,  
and I dance with  
you.”*

<sup>18</sup> Bhairava, Syn.: Bhairav. Bhairava is de manifestatie van Śiva als de toornige, opvliegende, barse god. Bhairava vertegenwoordigt het vernietigende aspect van Śiva. Het is slechts één van de 1.008 epitheta die de eigenschappen van Śiva beschrijven.

<sup>19</sup> Hoe we deze 'kosmische energie' benoemen—of het nu het Absolute, het Ultieme, Bewustzijn, Zelf, Leegte, God, Brahman, Śiva of Līlā is—heeft geen belang. Deze benamingen zijn slechts labels, voortkomend uit verschillende culturele, filosofische en religieuze tradities. Hoewel ze schijnbaar naar verschillende concepten verwijzen, duiden ze allemaal naar dezelfde onderliggende werkelijkheid—het ongrijpbare, onuitsprekelijke dat alle bestaan doordringt en overstijgt. De essentie van deze 'kosmische energie' ligt voorbij de grenzen van taal en concepten. Het belangrijkste is niet de terminologie, maar de directe ervaring van de eenheid en de verbondenheid van alles. Dit universele spel—Līlā—staat centraal, en het is de innerlijke realisatie die ons in staat stelt deze diepere waarheid te begrijpen.

<sup>20</sup> Voor mij mag je 'zelf' ook met een Hoofdletter schrijven.

<sup>21</sup> Advaita vedānta → advaita → a + dvaita: a= niet; dvaita = twee; advaita = niet twee; vedānta = het einde van de Veda's.

Advaita vedānta is een non-dualistische filosofische stroming binnen het hindoeïsme dat stelt dat er slechts één Ultieme Werkelijkheid is, namelijk Brahman, en dat de veelheid van verschijnselen in de wereld slechts een illusie (māyā) is. Het individu (ātman) is volgens de advaita vedānta-traditie niet gescheiden van Brahman, maar identiek daaraan. Het doel van de spirituele beoefening van advaita vedānta is het besef van deze fundamentele eenheid en het overstijgen van de illusie van dualiteit.

Advaita vedānta vormt de mystieke kern van het hindoeïsme en is, net als het Tibetaanse dzogchen en zen, een directe bevrijdingsweg die doorgegeven wordt binnen een leraar-leerling relatie.

<sup>22</sup> Een 'antropomorfe godheid' verwijst naar een god die voorgesteld wordt in menselijke vorm of met menselijke eigenschappen. Dit is gebruikelijk in veel westerse religies, waar goden menselijke emoties, fysieke kenmerken en gedragingen toegeschreven worden. Bijvoorbeeld, in het christendom wordt God soms voorgesteld als een vaderlijke figuur met een menselijke gedaante.

<sup>23</sup> Het verschil tussen 'transcendent' en 'immanent' kan als volgt omschreven worden: 'transcendent' verwijst naar datgene wat boven en buiten de materiële wereld en de alledaagse ervaring staat, vaak geassocieerd met het Absolute, het Ultieme, het goddelijke dat niet direct toegankelijk is voor de menselijke zintuigen en het menselijk begripsvermogen. 'Immanent' daarentegen, duidt op datgene wat binnenin de materiële wereld aanwezig is, inherent aan de natuur en de zintuiglijke werkelijkheid zelf, en direct ervaren kan worden.

<sup>24</sup> Waarom gebruik ik hier het begrip 'bewustzijn'? Omdat begrippen zoals 'zoeker', 'individu', 'persoon', of 'wezen' op dat moment volkomen getranscendeerd zijn.

Wanneer we het hebben over de Ultieme Realiteit of het Absolute, zoals Brahman in de advaita vedānta-traditie, verwijst 'bewustzijn' naar een niveau van ervaring dat verder reikt dan individuele identiteit of persoonlijke kenmerken.

<sup>25</sup> Sat-Chit-Ananda (Skr.) beschrijft de essentie van het 'goddelijke' of 'absolute'. Het betekent letterlijk 'Bestaan-Bewustzijn-Zaligheid'. Dit concept benadrukt dat het goddelijke eeuwig (Sat), bewust (Chit), en de bron van ware vreugde (Ananda) is.

<sup>26</sup> Swarupa (Skr.) betekent letterlijk 'eigen vorm', 'eigen aard' of 'eigen wezen' en verwijst naar de inherente, onveranderlijke natuur van het goddelijke. Het drukt het idee uit dat het goddelijke een eigen, onveranderlijke aard heeft die het altijd is, ongeacht de verschijningsvormen die het in de wereld aanneemt.

<sup>27</sup> svātantrya (Skr.) → svā + tantra + ya: svā = 'zelf', verwijzend naar het eigen wezen of de eigen natuur; tantra = 'weefsel' of 'continuïteit, in de betekenis van 'de kracht of het principe dat iets beheerst of regelt; ya = een eigenschap of kwaliteit.

Svātantrya betekent 'de kracht van het zelf'. Het duidt op de vrijheid die voortkomt uit het zelf, zonder externe beperkingen of afhankelijkheden.

In de filosofische context, zoals in het Kashmir shaivisme, betekent dit dat het goddelijke (Śiva) volledige autonomie en creatieve vrijheid heeft om zichzelf te manifesteren.

<sup>28</sup> 'Begrijpen' maakt 'ervaren' niet overbodig. 'Begrijpen' verwijst naar intellectueel inzicht, waarbij we concepten, ideeën of waarheden mentaal vatten. Hoewel dit een belangrijke stap is, vangt het niet de daadwerkelijke ervaring. 'Ervaren' gaat verder dan het cognitief begrijpen; het houdt in dat men iets direct en persoonlijk beleeft, waardoor het dieper geïntegreerd en gevoeld wordt. Dit is vergelijkbaar met het verschil tussen weten hoe vuur werkt door erover te lezen en daadwerkelijk de warmte van een vlam voelen. Begrijpen kan een ingang zijn tot ervaren, maar het maakt de daadwerkelijke ervaring niet overbodig of minder waardevol.

<sup>29</sup> *Yathā-bhūta* is een Sanskrietwoord dat vertaald wordt als 'zoals het werkelijk is' of 'de dingen zien zoals ze zijn'. Het verwijst naar een manier van waarnemen en begrijpen die de werkelijkheid direct en zonder vervorming door persoonlijke voorkeuren, illusies of vooroordelen erkent. *Yathā-bhūta* betekent dus het zien van de werkelijkheid in haar ware vorm, zonder de sluier van illusie of misvatting.

<sup>30</sup> De Veda's worden beschouwd als de mystieke kern van het hindoeïsme. Ze bevatten hymnen, rituelen en filosofische teksten die gericht zijn op het begrijpen van de kosmos, het goddelijke, en de relatie tussen het individu en de Universele Werkelijkheid. De vier Veda's—de *R̥gveda* (hymnen en lofzangen aan de goden), *Sāmaveda* (melodieën en liederen voor rituele zang), *Yajurveda* (gebeden en formules voor rituele offers), en *Atharvaveda* (magische spreuken en volksrituelen)—vormen samen de basis van deze kennis. Vooral de Upanishads, die deel uitmaken van de Veda's, verkennen diepgaande spirituele en mystieke inzichten over de aard van het Absolute (*Brahman*) en het zelf (*ātman*).

<sup>31</sup> Een *avatāra* (Skr.), wat kan vertaald worden als 'neerdaling' is in het hindoeïsme een incarnatie of manifestatie van een godheid, vooral *Vishnu*, die in menselijke of dierlijke vorm verschijnt om de kosmische orde (*dharma*) te herstellen of terug in harmonie te brengen en de wereld te beschermen tegen kwaad.

<sup>32</sup> *Rama* is een belangrijke godheid in het hindoeïsme, beschouwd als de zevende avatar van de god *Vishnu*. *Rama* is de hoofdpersoon in het epos *Ramayana* en wordt vereerd als de belichaming van deugdzaamheid en rechtvaardigheid.

<sup>33</sup> *Krishna is een centrale godheid in het hindoeïsme, die vereerd wordt als de achtste avatar van de god Vishnu. Krishna is een veelzijdige figuur, bekend als de god van liefde, wijsheid, en muziek. Hij speelt een hoofdrol in het epos Mahabharata, waar hij als raadgever van de prins Arjuna de leer van de Bhagavad Gita onderwijst. Krishna wordt gezien als een volmaakte incarnatie van het goddelijke en wordt door miljoenen hindoes wereldwijd vereerd.*

<sup>34</sup> *In deze context verwijst de term 'jñānī' naar een persoon die door middel van inzicht, van 'wéten' (jñāna) de hoogste waarheid of werkelijkheid gerealiseerd heeft. Een jñānī heeft het inzicht bereikt dat de ware natuur van het zelf (ātman) identiek is aan het Absolute (Brahman). Dit bevrijdend inzicht overstijgt dualiteit en onwetendheid, en de jñānī leeft in een staat van innerlijke vrijheid en verlichting, vrij van gehechtheid aan de illusies van het wereldse bestaan.*

<sup>35</sup> *Religies en godsdiensten, zoals het hindoeïsme, boeddhisme, christendom en islam, hebben de neiging om de oorspronkelijke spirituele inzichten en ervaringen te vertalen naar vaste vormen, rituelen en dogma's. Deze structuren bieden houvast aan degenen die de directe ervaring van verlichting of de Ultieme Werkelijkheid (nog) niet gekend hebben. Zo kunnen de ervaringen van wijzen en verlichte meesters uitgedrukt worden in vormen zoals Brahma, Vishnu en Śiva in het hindoeïsme, of Jezus in het christendom. Deze spirituele vormen worden vervolgens verankerd in rituelen, tempeldiensten en regels, die beheerd worden door religieuze instellingen. Hoewel dergelijke structuren bedoeld zijn om richting en steun te bieden, verhullen ze paradoxaal genoeg de directe ervaring van de Ultieme Werkelijkheid door hun focus op externe vormen en rituelen in plaats van op innerlijk inzicht en persoonlijke realisatie. Ware verlichting ontstaat niet door het volgen van deze structuren, maar door een directe en persoonlijke ervaring die alle dualiteiten overstijgt.*

<sup>36</sup> *Ik verwijs hier naar de Trimūrti (Brahma, Vishnu, Śiva) die in werkelijkheid manifestaties zijn van dezelfde Ultieme Realiteit.*

<sup>37</sup> Volgens de hindoeïstische mythologie was Kamsa de wrede koning van Mathura, bekend als de oom van Krishna. Kamsa probeerde Krishna te doden vanwege een voorspelling dat Krishna hem zou verslaan. Uiteindelijk werd Kamsa door Krishna gedood, waarmee het thema van de overwinning van goed over kwaad benadrukt wordt.

<sup>38</sup> Het schenken van de Bhagavad Gita aan Arjuna door Krishna symboliseert de overdracht van goddelijke wijsheid en moraliteit in tijden van crisis. Het is een moment van openbaring dat zowel individueel als collectief inzicht biedt in hoe men het leven met integriteit en toewijding kan benaderen.

<sup>39</sup> Een 'gopi' is een term uit de hindoeïstische traditie die verwijst naar de herderinnetjes of vrouwelijke volgelingen van de god Krishna. Ze zijn vooral bekend voor hun rol in de verhalen van Krishna's jeugd in Vrindavan, waar ze een centrale rol spelen in de Rasa Līlā, een mystieke dans met Krishna. De gopi's worden vaak afgebeeld als symbolen van devotie en spirituele liefde, en hun relatie met Krishna illustreert de diepgaande, persoonlijke verbinding tussen de individuele ziel (ātman) en het goddelijke (Brahman).

<sup>40</sup> Rasa Līlā is een spiritueel en mythologisch concept uit de hindoeïstische traditie, bekend uit de Bhagavata Purana. Het verwijst naar een bijzonder moment van kosmische dans en liefde tussen Krishna en de gopi's.

In de Rasa Līlā, die wordt afgebeeld als een mystieke en hemelse dans, danst Krishna, als manifestatie van Brahman, met de gopi's in een betoverend ritueel dat de diepste spirituele liefde en de eenheid tussen het goddelijke (Brahman) en de individuele ziel van de gopi's (ātman) uitdrukt. Terwijl Krishna met elke gopi danst, lijkt hij op elk moment volledig aanwezig te zijn bij haar, wat de onbegrensde en persoonlijke aard van zijn goddelijke liefde symboliseert. Het verhaal onderstreept dat de liefde voor het goddelijke universeel en oneindig is, en benadrukt de spirituele en emotionele dimensies van religieuze devotie.

<sup>41</sup> *Bhakti is een spirituele weg in het hindoeïsme die gericht is op liefdevolle devotie en toewijding aan een persoonlijke godheid. Bhakti benadrukt de emotionele band tussen de toegewijde en de godheid, en wordt vaak gezien als een middel om bevrijding (mokṣa) te bereiken door middel van liefde, overgave, en aanbidding.*

<sup>42</sup> *Contra-intuïtief betekent iets dat tegen je intuïtie of je eerste gevoel ingaat, oftewel iets dat anders is dan wat je op basis van je intuïtie of gezond verstand zou verwachten.*

*Het verwijst naar situaties waarin de uitkomst of waarheid niet overeenkomt met wat je instinctief of automatisch zou aannemen.*

*Voorbeeld: de gedachte dat harder werken niet altijd tot betere resultaten leidt, kan contra-intuïtief zijn, omdat men meestal verwacht dat méér inspanning automatisch tot betere resultaten leidt.*

<sup>43</sup> *Dit correspondeert met Meister Eckhart die stelde dat 'wie de dingen wil kennen, ze in hun oorzaak moet kennen'.*

<sup>44</sup> *De 'verlichtingstraditie' verwijst naar de intellectuele en filosofische beweging die in Europa opkwam in de 17e en 18e eeuw, bekend als de Verlichting. Deze beweging legde de nadruk op rationaliteit, wetenschap, vooruitgang, en individuele vrijheid, en zocht naar manieren om menselijke kennis te vergroten en de samenleving te verbeteren door middel van rede en kritisch denken. Belangrijke kenmerken zijn: rationaliteit en rede als bronnen van kennis; het gebruik van de wetenschappelijke methode; het idee van vooruitgang en menselijke verbetering; individualisme en persoonlijke vrijheid; en secularisme, wat leidt tot een scheiding van kerk en staat. Denkers zoals Immanuel Kant, Voltaire, John Locke, en Rousseau speelden een sleutelrol in de ontwikkeling van deze ideeën, die een blijvende invloed hebben gehad op de moderne westerse cultuur.*

<sup>45</sup> *Kalama Sutta, Anguttara Nikaya 3.65*

<sup>46</sup> *Søren Kierkegaard (1813-1855), Deens theoloog en filosofisch existentialist.*



<sup>47</sup> Vrindavan is een heilige stad in de Indiase staat Uttar Pradesh, diep verbonden met de god Krishna. De stad komt veelvuldig voor in de Bhagavata Purana. Vrindavan wordt beschouwd als de plaats waar Krishna zijn jeugd doorbracht en zijn goddelijke spelletjes (līlā's) uitvoerde, zoals zijn interacties met de gopi's (herderinnen) en zijn relatie met Radha.

Vrindavan is een belangrijk pelgrimsoord, met honderden tempels. De stad wordt geassocieerd met de bhakti-beweging, die de nadruk legt op persoonlijke devotie tot Krishna.

<sup>48</sup> Het begrip 'līlā's' verwijst in de hindoeïstische filosofie naar de goddelijke spelletjes of activiteiten van God, hier in de context van Krishna. Deze handelingen worden gezien als expressies van het goddelijke spel, waarbij God de wereld creëert, onderhoudt en vermaakt, zonder gehecht te zijn aan enige uitkomst of resultaat. In het bijzonder worden Krishna's avonturen met de gopi's en zijn speelse interacties in Vrindavan beschreven als 'līlā's', die symbool staan voor de speelse, onbeperkte en creatieve kracht van het goddelijke.

<sup>49</sup> Kirtan is een devotionele praktijk binnen het hindoeïsme waarbij heilige verzen, mantra's of namen van goden gezongen worden in groepsverband. Dit zingen gaat vaak gepaard met muziek en herhaalt zich ritmisch, wat bijdraagt tot een gevoel van spirituele verbondenheid en vreugde.

Kirtan wordt beschouwd als een vorm van Bhakti yoga, de yoga van devotie, en helpt deelnemers om een diepe spirituele band met het goddelijke te ervaren.

<sup>50</sup> Japa is een meditatieve praktijk in het hindoeïsme waarbij een mantra of de naam van een godheid herhaaldelijk gereciteerd wordt, vaak met behulp van een gebedsketting (mala) om het aantal herhalingen bij te houden.

Het doel van Japa is om de geest te concentreren en te zuiveren, en om een diepe verbinding met het goddelijke te cultiveren. Japa is een belangrijke vorm van Bhakti yoga, de yoga van devotie, en wordt beschouwd als een krachtig middel om spirituele groei te bevorderen.

<sup>51</sup> Het bodhisattva-ideaal legt de nadruk op het bereiken van verlichting voor het welzijn van alle wezens. In het mahāyāna wordt verlichting niet gezien als een individuele prestatie, maar als iets dat gedeeld moet worden met alle levende wezens.

De link met Līlā kan hier wat speculatief aanvoelen, omdat Līlā draait om het kosmische spel van de schepping en vernietiging, terwijl het bodhisattva-ideaal zich richt op mededogen en zelf-opoffering voor het welzijn van anderen.

<sup>52</sup> Satori (Jap.) verwijst naar een plotselinge ervaring van verlichting of inzicht binnen het zenboeddhisme. Het wordt gezien als een moment van diepe bewustwording waarin de beoefenaar de ware aard van de werkelijkheid direct en onmiddellijk ervaart, zonder tussenkomst van rationele gedachten of concepten.

In satori wordt de illusie van dualiteit doorbroken, en ervaart de beoefenaar (M/V/X) de fundamentele eenheid van alles. Het is geen permanente staat van verlichting, maar eerder een flits van inzicht die gezien wordt als een belangrijke stap op het pad naar volledige verlichting (kenshō).

<sup>53</sup> Koans zijn korte, paradoxale uitspraken of vragen die binnen het zenboeddhisme gebruikt worden als meditatieve hulpmiddelen.

Ze zijn ontworpen om de rationele geest te doorbreken en de beoefenaar aan te moedigen om voorbij logische redeneringen te denken.

Door zich te concentreren op een koan kan de beoefenaar een directe ervaring van de werkelijkheid bereiken, wat kan leiden tot inzichten over de aard van bestaan en verlichting.

Koans zijn vaak bedoeld om een diepere, intuïtieve vorm van begrip te ontwikkelen die niet afhankelijk is van woorden of concepten.

<sup>54</sup> *Tantrisch boeddhisme is een stroming binnen het boeddhisme dat zich richt op de beoefening van tantra, een spirituele en esoterische praktijk die rituelen, meditatie en symboliek omvat.*

*Het benadrukt de directe ervaring van verlichting en het overstijgen van dualiteit door middel van rituelen en het gebruik van symbolische beelden.*

*Tantrisch boeddhisme integreert vaak seksuele symboliek en mystiek, met als doel de beoefenaar te helpen de illusies van het ego en de wereld te doorbreken en een diepere verbinding met de werkelijkheid te ervaren.*

*Het is een complex systeem dat zowel theoretische als praktische elementen omvat, en het wordt als de meest esoterische benadering binnen het boeddhisme beschouwd.*

<sup>55</sup> *Wu wei is een concept uit de taoïstische filosofie dat letterlijk 'niet-handelen' of 'niet-ingrijpen' betekent. Het verwijst niet naar volledige passiviteit, maar naar een staat van handelen zonder geforceerde inspanning of dwang, waarbij men in harmonie is met de natuurlijke stroom van het leven. Wu wei benadrukt het belang van het laten ontstaan van dingen op hun eigen manier en het volgen van de natuurlijke ordening van de werkelijkheid. Het idee is dat door zich aan te passen aan de omstandigheden en het natuurlijke verloop van zaken, men effectiever en met minder strijd kan handelen. In de context van spiritualiteit en zelfontplooiing moedigt wu wei aan tot een spontane, intuïtieve en zorgeloze benadering van het leven.*

<sup>56</sup> *Salat vormt een essentieel onderdeel van de islamitische praktijk en verwijst naar de rituele gebeden die moslims vijf keer per dag verrichten. Deze gebeden zijn voorgeschreven door de islamitische wet en worden uitgevoerd op specifieke tijden: bij zonsopgang, rond het middaguur, in de namiddag, bij zons- ondergang en 's avonds. Salat bestaat uit een serie gebaren en recitaties die beginnen met het staan en het uitspreken van de openingsgebed, gevolgd door het buigen, het neerknielen en het zitten, waarbij verschillende verzen uit de Koran gereciteerd worden. Het doel van salat is om een voortdurende verbinding met Allah te onderhouden, spirituele discipline te bevorderen en innerlijke rust en concentratie te ontwikkelen.*

<sup>57</sup> *Ramadan is de negende maand van de islamitische maankalender en wordt door moslims wereldwijd beschouwd als een heilige maand van vasten en spirituele verdieping. Tijdens de ramadan vasten moslims van zonsopgang tot zonsondergang, waarbij ze geen voedsel en drank tot zich nemen. Ook onthouden ze zich van roken en ongepaste gedragingen.*

*Het vasten is bedoeld om zelfdiscipline te ontwikkelen, medeleven met de minder bedeelden te tonen en de spirituele band met Allah te versterken. De maand eindigt met het feest van Eid al-Fitr, dat het einde van het vasten markeert en wordt gevierd met gemeenschappelijke gebeden, feestmaaltijden en het stellen van goede daden.*

<sup>58</sup> *Hadj is de bedevaart naar Mekka die elk jaar door miljoenen moslims gemaakt wordt en is één van de vijf zuilen van de islam. Deze bedevaart naar Mekka is verplicht voor elke moslim die fysiek en financieel in staat is om deze reis te maken.*

*De Hadj vindt plaats in de maand Dhu al-Hijjah, de twaalfde maand van de islamitische kalender, en omvat een reeks rituelen, waaronder het circumambuleren van de Kaäba (tawaf) en het verblijven of 'staan' op de vlakte van Arafat (wuqoof).*

*Dit ritueel wordt beschouwd als de climax van de bedevaart en symboliseert een moment van spirituele reflectie en gebed. Pelgrims vragen om vergeving en nemen deel aan preken en gebeden, terwijl ze zich bewust zijn van hun plaats in de grotere context van het goddelijke plan en hun eigen spirituele reis.*

*Tenslotte is er het ritueel van het stenigen van de drie pilaren in Mina (ramy al-jamarat), dat de strijd herdenkt van de profeet Ibrahim (Abraham) tegen de verleidingen van Satan. Ook dit ritueel vormt een krachtig moment van reflectie en spirituele reiniging voor de pelgrims, en is een belangrijk onderdeel van de Hadj-ervaring.*

<sup>59</sup> De Ka'aba is een kubusvormig gebouw in de Grote Moskee (al-Masjid al-Haram) in Mekka, Saoedi-Arabië. Het is de heiligste plaats in de islam en wordt beschouwd als het 'Huis van God' (Bayt Allah). Moslims richten zich naar de Ka'aba tijdens het gebed (qibla) en het gebouw speelt een centrale rol tijdens de bedevaart (Hajj). Traditioneel wordt het geassocieerd met de profeet Ibrahim (Abraham) en zijn zoon Ismaël, die volgens islamitische overleveringen de Ka'aba herbouwden.

<sup>60</sup> Dhikr (ook geschreven als zikr) betekent 'herinnering' en verwijst naar een spirituele oefening in het soefisme en de bredere islamitische traditie waarbij de naam van God herhaaldelijk gereciteerd wordt. Dit kan zowel stil (in gedachten) als hardop gebeuren, met als doel het versterken van de band met het goddelijke en het bevorderen van innerlijke rust en spirituele nabijheid tot God.

<sup>61</sup> Draaiende derwisjen staan symbool voor de spirituele zoektocht naar eenheid met het goddelijke en de ervaring van mystieke extase. Deze praktijk, bekend als sama, omvat het draaien in cirkels, wat symbool staat voor de cyclus van leven en dood, en de voortdurende beweging van de ziel naar God. Deze dans is een manier om egoïstische verlangens los te laten en de innerlijke stilte en verbinding met het goddelijke te ervaren. Draaiende derwisjen belichamen de soefistische overtuiging dat de liefde en de schoonheid van het universum ervaren kunnen worden door een diepere, spirituele benadering van de werkelijkheid.

<sup>62</sup> Rumi (1207-1273), is een Perzische dichter, islamitisch geleerde, theoloog, en soefi-mysticus. Hij is vooral bekend om zijn diep spirituele gedichten en zijn werk 'Masnavi', dat beschouwd wordt als één van de belangrijkste werken in de soefi-literatuur. Dit werk, bestaande uit zes boeken, bevat verhalen, morele lessen en spirituele leringen die bedoeld zijn om lezers te begeleiden op hun spirituele reis en hen dichtbij het goddelijke te brengen.

Rumi's poëzie benadrukt liefde, mystieke eenheid met het goddelijke, en de innerlijke reis van de ziel. Zijn geschriften en filosofie hebben wereldwijd invloed uitgeoefend en blijven mensen inspireren in hun zoektocht naar spirituele verlichting.

<sup>63</sup> *Al-Haqq is één van de 99 namen van Allah in de islam, en het betekent 'de Waarheid' of 'de Werkelijkheid'. Het verwijst naar God als de ultieme, absolute waarheid en de bron van alle waarheid en werkelijkheid in het universum.*

*In het soefisme symboliseert al-Haqq ook de zoektocht naar goddelijke eenheid en de ultieme waarheid die alle schijnbare realiteiten overstijgt.*

<sup>64</sup> *Ishq is een Arabisch en Perzisch woord dat verwijst naar een intense, diepgaande vorm van liefde of passie. In de context van het soefisme wordt 'ishq' vaak gebruikt om de liefde voor God te beschrijven, waarbij de liefdevolle relatie tussen de mens en het goddelijke centraal staat.*

*Het symboliseert een brandend verlangen naar vereniging met God, die verder gaat dan aardse of fysieke liefde en gericht is op spirituele eenheid.*

<sup>65</sup> *Qawwali is een vorm van religieuze muziek die zijn oorsprong vindt in de islamitische mystieke traditie van het soefisme. Het is een muziekstijl die vaak uitgevoerd wordt door een ensemble en bestaat uit gezangen en poëzie die de goddelijke liefde en spirituele ervaringen bezingen.*

*Qawwali wordt gekenmerkt door repetitieve, opzweepende muziek en teksten die bedoeld zijn om een staat van spirituele extase en nabijheid van God te bereiken.*

<sup>66</sup> *Wajd verwijst naar een staat van spirituele extase of transcendente ervaring die beleefd wordt tijdens mystieke rituelen en religieuze ceremonies, vooral binnen het soefisme.*

*Deze toestand van intense emotionele en spirituele opwinding wordt gekenmerkt door een gevoel van eenheid met het goddelijke, diepgaande liefde en vreugde.*

*Tijdens momenten van wajd ervaren de deelnemers een verhoogd bewustzijn van goddelijke aanwezigheid, wat kan leiden tot fysieke reacties zoals huilen, dansen of zwijmelen, die de transcendente ervaring reflecteren.*

<sup>67</sup> *Sama* is een soefistische term die verwijst naar een spirituele ceremonie of ritueel waarbij muziek, poëzie en soms dans gebruikt worden om een diepere ervaring van de goddelijke aanwezigheid te bevorderen.

Het woord betekent letterlijk 'luisteren' in het Arabisch. Tijdens een sama-ceremonie komen soefi's samen om te luisteren naar religieuze muziek en poëzie, vaak uitgevoerd door een recitant of muzikant, met als doel een staat van spirituele extase en verbinding met het goddelijke te bereiken.

Deze ceremonies kunnen vergezeld gaan van dans, zoals de draaiende dansen van de derwisjen, en dienen om de deelnemers te helpen hun ego en wereldse zorgen los te laten en een diepe spirituele ervaring op te wekken.

<sup>68</sup> 'Heterodoxie' betekent het aanhangen of verkondigen van opvattingen die afwijken van de algemeen aanvaarde of officiële doctrines, vooral binnen religieuze of filosofische contexten. Het staat tegenover 'orthodoxie,' wat verwijst naar het volgen van de traditionele of gangbare leerstellingen. In een religieuze context kan heterodoxie leiden tot beschuldigingen van ketterij als die opvattingen strijdig zijn met de officiële leer van de religie.

<sup>69</sup> *Unio mystica* verwijst naar de diepgaande eenheid of versmelting van de ziel met het goddelijke in een mystieke ervaring. Het is een toestand waarin de mysticus zichzelf niet langer als gescheiden van het goddelijke ervaart, maar volledig opgaat in de Absolute Werkelijkheid. Deze vereniging overstijgt de dualiteit van het zelf en het goddelijke, en wordt gekenmerkt door gevoelens van extase, vrede, en eenwording.

<sup>70</sup> 'Tijd' staat voor de opeenvolging waarin deze verschijnselen zich onvouwen. Tijd wordt in *Līlā* beschouwd als cyclisch en vergankelijk, een continu proces van ontstaan en vergaan. Het benadrukt de dynamiek van het goddelijke spel, waarin elke fase een nieuw hoofdstuk vormt in de eeuwige cyclus van schepping en vernietiging.

<sup>71</sup> 'Ruimte' staat voor het 'decor' van de wereld waarin de verschijnselen zich voordoen. Het is de wereld zoals wij die 'kennen' en ons erin 'herkennen'. Ruimte biedt de context en het 'toneel' waarop de creatieve energie van het goddelijke zich uitdrukt. Het is niet alleen de fysieke ruimte, maar ook de metaforische ruimte waarin de creatie en destructie van vormen plaatsvinden.

<sup>72</sup> Hoewel tijd en ruimte cruciaal zijn voor de ervaring van Līlā, overstijgt Līlā zelf beide beperkingen. Het Absoluut Bewustzijn, dat de basis vormt van Līlā, kent geen begrenzing van tijd en ruimte. In deze optiek moeten tijd en ruimte beschouwd worden als tijdelijke en illusoire manifestaties die voortkomen uit het spel van het Absolute. Ze zijn essentieel voor de manifestatie en de ervaring van het goddelijke spel, maar in de diepere zin zijn ze voorbijgaand en niet de uiteindelijke werkelijkheid.



*In de etherische ruimte van de Shiva Sutra's ontvouwt Līlā zich als een kosmisch spel, een heilige dans van het Absolute die de schepping, transformatie en vernietiging van het universum op een diepgaande manier tot leven brengt.*

*Deze oude, mystieke teksten onthullen een fundamentele waarheid: dat ons bestaan deel uitmaakt van een eindeloze cyclus van verandering en beweging, waarin het Absolute zichzelf uitdrukt door middel van voortdurende evolutie en transformatie.*

*Wanneer we onszelf toestaan om even stil te zijn en onze aandacht naar binnen te richten, komen we tot de ontdekking dat de wereld in ons en om ons heen voortdurend in beweging is. Geluiden verschijnen en verdwijnen, gedachten duiken op en verdwijnen weer, en emoties stijgen op om weer te vervagen.*

*Dit constante proces van komen en gaan weerspiegelt de diepere aard van het bestaan: alles wat opkomt, zal uiteindelijk verdwijnen. Deze vergankelijkheid, deze tijdelijkheid, is een universeel principe dat ons herinnert aan de onophoudelijke stroom van verandering die het leven doordringt.*

*Stel je open voor wat het leven te bieden heeft, met een hart dat zowel vreugde als verdriet omarmt.*

*Maar bovenal: speel. Dans door de wisselvalligheden van het leven met nieuwsgierigheid en lichtheid, want dit spel is jouw unieke kans om deel te nemen aan het grote kosmische avontuur van Līlā.*