

## Wijsheden van Yogananda. Yogananda vertelt over God en de weg van de ziel naar God.

Uitspraken van Yogananda opgeschreven door J. Donald Walters.  
Samenstelling en redactie deze uitgave Nicolaas de Ridder, 24-08-2012

## Inhoudsopgave

Voorwoord.

In dit boek: Citaten:

Inleiding.

Moekoena.

De rol van Paramahansa Yogananda.

1 Hebzucht en materialisme.

2 De ontwikkeling van een mens.

3 Gasten op aarde.

4 God.

5 Schepping.

6 De ziel.

6a De ziel en de hemel.

7 Geloof.

8 Levenswetten.

9 Het kwade.

10 Voor de zieke.

11 karma.

12 Reïncarnatie.

13 Het ego.

14 Het goede.

15 Zelfmoord.

16 Yoga.

17 Bidden.

18 Meditatie..

19 Ontwikkeling tot zelfverwerkelijking.

19 A De goeroe; de gids en hulp bij de ontwikkeling van een mens.

20 Algemeen.

## Voorwoord.

Een bezoeker vroeg: 'Is uw leer een nieuwe religie?'

De Meester antwoordde:

het is een nieuwe uitdrukking van waarheden die eeuwig zijn.

De grote religies van de wereld zijn altijd gebracht door avatars; incarnaties of 'neerdalingen' van God.

Krishna was zo'n incarnatie en Jezus en Boeddha ook.

Een avatar is een volkomen bevrijde meester,

die terugkeert naar de aarde om een speciale Goddelijke missie te volbrengen.

Een leerling vroeg Paramahansa Yogananda eens:

Meester, bent u een avatar?

Met kalme eenvoud antwoordde de Meester:

een zo belangrijk werk als dit kan niet anders,

dan door een dergelijk wezen worden ondernomen.

De eeuwige geestelijke wijsheden zijn dezelfde,

al klinken ze uit de mond van de verschillende meesters anders.

Waarom worden eeuwige wijsheden anders verwoord?

Omdat dezelfde wijsheden uitgelegd moeten worden aan mensen,

in steeds een ander ontwikkelingsstadium

en ook in verschillende culturen.

Yogananda heeft in zijn leven vele toespraken gehouden

en zijn uitleg is vaak opgeschreven.

Via helderhorendheid heb ik samen met Yogananda,

de op aarde gedane uitspraken geordend op onderwerp,

zodat de prachtige kennis van Yogananda,

beter leesbaar, gegriepelijker en toegankelijker wordt.

(Een heel enkele keer is er een verduidelijking bijgeschreven, (tussen haakjes (..).)

Voor meer informatie na het lezen van dit boek,

zie Self realization fellowship (opgericht door Yogananda in 1920).

Nicolaas de Ridder, 29-08-2012

## In dit boek:

Citaten:

Je bent niet geboren,  
om alleen maar geld te verdienen,  
Kinderen te krijgen en dan te sterven.  
Je hebt een glorieuze bestemming!  
Je bent een kind van het oneindige!  
Iedere vervulling waar je ooit van gedroomd hebt,  
ligt op je te wachten in God.  
Zijn oneindige schatkamer is van jou.  
Waarom zou je wachten?  
Waarom tijd verspillen aan ontelbare omwegen,  
ga rechtstreeks naar hem!

.....

.....

Het doel van het leven van de mens is God te vinden.  
Dat is de enige reden voor ons bestaan.  
Baan, vrienden, materiële belangen,  
die dingen betekenen op zichzelf niets.  
Ze kunnen je nooit het ware geluk geven,  
om de eenvoudige reden dat geen ervan,  
op zichzelf, compleet is.  
Alleen God omvat alles.....

.....

.....

Wat zijn mensen dom.  
om al hun tijd te wijden aan het verwennen van hun lichaam,  
om rijkdom te verzamelen en om meer bezittingen op te stapelen!  
Als de dood komt, moeten ze alles achterlaten.  
Mensen verzinnen eindeloze uitvluchten:  
"Ik heb geen tijd om te mediteren", roepen ze.  
"Ik moet al die afspraken nakomen."  
Nou, als God hen roept,  
zullen ze alle andere afspraken moeten breken!  
De dood is de enige "afpraak" die ze niet kunnen afzeggen.  
Waarom zoveel tijd verspillen aan dingen die niet blijvend zijn?  
Blinden, wordt toch wakker!

.....

.....

Maar God is van ons! Wij zijn Zijn kinderen.

God is de elektriciteit en mensen zijn “Zijn gloeilampen”.

De lampen kunnen eindeloos gevarieerd zijn,  
in vorm, kleur en helderheid.

Maar de eigenlijke kracht waardoor ze stralen,  
is voor allemaal dezelfde.

.....

.....

Mensen zijn als de afzonderlijke vlammetjes op een gasfornuis.

God is in dit voorbeeld de gastank er onder.

Hoe groter de opening van een brander-gaatje,  
hoe sterker ook de vlam.

En hoe meer we ons openen voor Gods aanwezigheid in ons,  
hoe groter het licht en de macht die Hij in ons leven kan manifesteren.

Maar ook hoe meer we ons afsluiten van God

hoe kleiner de opening van de gaspit,

hoe zwakker de vlam,

hoe zwakker onze vlam van macht en inspiratie in ons leven.

We sluiten ons af van God door onder andere trots

en door onverschilligheid voor de behoeften van anderen,

Een verstopte opening gaat misschien niet eens meer aan,

al kan er nog een klein beetje gas doorheen.

Zo ontbreekt het veel mensen aan innerlijke vitaliteit,

dus het beste wat je van ze kunt zeggen is dat ze bestaan;

ze leven niet echt op volle kracht.

Dit is het soort mensen dat Jezus bedoelde toen hij zei

“laat de doden hun doden begraven”.

.....

.....

Stel je een groot aantal met water gevulde potten voor,  
die in een tuin staan.

Kijk en zie 's nachts de maan erop schijnen,

in iedere pot afzonderlijk verschijnt de reflectie van de maan.

Iedere pot weerspiegelt dezelfde maan.

Zo is ook God in alle zielen van alle mensen.

.....

.....

Hoe ver God ook bij je vandaan lijkt,

leef altijd in de gedachte dat je bij Hem hoort.

En hoe echt je materiële leven ook lijkt

en hoe echt je gehechtheid eraan schijnt,

houd het op een afstand,

door jezelf te herinneren aan de vergankelijkheid ervan.

Wat is de beste religie? informeerde een zoeker naar de waarheid.  
Zelfverwerkelijking van de ziel, antwoordde Yogananda.  
Zelfverwerkelijking van de ziel is in feite de enige religie.  
Want het is het ware doel van iedere religie,  
hoe mensen hun geloof ook definiëren.  
Iemand kan christen zijn of jood, boeddhist of hindoe,  
moslim of zoroastriaan;  
hij kan beweren dat Jezus Christus de enige weg is,  
of dat Mohammed de enige weg is,  
zoals ook werkelijk miljoenen gelovigen doen.  
Hij kan vinden dat dit ritueel of die plaats van aanbidding redding  
geeft.  
Maar het komt er allemaal op aan wat hij is;  
in zichzelf, hoeveel liefde hij heeft in zichzelf.  
Duizend Christussen zouden je God niet kunnen geven,  
als je Hem niet eerst zelf je liefde betuigde.

.....

.....

“Als we Gods kinderen zijn en Hij van ons houdt,  
waarom laat Hij dan toe dat we lijden?”  
Op deze vaak gestelde vraag antwoordde de Meester eens:  
Lijden is om ons eraan te herinneren,  
dat deze wereld niet ons thuis is.  
Als hij volmaakt voor ons was,  
hoeveel mensen zouden dan een betere zoeken?  
Kijk maar hoe weinig mensen God zoeken,  
terwijl de dingen zo onvolmaakt zijn!  
Misschien één op duizenden, zei Krishna.  
De wet van het leven is dit:  
hoe minder je in harmonie leeft,  
met de innerlijke waarheid, hoe meer je lijdt  
en omgekeerd,  
hoe meer je in harmonie leeft met die waarheid,  
hoe meer je eeuwigdurend geluk ervaart.  
Dan kan niets je raken,  
zelfs al kwijnt je lichaam weg door ziekte,  
en maken mensen je belachelijk en vervolgen ze je.  
Ondanks alle grillen van het leven,  
blijf je eeuwig gelukkig geconcentreerd in het innerlijke Zelf.

.....

.....

Het gedrag van de mens is altijd onbetrouwbaar,  
totdat het verankerd wordt in het Goddelijke.

Alles zal in de toekomst beter worden,  
als je jezelf nu maar inspant om je geestelijk te ontwikkelen.  
Ik herinner mensen altijd graag aan deze eenvoudige waarheid:  
Een heilige is een zondaar die het niet heeft opgegeven!

.....

.....

Als zo'n bevrijde ziel ooit reïncarneert,  
doet hij dat zuiver en alleen voor het welzijn van de mensheid  
en niet uit een of andere eigen karmische noodzaak.  
Zo iemand is een avatar of neergedaalde meester:  
een incarnatie van God.  
Het is het belangrijkste om eerst bij God te komen.  
Als het je eenmaal lukt Zijn licht  
in de slecht verlichte kamer van je bewustzijn te brengen,  
zal je spirituele duisternis voor eeuwig verdwijnen.

....

....

We moeten van anderen houden,  
niet om hun menselijke persoonlijkheid,  
maar omdat ze manifestaties zijn van God,  
Die in allen gelijk verblijft.  
Als je anderen belachelijk maakt of veroordeelt,  
zul je eens, in dit leven of in een toekomstig leven,  
dezelfde ervaringen moeten ondergaan als diegenen,  
die je nu zo onbarmhartig behandelt.

.....

.....

Het ego zetelt in de medulla oblongata.  
Dit is de negatieve pool van zelfbewustzijn.  
De positieve pool is gesitueerd in het Christuscentrum.  
Concentratie op dit centrum - in het spirituele oog,  
de zetel van spiritueel zien -  
projecteert het bewustzijn voorbij het ego in het Oneindige.

.....

.....

De ruggegraat is de snelweg naar het Oneindige.  
Je eigen lichaam is de tempel van God.  
Binnen in je eigen zelf moet God worden beseft.  
Wat voor pelgrimsplaatsen je uiterlijk ook bezoekt  
en wat voor uiterlijke rituelen je ook uitvoert,  
de uiterste "pelgrimstocht" moet van binnen zijn.

.....

.....

Hoe moet je God liefhebben?

Heb Hem lief zoals de vrek van geld houdt,

zoals de drenkeling naar adem verlangt,

zoals de zwerver in de woestijn naar water hunkert.

Heb Hem lief met de eerste liefde van ware geliefden.

Als je geleerd hebt Hem met je hele hart lief te hebben,  
zul je Hem ten volle kennen.

Dan ben je een Yogi - iemand die één is met God.

.....

.....

Een kamer kan duizenden jaren in het duister zijn gehuld,  
maar als er een licht binnen gebracht wordt,  
verdwijnt de duisternis op hetzelfde ogenblik.

Zo is het ook met zonde.

Je kunt de zonde net zo min uit je geest verdrijven,

als je duisternis met een stok uit een kamer kunt slaan.

Door je te concentreren op de waan, op de zonde,

kun je eigenlijk alleen de greep ervan op je geest vergroten.

Maar breng je door diepe meditatie en devotie

het licht van God binnen,

dan lost de duisternis op alsof hij er nooit was geweest.

.....

.....

Zo zal het ook zijn als je de zwarte sluier van onwetendheid wegtrekt  
die nu je ziel verbergt.

Je zult weer de onveranderlijke schoonheid zien,

van je eigen goddelijke aard.

.....

.....

Gedachten hebben de kracht om vaste vorm aan te nemen.

Pas op dat je niet door angst juist de omstandigheden aantrekt waar je  
bang voor bent.

.....

.....

Identificeer je nooit met de dwalingen die je hebt begaan.

Je bent Gods kind.

Eis je eeuwige verwantschap met Hem op.

.....

.....

De ergste zonde is jezelf een zondaar te noemen.

Want alleen al met die gedachte,

open je de deur en nodig je werkelijk zonde uit,

om je geest binnen te komen.



Raja-yoga is een systeem van meditatietechnieken,  
dat ertoe dient om het menselijke bewustzijn  
in overeenstemming te brengen met het goddelijke bewustzijn.

Yoga is zowel een kunst als een wetenschap.  
Het is een wetenschap omdat het praktische methoden biedt,  
om lichaam en geest te beheersen  
en daardoor diepe meditatie mogelijk maakt.  
En het is een kunst,  
want als het niet intuïtief en sensitief beoefend wordt,  
geeft het alleen oppervlakkige resultaten.  
Yoga is geen geloofssysteem.

.....

.....

De persoonlijkheid is als een dicht bos,  
waarachter het prachtige wijde land ligt dat God u beloofd heeft.  
Om Hem te bereiken,  
moet u op de een of andere manier uit het bos komen,  
en geen tijd verliezen met het onderzoeken van de talloze paden.  
Mensen hebben geen idee hoe ze uit hun mentale bos moeten komen.  
Ieder pad dat ze proberen,  
eindigt in de verwarring van dicht struikgewas,  
of brengt hen weer terug waar ze begonnen zijn.  
Uiteindelijk dringt het tot hen door dat ze verdwaald zijn.

.....

.....

De Heer Zelf wekt via de goeroe  
de vrome uit zijn eeuwenoude slaap van waan.

....

.....

Degenen die zich bij ons voegen  
op dit pad van zelfverwerkelijking,  
zijn niet verbonden aan een of andere drukpers,  
maar met een directe lijn van meesters die God hebben verwerkelijkt.  
Via hen belicht God Zelf dit werk.  
Allen die het oprecht en met devotie volgen,  
zullen tot Hem gebracht worden.'

## Inleiding.

### Moekoena.

1 De moeder sprak op haar sterfbed.  
belangrijke woorden tot haar zoon Moekoena.  
Dit is het uur dat ik je belangrijke gebeurtenissen,  
rond je geboorte wil vertellen.  
Ik kende de weg al die voor je bestemd was,  
toen je als baby in mijn armen lag.  
We gingen samen naar het huis van Lahiri Mahasaya,  
mijn goeroe in Benares (India).  
Lahiri zei mij dat je later een Yogi zou zijn  
en vele mensen tot God zult brengen.

2 Later was ik er getuige van hoe je heel stil op je bed zat,  
met een verlicht gezichtje en een staalharde stem,  
die zei dat je naar de Himalaya zou gaan om God te zoeken.  
Zo kwam ik, je moeder, al vroeg in je leven te weten,  
dat jouw weg ver van het wereldse verlangen zou liggen.

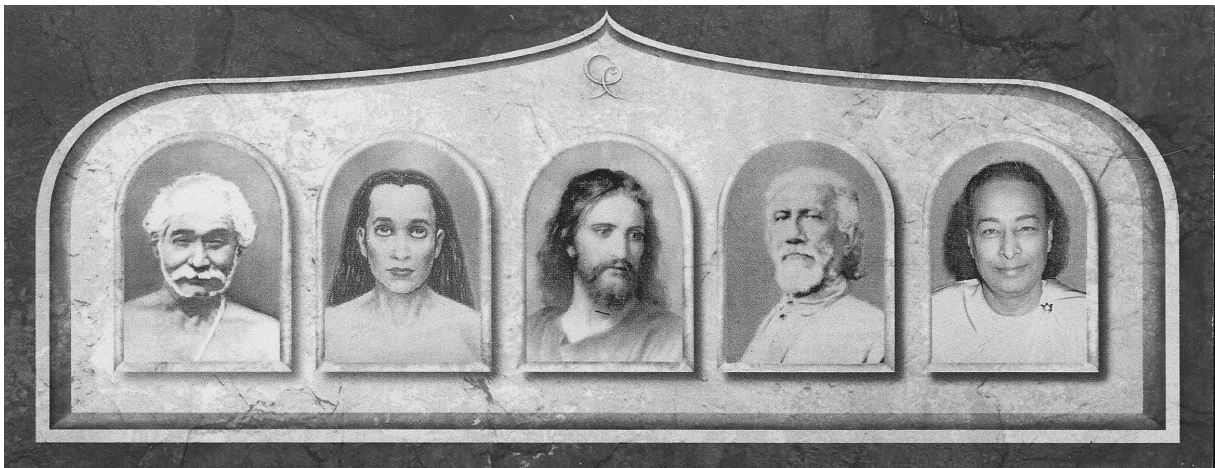
Zo begon Moekoena zijn leven  
en later ontwikkelde hij zich tot Paramahansa Yogananda.  
Paramahansa dode het ego van Yogananda in zichzelf  
en was constant met God verbonden.

Yogananda brengt belangrijke kennis voor mensen,  
en speelt een rol in de ontwikkeling van het bewustzijn,  
van onze wereld.

# De rol van Paramahansa Yogananda.

Paramahansa is een titel die een Yogi,  
in een bepaald stadium van ontwikkeling toegekend kan krijgen.

1 Jezus Christus vroeg Babaji,  
de Oosterse wijsheid over de ziel naar het westen te brengen.  
En om de vergeten Yogatechnieken,  
die lang geleden al bekend waren op aarde opnieuw te introduceren,  
om het geestelijk peil van de mensheid te verhogen.  
Belangrijke meesters die hier aan werken:  
van links naar rechts Lahiri Mahasaya, Babaji, Jezus, Sri Yoekteswar en  
Yogananda; een directe lijn van meesters die God hebben  
verwerkelijkt. Via hen belicht God Zelf dit werk.  
Allen die het oprecht en met devotie volgen,  
zullen tot God gebracht worden.



De Kriya Yoga-techniek helpt mensen bij het verhogen van hun  
geestelijk peil.

Het is een weg die je kiest om jezelf te ontwikkelen.

De weg van Kriya Yoga staat bekend als een snelle weg,

omdat het meehelpt allerlei fouten (of zonden),

die in het verleden gemaakt zijn weg te wassen.

Ieder mens heeft vele levens achter zich liggen,

waarin ook van alles mis is gegaan.

Met Kriya Yoga kun je hier iets aan doen,

en je eigen geestelijk peil verhogen.

Op dit punt in de ontwikkeling van de mensheid wordt er een begin gemaakt met het verbinden van de ontwikkeling van het Oosten met de ontwikkeling van het Westen.

Hierdoor leert het Oosten van het Westen en het Westen van het Oosten. Door de kennis te gaan delen ontstaat er een snellere verhoging van het geestelijk peil op aarde.

Hierdoor kan de mensheid zich verder ontwikkelen, zodat er minder lijden op de weg van de mensheid komt.

Kennis is belangrijk en dit geldt zeker voor geestelijke ontwikkeling.

2 Als je ronddoelt in een donkere kamer op zoek naar de uitgang en je zoekt en zoekt en zoekt en zoekt.....

Dan is het misschien wel handig om het licht aan te doen, om te kijken waar je eruit kunt.

Dan is iets eenvoudigs als het lichtknopje aanzetten ineens heel belangrijke kennis geworden.

Je geest heeft een ander soort lichtknopje;

het is een knopje dat door zelfwerkzaamheid, geleidelijk aan duisternis en slecht karma uit je geest verdrijft.

Om dit knopje te vinden moet je actief op zoek gaan naar Kriya Yoga.

Dan kun je weer een stapje verder in de eigen geestelijke evolutie.

**Het is interessant om de wijsheden van Yogananda te lezen, ze verwoorden op moderne wijze eeuwige geestelijke waarheden:**

3 Zelfverwerkelijking,

is het besef in alle delen van lichaam, geest en ziel,

dat je nu het Koninkrijk Gods bezit;

dat je niet hoeft te bidden dat het bij je komt;

maar dat Gods alomtegenwoordigheid

jouw alomtegenwoordigheid is

en dat alles wat je nog hoeft te doen,

het uitbreiden van dit besef is.

4 Je geest is als een vogel,  
die jarenlang in een kooi opgesloten is geweest.  
Hij vreest de vrijheid.  
Toch is vrijheid zijn geboorterecht.  
Iemand doet het deurtje open om de vogel eruit te laten.  
Hij hipt misschien een eindje naar buiten,  
maar dan denkt hij plotseling:  
"O, die enorme wereld!"  
Doodsbang hipt hij snel zijn kooi weer in.  
Dan raakt de vogel er door herhaalde uitstapjes geleidelijk aan  
gewend om buiten zijn kooi te zijn,  
totdat hij ten langen leste op een dag zijn vleugels spreidt  
en opstijgt in de lucht, eindelijk vrij!  
En waarom is hij vrij?  
Heel eenvoudig,  
omdat hij eindelijk de vrijheid aanvaard heeft,  
als zijn natuurlijke toestand.  
Zo is het ook met de volgeling,  
als hij voor het eerst de vrijheid van de ziel ervaart.  
Maar denk eraan,  
zo natuurlijk als het voor de vogel is,  
om de hemel tegemoet te vliegen,  
zo natuurlijk is het voor de ziel,  
om in alomtegenwoordigheid omhoog te stijgen.

Paramahansa Yogananda.

# 1 Hebzucht en materialisme.

1 De ziel kan zijn verloren geluk niet vinden in materiële dingen, omdat dat geluk namaak is.

Omdat hij in werkelijkheid het geluk met de innerlijke Goddelijke gelukzaligheid kwijt is. Dus hoopt de mens zijn behoefte te bevredigen in het pseudo-genot van de zintuigen.

Maar op dieper niveau blijft hij zich bewust van zijn vroegere hemelse toestand in God.

Ware bevrediging ontgaat hem, want wat hij zoekt is zijn verloren geluk in de Heer.

2 Een gemeentelid vraagt:

'Als ik geen verlangens had,

zou ik dan niet alle motivatie verliezen?

Zou ik niet een soort menselijke automaat worden?'

'Oh dat denken veel mensen', antwoordde Yogananda.

'Ze denken dat ze geen belangstelling meer zouden hebben voor het leven. Maar dat gebeurt helemaal niet.

In plaats daarvan zou je alles in het leven, oneindig veel interessanter vinden.

Denk eens aan het negatieve aspect van verlangen.

Het houdt je altijd angstig.

"Wat als dit gebeurt?" denk je. "Wat als dat niet gebeurt?"

Je leeft in een toestand van bezorgdheid voor de toekomst of van spijt over het verleden.

Ongehechtheid daarentegen zorgt ervoor, dat je voortdurend in een toestand van innerlijke vrijheid en geluk kunt leven.

Als je gelukkig kunt zijn in het heden, dan heb je God.

Vrij zijn van verlangen berooft je niet van motivatie.

Verre van dat!

Hoe meer je in God leeft,

hoe meer vreugde je ervaart in Hem dienen.

## 3 Ach blindheid!

Hoe lang ga je nog door,

alvorens je lijdend aan verzadiging, verveling en walging,

op zoek gaat naar innerlijke vreugde,

die de enige ware vreugde is.

4 Een baby huilt om een speeltje, tot hij het krijgt.  
Dan huilt hij om iets anders.  
Is dat niet de weg van de wereldse man,  
in zijn jacht naar geluk?  
Zodra hij iets krijgt, verliest het zijn belangstelling  
en gaat hij op jacht naar iets nieuws.  
Niets ter wereld maakt hem tevreden en gelukkig.

5 Ik heb eens een tekenfilm gezien van een hond,  
die voor een kleine, maar hoog beladen kar was gespannen.  
De eigenaar had een manier bedacht,  
om de hond de kar te laten trekken.  
Hij hield de hond met een lange stok, die aan de kar vast zat,  
een lekkere worst voor.  
De hond probeerde tevergeefs de worst te pakken te krijgen  
en had zodoende nauwelijks in de gaten,  
dat hij zo'n zware kar aan het trekken was.

Hoeveel zakenmensen zijn niet net zo?  
Ze denken alleen maar aan meer geld verdienen  
en dan pas uiteindelijk geluk te vinden.  
De worst van geluk blijft echter steeds buiten bereik,  
Maar kijk eens,  
wat een kar met narigheid ze achter zich aan trekken,  
terwijl ze zich inspannen om geluk te bereiken.

6 Bezit van materiële rijkdom zonder innerlijke vrede is,  
als van de dorst sterven terwijl je in een meer zwemt.  
Als materiële armoede moet worden vermeden,  
dan moet geestelijke armoede zelfs worden verafschuwd.  
Want geestelijke (spirituele) armoede en niet materieel gebrek,  
is de kern van alle menselijk lijden.

7 Mensen beseffen niet dat de ware prijs van luxe,  
een steeds toenemende verspilling is van zenuw- en hersen-energie.  
Materialisten raken zo in beslag genomen door geld verdienen,  
dat ze niet genoeg kunnen ontspannen,  
om van hun verworven gemakken te kunnen genieten.  
Wat is het moderne leven onbevredigend!  
Kijk maar eens naar de mensen om je heen.  
Vraag je af zijn ze gelukkig?  
Zie de verdrietige uitdrukking op zoveel gezichten.

Zie de leegte in hun ogen.  
Een materialistisch leven verlokt de mens met glimlachjes  
en schijnbare zekerheden,  
maar het is alleen hierin consequent:  
het zal uiteindelijk al zijn beloften breken!

8 Een man die Paramahansa Yogananda in New York ontmoette,  
klaagde tegen hem:  
Ik kan mezelf nooit vergeven,  
dat ik er vijfendertig jaar over heb gedaan,  
om mijn eerste miljoen dollar bij elkaar te krijgen!  
De meester informeerde “bent u nog niet tevreden?”.  
Bij lange na niet klaagde de zakenman,  
want een vriend van me heeft veel meer verdiend.  
En nu ben ik pas gelukkig als ik 40 miljoen heb verdiend.  
Deze man kreeg een zenuwinstorting en overleed.  
Dat is de vrucht van overdreven wereldse ambitie.

9 De materialistische wetenschapper  
gebruikt de krachten van de natuur,  
om het leven van de mens makkelijker en comfortabeler te maken.  
De spirituele wetenschapper gebruikt geestkracht om de ziel te  
verlichten.  
Geestkracht toont de mens de weg naar innerlijk geluk,  
dat hem immuun maakt voor uiterlijke ongemakken.

Wie van de twee typen wetenschappers bewijst,  
denk je, de grootste dienst?  
De spirituele wetenschapper toch zeker!