

# LALLA.

## WOORD VOORAF

Na vroeger een en ander over de begijnen en de begijnenmystiek geschreven te hebben is het nu hoog tijd om iets over oosterse mystiek neer te pennen. Aangezien ik het toch een zwak voor de vrouwen heb, zal het dus terug over een dame gaan, nl. *Lalla* mystica en dichteres uit het Kasjmir van de 14 eeuw, je zou kunnen zeggen de Hadewijch van Kasjmir, die haar mystieke beleving in gedichten en liederen neerschreef en die zoals haar Vlaamse evenknie niet alleen als mystica gekend is, maar ook een referentie is in de literatuur, met name de Kasjmiri literatuur.

Ik kon deze tekst schrijven dank zij het boekje "Lalla", Chants mystiques du tantrisme cachemirien" en de grondige studie van Jean Bouchart D'Orval: "Reflets de la Splendeur, Le shivaïsme tantrique du Cachemire" en verdere informatie op het internet (o.a. [www.poetseers.org/spiritual-and-devotional-poets/sufi-poets/lalla/](http://www.poetseers.org/spiritual-and-devotional-poets/sufi-poets/lalla/) en [www.poetry-chaikhana.com/poets/L/Lalla/](http://www.poetry-chaikhana.com/poets/L/Lalla/)). De duiding en de vertaling (komende van andere vertalingen) van de gedichten zijn mijn persoonlijke interpretatie van de dichtwerken. Beschouw dit werk niet als een literatuurstudie noch als een kritische filosofische studie, noch als een middel om wie maar ook te overtuigen, maar als een lichtbaken in de zoektocht naar het Zelf.

*Al mocht ik de wolken verjagen,  
Al mocht ik de zee droog leggen,  
Al mocht ik de ongeneesbare zieke genezen,  
Dan nog kan ik geen zot overtuigen.*

## 1) LEVEN

*Lalla*, ook *Lalesvārī* of *Lal Ded*, grootmoeder Lal genoemd, zou rond 1320 geboren zijn in een brahmaanse familie in Kasjmir, waar de verering van *Śiva* hoog aangeschreven stond. Zij zou er voor een middeleeuwse vrouw een behoorlijk vrije opvoeding gekend hebben. Het Kasjmiri *śaivism* (het shivaïsme van Kasjmir) aanzag de vrouw als de gelijke van de man, waarbij de vrouw van het zelfde onderwijs als de man kon genieten. De Kasjmiri bezongen de vrijheid van de vrouw die als *Śakti* aanzien werd, zonder de welke *Śiva* niets kon ondernemen. Immers *Śiva* en *Śakti* zijn complementair, waarbij de ene niet zonder het ander kan bestaan. Zo ook kan de man niet zonder de vrouw bestaan en de vrouw niet zonder man.

Onder invloed van een *guru* ontwaakten haar spirituele verlangens vrij vroeg. Helaas kwam aan die mooie tijd van de verheelijking van de vrouw vrij vroeg een einde toen *Lalla* op zeer jong leeftijd, men zegt dat zij toen 11 jaar was, uitgehuwelijkt werd aan een brahmaanse man die haar samen met zijn moeder slecht behandelde.

*Blijf heel geduldig bij blikseminslag en donder.*

*Blijf geduldig bij duisternis op het middaguur.*

*Wees geduldig als je door de malende molen moet.*

*Eerbiedwaardige, wees gelukkig: Hij zal zelf naar je toekomen.*

Ook Hadewijch moest de bitterheid proeven vooraleer alles met alles kon verenigd worden, zoals zij schrijft in haar 16e lied:

*Hoe ic werde verquolen* (wat ik ook te verduren had)

*Dat minne mi hevet bevolen* (toevertrouwd)

*Dat blijft sonder verlaat.* (onwederroepelijk)

Tijdens haar ongelukkig huwelijk trok *Lalla* er vaak alleen op uit naar het heiligdom van *Śiva*, naar men zegt gezeten op een sneeuwluipaard. Op zekere dag ziet haar man haar zitten op die sneeuwluipaard en hij

wil het dier pakken bij zijn staart. Daarbij geraakt hij verwond en sterft hij. Zo krijgt *Lalla* terug de vrijheid. Zij verlangt intens naar meer onderricht, maar haar *guru Śrikantha* weigert haar verder te onderwijzen. Zij is de wanhoop nabij en om hem ertoe te bewegen haar toch te onderwijzen, komt zij in zijn woning en schijnt op een afbeelding van *Śiva*. Er is alom verontwaardiging en haar *guru* vraagt haar om uitleg. Zij antwoordt eenvoudigweg: ‘Ik heb u horen zeggen dat *Śiva* overal is, er is dus geen onderscheid tussen een steen die hem voorstelt en een stuk braakliggend land waarop je je behoefte doet.’ Van dan af aan zal *Śrikantha* zich bezig houden met zijn jonge leerlinge. Zij moest wel nog geduldig wachten voor haar zwijgende meester en werd wanhopig.

*De knoop van mijn draagzak is los gekomen.*

*De kruik met honing is gebarsten.*

*Hoe kan ik dat verdragen?*

*Het stilzwijgend onderricht van mijn guru bezorgde mij doodsangsten.*

*Ik heb verloren wat ik liefkoosde.*

*Mijn kudde heeft geen herder meer.*

*Hoe kan ik overleven?*

Enkele jaren later kreeg zij onderricht van ‘hart tot hart’: (*śaktipāta*, waarbij de "genade" van groter belang is dan de inspanning van de leerling) ‘Keer je zoektocht om, richt je blik niet meer naar buiten, maar vestig hem op het Zelf.’

Zij ging op zoek naar verlichting, naar de ontmoeting met de Allerhoogste en bereikte de zelfrealisatie. Van dan af noemt men haar: *digambara*: gekleed met lucht, in de niet-dualiteit. Zij begint naakt rond te zwerven, zo zegt de overlevering, als een yogini (een der vrouwelijke godheden die een vorm zijn van *Durgā*), bedekt met as, terwijl zij de *sādhana* in praktijk brengt die haar *guru* haar onderwezen had.

Zij verzamelde algauw een menigte rond zich en bezong in mystieke poëzie, die in Kasjmir *vakhs* genoemd worden, haar liefde en haar zoektocht naar de Allerhoogste, de niet te noemen Werkelijkheid, *Śiva* genaamd. Zij stierf op miraculeuze wijze op de leeftijd van 71 jaar, rond 1390. Men zegt dat een vlam uit haar hart schoot, haar lichaam ontvlamde en zij opbrandde als een toorts en er bleef niets meer over.

Er zijn weinig verifieerbare historische gegevens over *Lalla*. In de officiële teksten en annalen komt zij niet voor, maar mirakelverhalen en legendes zijn er bij overvloed. Vergelijk het maar met de geschiedenis van vele van de katholieke heiligen. Zij liet geen geschriften na, enkel de mondeling overgeleverde gedichten en liederen hebben de geschiedenis overleefd. Pas in de 18<sup>e</sup> eeuw wordt zij voor het eerst door de islamitische geschiedschrijvers vermeld. De soefi meester sjeik Nuruddin Vali beschouwt haar als een avatar, een goddelijke incarnatie. Zowel sikhs, muzelmannen als hindoes zingen nog altijd tot op vandaag haar vurige liederen.

## 2) DE TIJDSGEEST

*Lalla* is geboren in de herfsttijd van het Kasjmiri *śaivismē*, wanneer het haar laatste hoogdagen telde. Een mystieke islam die sterk beïnvloed was door het *Mahāyāna* boeddhisme, dat reeds verdwenen was, deed toen zijn intrede.

Je kan het *śaivismē* beschouwen als een onderdeel van het hindoeïsme. Maar je moet wel opletten met de term “Hindoeïsme” want dat is een Westers begrip dat ontstond bij de Britse heersers. In India spreekt men van *Sanātana Dharma*, de eeuwige spirituele traditie. Daartoe behoren de shivaïsten of *śaivas*, vishnouïsten of *vaiśnavas*, de boeddhisten met hun verschillende scholen, de jains en alle andere stromingen die onder de noemer van *Sanātana Dharma* vallen en die meer een manier van leven zijn dan een strikte georganiseerde godsdienst zoals de Westerse monotheïstische godsdiensten. Het is dan heel gewoon dat de grote meesters van het niet dualistisch Kasjmiri *śaivismē* de boeddhistische teksten geleerd hebben bij een boeddhistisch leermeester. Niettegenstaande de verschillende invloeden blijft de kern van de *Sanātana Dharma* dat de menselijke natuur goddelijk is. **De Waarheid**, die in de brahmaanse tradities *Brahman* genoemd wordt of *Śiva* bij de *śaivas*, is de ene en zelfde waarheid voor alle wezens.

Het *śaivismē* zou zich naast de *veda*'s ontwikkeld hebben, in een ver verleden vóór onze tijdrekening. Daarbij was *Śiva* niet zo maar een der drie goddelijke personen van het populaire hindoeïsme, *Brahma*, *Viśnu* en *Śiva*, maar in het oude *śaivismē* en in het niet dualistisch Kasjmiri *śaivismē* is hij de Werkelijkheid zonder ander, de ondeelbare Volheid, de Schittering zelf. Kenmerkend is dat wanneer men over het Kasjmiri *śaivismē* spreekt, men het steeds over **licht** heeft. Zo spreekt *Abhinavagupta* in zijn *Tantrāloka* over *Śiva* als volgt: "De opperste werkelijkheid van het kenbare is *Śiva*, het **zuiver bewuste**

**Licht.** Hetgeen geen bewust Licht is, kan zich niet manifesteren noch een wezenlijk bestaan hebben."

*Wie kan verhinderen dat het water bevriest bij vorst?  
Wie kan de wind in zijn vingers vasthouden?  
Alleen diegene die de zintuigen beheerst  
kan het Licht zien in het diepste van zichzelf.*

Moslim invasies in de XIIIe eeuw brachten politieke instabiliteit mee en daarmee ook een eind aan een bloeiende literaire en filosofische cultuur. Ook religieus was het een periode van grote veranderingen: de spirituele activiteit van het *śaivism*e in Kasjmir viel grotendeels stil tot op de dag van vandaag waar men van een zekere heropbloei kan spreken met Swami *Lakṣman Jo* (1907-1991) en zijn leerlingen.

### 3) KASJMIRI *Śaivismē*

Natuurlijk zal de eigen religieuze traditie tijdens het leven van *Lalla*, het Kasjmiri *Śaivismē* een grote impact hebben gehad op haar spiritueel zoeken. Het Kasjmiri *Śaivismē* is een tantrische stroming binnen het hindoeïsme, ontstaan in de 8<sup>e</sup> eeuw in Kasjmir en die *Śiva* als de hoogste Werkelijkheid erkent. Het tantrisme is, naast de basis van de Veda's (de oudste hindoeïstische religieuze geschriften) ook gebaseerd op eeuwenoude openbaringen *śruti's* (openbaring): de 'tantra's'. Het onderscheidt zich en zet zich af tegen het vedantisme voor wie het ondermaanse illusie (*māyā*) is en dat vaak wereldvlucht predikt. De grondlegger of theoretische stichter van het Kasjmiri *Śaivismē* is *Vasugupta* (9<sup>e</sup> eeuw) aan wie de *Śivasutra's* werden geopenbaard. In de 10<sup>e</sup>-11<sup>e</sup> eeuw zal de grote filosoof-mysticus *Abhinavagupta* alle aspecten ontwikkelen en het Kasjmiri *Śaivismē* tot grote bloei brengen.

***Abhinavagupta***: leefde tussen de Xe en XIe eeuw. Hij gaf een overzicht van de verschillende spirituele tradities van zijn tijd en gaf er scherpzinnige commentaren op. Hij schreef 48 boeken, waaronder over de verschillende Kasjmiri scholen, *krama*, *trika*, *spanda* en ***Pratyabhijñā*** (spontane herkenning van het Zelf in het gemanifesteerde), een werk over de *śaiva* mysticus *Utpala*, en een commentaar op de ***Bhagavad Gītā***. Zijn meesterwerk is ***Tantrāloka*** (= licht op *tantra*), die hij op aanraden van zijn *guru* schreef, het geeft een synthese van de ***Trika*** traditie of de niet dualistische stromingen.

#### 4) TRIKA

Het niet dualistisch Kasjmiri *Śaivismē* wordt ook *Trika* genoemd wat drie-eenheid of drievoud betekent.

Er is het goddelijk principe: *ParamaŚiva*, de ultieme werkelijkheid. Dit principe omvat als eerste moment *Śiva*, dit is volledig transcendent, zuiver Bewustzijn, **puur Licht**, onveranderlijk, niet te noemen, niet te kennen, alleen mystiek te ervaren. Uit *Śiva* ontspringt dan als tweede moment *Śakti* of de goddelijke Energie, dynamiek, door wie *Śiva* zich manifesteert en bij hun vereniging als een waterval uitstroomt in al wat is: de gemanifesteerde werkelijkheid als derde moment. De ervaarbare wereld is dus geen negatieve illusie, maar het creatieve spel (*līlā*) van *Śiva* die ervan geniet zich open te vouwen, uit te spreiden, te vibreren (*spanda*) in al wat is, in het vele, maar die ook alles opnieuw telkens naar zich wil toetrekken, wil laten terugkeren, weer één maken. Alles is dus voortdurende wording: *Śiva*, het Licht, verduistert zich in zijn schepping en toont zich in genade aan wie hem zoekt. Het spiritueel doel van de mens is zich dan ook bewust te worden dat hij zich niet mag verliezen in manifestaties. In alles en door alles heen zoekt hij *Śiva*'s Licht en op die wijze toont *Śiva* zich aan hem. Zo ervaart de mens de eenheid tussen zijn individueel bewustzijn en het zuiver Bewustzijn van *Śiva*.

*Wanneer je de Eenheid echt begrijpt, ben je zelf nergens meer.*

*Door de Eenheid werd ik herleid tot niets.*

*Al is Hij de Ene, de Enige, ik heb de oorlog van de twee gekend.*

*Maar Hij is het de Vormloze, die de vormen vervaardigt.*

Het Ene drukt zich uit in het vele.

*Ik, Lalla, ik trad binnen, door de deur van de tuin van mijn hart.*

*O vreugde! Ik zag Śiva en Śakti één geworden.*

*Dáár verzwolg ik, in het meer van de zoetheid.*

*Ik leef, maar voortaan ben ik dood voor de wereld, voor niets bevreesd.*

Merkwaardig is dat ook de begijnen spreken van hun hofje als symbool van de Minne.



Deze bewustwording kan via verschillende wegen bereikt worden: yoga, ademhalingsbeheersing, mantra's, contemplatie van de verhouding *Śiva-Śakti*, lichaamshoudingen enz. De teksten leggen er evenwel de nadruk op dat de bevrijding van de mens meer een zaak is van onderscheidingsvermogen en juiste kennis dan van oefeningen, technieken en ascese.

*Woord, Gedacht, Kula en Akula, stop met hier te zijn!  
Noch stilte, noch yoga houdingen brengen iets op.  
Noch Śiva, noch Śakti blijven hier.  
Het enige wat blijft is Dat. Dit is de les.*

Die bevrijding hangt uiteindelijk af van de genade van *Śiva* zelf en behoort dus ook tot het spel, de dans van *Śiva*. Zij komt op zijn tijd, want wanneer de vrucht rijp is valt zij van zelf.

*Ik was vol verlangen.  
Ik zocht wijds tot aan de einders.  
Maar de dag dat de Waarheidslievende mij vond,  
was ik thuis.*

Binnen het Kasjmiri *Śaivism*e zijn verschillende scholen ontstaan waaronder het ***Pratyabhijñā*** (spontane herkenning van het Zelf in het gemanifesteerde), dat de nadruk legt op het hart als plaats om het licht van *Śiva* te ervaren. *Lalla* zou in deze school haar wortels hebben.

***Pratyabhijñā*** : de spontane herkenning van De Heer wordt door *Utpaladeva*, een voorloper van *Abhinavagupta*, als volgt voorgesteld: "Een jonge dame die hoorde hoe de kwaliteiten van een jonge knappe man geroemd werden, wordt verliefd op die man, zonder hem gezien te hebben. Zij is volledig gepassioneerd en lijdt er onder van hem niet te zien. Zij schrijft hem een brief in dewelke zij haar staat van verliefdheid uitlegt. Intussen ziet zij die man langs haar voorbij komen, maar zij herkent in hem niet de kwaliteiten waarvan zij had horen spreken. Hij geleeke op alle andere mannen en zij voelde geen vreugde door in zijn nabijheid te zijn. Maar van zodra men haar

aandacht vestigde op de kwaliteiten van deze jonge man, ontstond bij haar spontaan een buitengewone vreugde."

*Hij is het, die lacht, niest, hoest en geeuwt.  
Hij is het die zich baadt in de heilige waterbekkens.  
Hij is het, de asceet die naakt rondloopt, het hele jaar door.  
Hij is je zo nabij – herken hem dan!*

*Er is niet jij, er is niet ik.  
Er is niets te mediteren,  
noch voorwerp, noch methode.  
De Voortbrenger van elke actie  
verliest hier zijn identiteit!  
De blinde kan het niet grijpen,  
maar diegene wiens bewustzijn zuiver is  
versmelt in de Verhevene, van zodra hij Hem ontwaart.*

***Vijñāna-Bhairava Tantra:*** betekent: "Het onderscheiden van de opperste werkelijkheid". Het is een van de oudste teksten van de traditie van de *Kaula Trika*, een voorloper van het *Kāśmir Śaivism*. Het werk zou ontstaan zijn in het begin van onze tijdsrekening (4e eeuw ?). Het behoort tot de oude tantrische teksten en *āgama's* waarop het niet dualistisch *Kāśmir Śaivism* is ontstaan. Het gaat over 163 instructies voor de meditatie. De stijl is vrij direct en zeer beeldrijk opgesteld. De tekst is ontdaan van de tijdsgebonden religie en cultuur en is zo nog altijd actueel. Een goede vertaling is van Lilian Silburn (1908-1993). Zij was de leerlinge van swami *Lakṣman Jo* (1907-1991) de laatste grote yogi in de traditie van het Kasjmiri *Śaivism*.

## 5) VAKHS: MYSTIEKE POËZIE VAN LALLA

*Lalla* liet ons ruim 140 kwatrijnen of *vakhs* na, die haar tonen als een grote dichteres, maar die vooral getuigen van haar diepe mystieke ervaringen. Ze uit in haar dichtkunst de liefde voor *Śiva*, zonder de sentimentaliteit die anders zo eigen was aan de middeleeuwse *Bhakti*. Ze toont zich als een moeizaam zoekende, maar gevoelige en zelfstandige vrouw die uiteindelijk weet binnen te dringen in het Licht. Haar gedichten hebben een moderne opbouw, als kwatrijnen (4 regels in dubbel rijm), gesproken in het Kasjmiri, de plaatselijke taal. Eeuwenlang werden zij onveranderd mondeling overgeleverd binnen de families en in de uitwisseling tussen *guru's* en leerlingen. De verschillende collecties zijn voor het eerst schriftelijk verzameld in 1920 door George Abraham Grierson (1851-1941) die de mondelinge overleveringen aanvulde met twee manuscripten uit het Indisch instituut van Oxford en zo tot een corpus van 109 verzen kwam. Hoewel het onmogelijk is de geschiedkundige authenticiteit van elk vers afzonderlijk na te gaan, kunnen we toch grote waarde hechten aan de mondelinge traditie. *Lalla's vakhs* hebben een grote bijdrage geleverd tot de ontwikkeling van het moderne Kasjmiri en hebben ook groot aanzien binnen het geheel van de Indische literatuur en cultuur. *Lalla* wordt tot op vandaag niet alleen als mystica maar ook als een cultureel icoon beschouwd. Vergelijk maar met de geschriften van Hadewijch (XIIIe eeuw). Beiden nemen dikwijls de natuur als uitgangspunt.

*1e lied van Hadewijch:*

*Ach, al is nu de winter koud,  
kort de dagen en de nachten lang,  
er komt weldra een koene zomer,  
die ons uit die ellende zal bevrijden.  
Het nieuwe jaar laat dat al zien  
de hazelaar staat al mooi in bloei,  
dat is een duidelijk teken*

*voor jullie allen die in 't nieuwe seizoen  
om minnen blij willen zijn.*

*Lalla:*

*De dag dooft uit en de nacht komt op.*

*Het aardoppervlak gaat verloren in het uitspansel.*

*De nieuwe maan wordt opgeslorpt door een verduistering*

*en de geest zal door meditatie volledig opgeslorpt worden door de*

*Leegte binnen in.*

Het uitspansel = het bewustzijn.

## 6) DE SPIRITUELE REIS VAN *LALLA*

Zijn er weinig historische feiten bekend over *Lalla*, we krijgen door haar *Vakhs* of gedichten, een duidelijk beeld van de spirituele ontwikkeling die zij doormaakte.

Haar reis begint in penibele omstandigheden zij wordt verguisd door man en schoonmoeder. De legenden vertellen hoe zij in barre tijden berustend en onthecht omgaat met haar lijden, en hoe ze een weg zoekt tot verlossing, tot vereniging met de ultieme Werkelijkheid.

*Geduld, ik moet bliksem en onweer doorstaan  
en met moed het hoofd bieden aan de ondoordringbare duisternis  
geplet als graan tussen de molenstenen  
weet ik dat vreugde op mij wacht  
indien ik de kracht heb om deze beproevingen te doorstaan*

Te midden de vele stromingen in haar tijd en haar land zoekt zij de Ene, de ware Werkelijkheid. Daarom wil zij het wereldse achter zich laten, maar ook de sociale constructies uit haar tijd en elke religieuze formule of ritueel.

*In dit leven zoek ik noch rijkdom, noch macht.  
Ik zoek niet de geneugten.  
Een zuinig dieet volstaat mij.  
Ik weersta de stormen van tegenstand  
door in mij de gedachte aan Jou te voeden*

*Lalla* wil in dit leven komen tot een directe ervaring. Helaas meent ze niet te kunnen bogen op enige eigen spirituele verdienste ('*Hoe kan ik de veerboot betalen om de andere oever te bereiken?*'). Ze belandt in een donkere nacht vol angst en wanhoop. Ze voelt zich gehecht aan het aardse, het lichaam ('*een boot op drift*' of '*als een huis waarvan ze de ramen en deuren moet sluiten*').

*Ik sloot deuren en vensters van het Huis van mijn lichaam.  
Ik beheerste mijn ademhalingen ving de dief van mijn  
levenskracht.*

*In de intimiteit van mijn hart bond ik hem vast.  
Ik wilde hem met de roede van mijn mantra.*

Haar geest beschrijft zij als een ‘paard in galop. Zij beseft dat zij de emoties achter zich moet laten en gelijkmoedig worden. Haar eerste stap is de liefde tot Śiva.

*Het strijdros van de geest zwerft rusteloos door de ruimte.  
In één oogwenk doorkruist hij honderdduizend plaatsen.  
Een wijze weet het in te houden bij de toom van het  
Eenheidbewustzijn.  
Hij stopt de in- en uitgaande ademhaling - die twee wagenwielen.*

Af en toe ervaart zij een ogenblik van genade: van bewustzijn van diepe eenheid. Dit wordt haar motor om verder te gaan. Aan haar *guru* vraagt zij een mantra (‘geef mij een naam’) maar hij antwoordt: ‘ga jezelf binnen’.

*Mijn spirituele leraar gaf mij slechts één enkel voorschrift.  
‘Van buiten, zegt hij, ga met je aandacht steeds dieper naar  
binnen.’  
Dit werd door mij, Lalla, het Woord en het Voorschrift bij uitstek.  
Daarop ging ik, naakt en ontdaan, dansend zwerven*

Via yoga, concentratie- en ademhalingsoefeningen weet *Lalla* het fysieke en mentale verlangen te beteugelen. In een doorbraak ziet ze het goddelijk Licht in haar hart. De mystieke ervaring breekt tenslotte door als genade: het inzicht dat Śiva in haar is en overal. Alle dualiteit is verdwenen, haar eigen wezen, het kleine ‘zelf’ ervaart ze één met het kosmische Zelf, het goddelijk Bewustzijn.

*In alles en overal is Śiva.  
Ken geen hindoe en geen moslim.  
Als je helder ziet, herken dan de Eenheid in alle individuen.  
Dat is de ware godskennis.*

Ze is opgelost, versmolten in de hoogste Werkelijkheid. Haar ik-bewustzijn is uitgewist en ook Śiva en zijn energie, de Śakti worden als één ervaren. *Lalla* spreekt over de ‘Leegte’ maar het is geen negatieve leegte maar een liefdevolle openheid voor de ongeconditioneerde Werkelijkheid, waarin alles één is. Alles wordt gezien in en als het licht van Śiva: ‘sneeuw, ijs, regen, alles is water’. Dieper dan de waarneembare verschillen is er de eenheid.

*Door koude bevangen wordt water tot ijs en sneeuw  
Deze drie zaken, zo verschillend, zijn bij nader inzien niet echt  
verschillend.*

*Zij worden één door de heldere stralen van het zonlicht.  
Zo worden het bezielde, het onbezielde, de hele wereld één door  
het licht van inzicht.*

Ijs is vast en tastbaar, door de warmte wordt het sneeuw, zachter maar nog tastbaar en tenslotte water dat ontglipt door de vingers en wordt ongrijpbaar. Maar deze drie zijn allen water. Zo ook zijn er drie vormen van bewustzijn: het bezielde individu, Śiva of het niet gemanifesteerde en de hele wereld welke in het licht van het Ware Bewustzijn samen smelten in één stroming.

Die ultieme werkelijkheid laat zich niet benoemen, meten of verklaren. We kunnen het alleen als *Sat-cit-ānanda* duiden: Zijn, Bewustzijn, Zaligheid, het opperste geluk, ‘nectar’. Een diepe ervaring die alleen met metaforen kan omschreven worden en in liederen bezongen.

*Lalla* gebruikt, zoals elke mystica, de wortels, het kader, de woorden en beelden van haar eigen religie om haar diepste persoonlijke ervaring tot uiting te brengen. Zij beseft dat ze de traditie ook moet relativiseren, dat elke mystieke ervaring uniek is en toch weer universeel. Daardoor is haar boodschap een universele boodschap, boven iedere naam en vorm, boven elk ritueel. Haar boodschap toont dat bevrijding en verlichting niet te vinden is in teksten en opgelegde regels, noch sociaal, noch religieus.

*Zijn wol bedekt u en beschermt u tegen de kou.  
Het voedt zich met gras en drinkt water.  
Wie heeft u gezegd zinloze Pandits,*

*Om het vlees van een dier te offeren aan een stenen beeld om de goden gunstig te stemmen?*

*Het is gemakkelijk om de geschriften te kennen*

*Maar moeilijk om er naar te leven.*

*De zoektocht naar de Werkelijkheid is een subtiel proces.*

*Terwijl ik diep in mijzelf keek losten de laatste woorden op en ik heb het hoogste licht aanschouwd.*

*Dwaas, jij zult je weg niet vinden door te bidden uit een boek,*

*de geur van uw offerdier zal u geen aanwijzing geven,*

*richt uw aandacht op het Zelf.*

*Dat is de beste raadgeving die je kunt krijgen.*



## 7) TANTRISCHE VISIE OP HET LICHAAM

In de tantrische opvatting is het lichaam sterk verbonden met het hele universum. Het lichaam als microkosmos weerspiegelt het universum als macrokosmos. Zo boven zo beneden. Deze visie gaat terug op het vedische tijdperk (2500-500 v.C.) en is ook algemeen terug te vinden in het hele Indische denken.

In *tantra* is het lichaam een weg tot verlichting en realisatie. De geschapen wereld en dus ook het lichaam zijn immers doordrongen van de goddelijke energie. Zelfs passie en seksualiteit kunnen een weg zijn om de vitale energie te doen toenemen. Het samengaan van lichamelijke en godsverering werkt in twee richtingen. Niet alleen wordt de godheid gevisualiseerd in/met een menselijk lichaam het lichaam is vooral de plaats van de goddelijke aanwezigheid.

*In dit lichaam volbreng je zoektocht, vol verlangen,  
in dit lichaam dat niet anders is dan een naam voor de ingeboren  
Essentie.*

*Eenmaal je verlangens en illusies weg, zal de schoonheid in dit  
lichaam komen.*

*In dit lichaam rijzen heerlijkheid en licht op.*

De yogabeoefenaar voelt de hoogste Werkelijkheid écht aanwezig in geest, zintuigen, lichaam. De wereld en het lichaam worden als ‘bezield’ ervaren.

*Wanneer ik aan mijn lichaam gehecht was,  
heb ik Jou verloren.  
Ik bracht mijn dagen door met Jou te zoeken,  
Maar wanneer ik Jou in mij ontdekte  
heb ik het Zelf en Śiva verenigd  
in een trilling van vreugde.*

## 8) HET 'LICHAAM' IN DE VISIE VAN LALLA

Welke visie had *Lalla* op het lichaam? Sommigen wijzen op een vedantische wereld- en lichaamsvisie, zich baserend op een aantal *vakhs*, waarin ze duidelijk betugelend spreekt, zoals in onderstaand vers:

*O jij die een lichaam hebt, je denkt enkel maar aan dat lichaam.  
O jij die een lichaam hebt, je bent alleen maar bezorgd om het te versieren.*

*Het enige wat je doet is dit lichaam overstelpen met genoegens.  
Van dat lichaam zal nochtans niet eens een hoopje as  
overschieten.*

Anderzijds is er nergens een duidelijke promotie van een rigoureuze ascetisme, eerder het tegendeel wordt aangemoedigd, zoals in volgend vers:

*Honger en dorst maken het lichaam gespannen en behoeftig.  
Voed je lichaam zodra het honger heeft.  
Hou op met vasten en je gebed prevelen.  
Heb je broeder daadwerkelijk lief: dat is voor jou het juiste  
handelen*

Anderen wijzen op haar tantrische achtergrond en tonen dat zij via yoga en ademhalingsoefeningen tot realisatie komt en van daaruit *Śiva* overal erkent en herkent.

*Diegene die bewust is van zijn ademhaling  
wordt niet door honger of dorst gekweld.  
Diegene die deze bewuste aanwezigheid kan ervaren  
leeft in de volheid.*

*Met stilgevallen adem heb ik Hem gezien.  
De lamp schitterde en ik realiseerde het Zelf.  
Het licht stroomde in de diepte van mijn duisternis.  
Ik heb de parel van het Zelf gegrepen en stevig vastgenomen  
terwijl ik het licht uit mij liet vloeien.*

*Tantra* is harde discipline, lichaam en geest ‘temmen’ om het als openbaring van het Diepere te kunnen ervaren. *Lalla’s* waarschuwingen voor het lichaam zijn enkel een oproep tot ‘uitzuiveren’. Het lichaam is immers niet boos maar wel de klein menselijke begeerte die er maar al te vaak mee samengaan. Het komt er op aan deze kleine verlangens uit te zuiveren tot het grote Verlangen, het godsverlangen. Het lichaam als onze levenslange partner is ‘de’ plaats bij uitstek voor ons waar het Ultieme zich kan openbaren.

*Ik heb de kroes in het vuur van mijn oven geplaatst.  
Het fonkelende goud heeft geen onzuiverheden meer.  
Als een fijn laagje ijs  
ben ik gesmolten in het vuur van de liefde.  
De zon is opgekomen, en ik, Lalla,  
ik heb de zaligheid gevonden wanneer ik mij herinnerd heb  
dat ik niets anders ben dan Jouw naam.*

## 9) *LALLA* OP ZOEK NAAR HET ZELF

Vele van *Lalla's* Vakhs of kwatrijnen zijn een uiting van haar zoektocht naar het Zelf. Zij zoekt de ware natuur van de Eenheid. Wie op weg is zal zich in deze teksten herkennen. De zoektocht is immers universeel, maar uiteraard drukt *Lalla* dat uit in haar eigen woorden die gekleurd zijn door de traditie waarin zij is opgevoed, het niet dualistisch Kasjmiri *Śaivismē*.

*Ik zocht naar mijn Zelf tot ik moedeloos werd.  
Maar niemand, zo weet ik nu,  
bekomt de verborgen kennis door inspanning.  
En dan, volledig opgenomen in "Jij bent Dat"  
vond ik de wijnkelder.  
Al de kruiken waren gevuld,  
maar er was niemand om er van te drinken.*

*Met een armzalig gevlochten touw sleep ik mijn bootje voort over  
de oceaan.  
Zal de Niet Kenbare mij horen? Zal Hij mij helpen oversteken?  
Als water in drinkbekers van ongebakken klei vloeit ik weg.  
Mijn ziel is vol verwarring. Ach hoezeer verlang ik om naar huis  
terug te keren.*

*armzalig gevlochten touw: met eigen middelen  
water: dieper bewustzijn  
huis: = atman, het Zelf, beleving van de eenheid*

*Van welke streek kom ik?  
Langs welke weg?  
Waar naartoe? Langs welke weg?  
Wie kan mij leiden op de weg van de Waarheid?  
Geen enkele substantie in mijn ledige adem.*

*Wees zonder vrees, wispelturige geest  
Wat zonder begin is, is zonder einde.  
Verzorg je,  
Aanvaard dat je het ogenblik niet kent wanneer Śiva je dorst zal  
laven.*

*Wacht op de goddelijke oproep,  
Die je zal leiden naar een ander leven.*

*Duizend maal heb ik mijn guru gevraagd:  
Wat is de naam van diegene die niet gekend kan worden?  
Steeds opnieuw heb ik hem dat te vergeefs gevraagd  
Ik heb het antwoord alleen gevonden:  
De Naamloze, de Niet Kenbare,  
Is de bron van hetgeen mijn zintuigen begrijpen*

*De menselijke geest kan geen voldoening vinden,  
noch in de macht, zelfs al was het die van een koning.  
Hij kan geen voldoening vinden in het verzaken aan de wereld.  
Maar hij vindt die voldoening door zonder ophouden naar zijn  
eigen bron terug te keren.*

Voor de shivaïten ontspruit alles uit het absolute bewustzijn en bevrijdt het zichzelf door ernaar terug te keren. De yogi wordt meester in de begeleiding tot aan de bron van elk hersenspinsel, van elke emotie, van elk gevoel. Er moet dus niets opgelost worden, niets veranderd worden, niets verworpen worden, want alles helpt om deze niet ophoudende rondvaart te vervullen. Het is dit voortdurend bewustzijn die de *tantrikā* toelaat om zich te bevrijden van de starre vormen (stereotypes)

*Vergeetachtige, sta op, het is tijd om je zoektocht te beginnen.  
Open je vleugels en vliegt.  
Adem zoals de smid zijn vuur aanmaakt,  
wakkert het vuur aan dat de vorm van metaal verandert.  
Het werk van de alchemie begint aan de basis  
als je op weg bent naar je Vriend.*

Lalla is steeds onderweg op zoek naar haar plaats van oorsprong, naar de bron.

*Steeds komen wij aan.  
Steeds vertrekken wij.  
Voortdurend zijn wij dag en nacht in een beweging  
die ons altijd terug brengt naar onze plaats van oorsprong.  
Dit is een mysterie, een waarheid die je moet vasthouden.*

## 10) *PATAÑJALI* VOLGENS *LALLA*

*Lalla* is een dichteres en drukt zich als dusdanig uit. Zo kunnen sommige van haar gedichten beschouwd worden als haar uitleg bij de yoga-sutras van *Patañjali*.

***Patañjali I,12, 13, 14, 15*** over *Abhyāsa* en *Vairāgya*, niet aflatende oefening en onthechting.

*Door een niet aflatende praktijk  
werd het beperkte zelf het absolute Zelf.  
Het beperkte wezen versmolt in het totale Zijn.  
En in deze eenheid, trok de leegte zelf zich terug in de onbevleete  
Paramaśiva, het Absolute.  
Welke les voor jou, man van cultuur!  
(les voor de pandits)*

***Patañjali I, 21: samādhi:*** is zeer dichtbij bij hen wier verlangen naar *samādhi* intens sterk is.

*De Waarheid kan niet bereikt worden door zelfcontrole,  
ascetische praktijken en onthouding,  
maar door een brandend verlangen.  
Zelfs nadat je bent opgelost in deze Realiteit, als zout in water,  
is het moeilijk om te baden in het Zelf.*

*Ik, Lalla, ik stilde de liefde met het verlangen van de liefde.  
Vóór de dood stierf ik algeheel.  
Vrij van vormen in mijn diepste wezen ontplooid ik – hoevéél  
vormen niet?  
Het ik verzwolg, wat zou ik nog kunnen doen?*

***Patañjali I, 23*** over *Íśvara praṇidhāna*: totale overgave wordt door *Patañjali* beschouwd als een middel om *samādhi* te bereiken.

*Ik heb mijn geest geopend.  
Ik heb de passie van mijn hart bevrijd.*

*Ik heb mij geheel aan Hem overgeleverd.  
Dan hebben de siddha's mij herkend en schreeuwden zij het uit:  
'Glorie aan Lalla'*

***Patañjali I, 27 over Íśvara:*** Hij (*Íśvara*) wordt aangeduid door "OM"

In verscheidene verzen legt Lalla de nadruk op het gebruik van de mantra "OM".

*Hij in wiens hoogste wiel Śiva verblijf houdt,  
hij wiens uitademing samenvloeit met de mantra,  
hij verlaat zonder moeite de rondedans van de geest  
hij is zelf de goddelijke Eenheid – wie zou hij kunnen vereren?*

Het hoogste wiel is de 7e *cakra* die als mantra de "OM" klank heeft.

Via beheersing van de *prāna* en komt Lalla in het trillingsgebied van de "OM" klank en zij verlaat alle verstrooiingen (de rondedans) van de geest, of alle *vṛtti*'s, waardoor zij tot de toestand van *Yogaścitta vṛtti nirodhaḥ* komt.

*Wanneer ik mij verenigd heb met OM,  
hebben de vlammen mijn lichaam verteerd.  
Op de kruising van de wegen,  
heb ik mij begeven op de weg van de Waarheid.  
Zo heb ik, dorstig naar het licht,  
het verblijf van witgloeiend licht bereikt.*

*Bekleed je met het kleed van de kennis!  
Druk in je hart de liederen van Lalla!  
Met behulp van OM is Lalla opgenomen in haar eigen hart.  
Zij is verenigd met het licht.  
Zo heeft zij de doodsangst verjaagd.*

***Patañjali II, 3: avidyā, asmitā, rāga, dveṣa, abhiniveśa kleśaḥ:***  
onwetendheid, egoïsme, het aangetrokken worden en afgestoten worden van de objecten en het krachtig verlangen te leven zijn de oorzaken van alle ellende in het leven.

*Waarom ben je verzot op iemand, mijn Ziel,  
Wie is niet je ware liefde?  
Waarom heb je het valse voor het ware genomen?  
Waarom kan je het niet begrijpen, waarom kan je het niet  
kennen?  
Het is de onwetendheid dat je bindt aan het valse,  
aan het voortdurend draaiende wiel van geboorte en dood,  
het komende en het gaande.*

*Word je de non-dualiteit bewust en je verliest het ikbewustzijn.  
De ervaring van eenheid in diversiteit heeft alle ikbewustzijn uit  
mij weggewist.  
Maar ook al is Het één, toch blijft de spanning van de  
verscheidenheid bestaan.  
De Kleurloze verfde me in de bonte kleuren van de wereld.*

***Patañjali II, 26: viveka:*** het beoefenen van het onderscheidingsvermogen (of het besef van het Werkelijke), is het middel tot verdrijving van *avidyā*.

*Het juiste handelen, o misleide, is niet het vasten of het rituele  
eten daarna.  
Het juiste handelen, o misleide, is niet het koesteren van of het  
vertroetelen van het lichaam.  
Wat het onderricht je waarlijk leert is de ingeboren Essentie te  
onderscheiden.*

***Patañjali II, 30:*** De yama's:

*Op het podium van het theater draagt Hij tal van vermommingen  
- vind hem!  
Als je alles geduldig verdraagt, zal je het geluk ontdekken.  
Als je toorn, verlangens en vijandigheid uitroeit,  
dan zal je het gelaat van Śiva zien.*



***Patañjali II, 49-50-51:prānāyāma:*** de gecontroleerde ademhaling

*Diegene die zonder ophouden de naam van Śiva zingt,  
geconcentreerd op de stille mantra Hamsa,  
zoals de subtiële trilling van elke ademhaling,  
zelfs tijdens het dagelijkse bezig zijn,  
dag en nacht  
diegene die bevrijdt is van elke binding,  
raakt de niet-dualiteit  
en het absolute is voortdurend voldaan*

De bewuste ademhaling van de yogini wordt *Hamsa*, de zwaan, het rijdier van *Brahma*.  
Ham betekent *Śiva*, Sa de *Śakti*. beiden worden ritueel verenigd bij elke bewuste  
ademhaling van de yogi, 21.600 maal per dag. Dit is de grote stille mantra.

*Velen doen afstand van hun geliefden en hun goederen.  
Anderen zijn gaan leven in kluisen.  
Dat alles is te vergeefs zolang de geest zijn eigen verblijf niet  
heeft bereikt.  
Wees aanwezig bij de ademhaling dag en nacht.  
En blijf gewoonweg waar je bent.*

*Hij is binnenin, en toch heb ik hem lang vergeefs buiten mij  
gezocht...  
Toen heeft de subtiel geworden adem mijn innerlijke kanalen  
gezuiverd.  
In contemplatie verzonken zie ik in de wereld niets meer dan Śiva  
alleen.  
Alle vormen zijn verzwolgen in de eenheid.*

***Patañjali II, 54,55 : pratyāhāra:*** bij die zoektocht hoort men steeds de oproep: '**keer je aandacht naar binnen**'. Ik denk aan de Nederlander C.B. Zuijderhoudt, die in zijn boek : "Meester Eckharts Mystiek in de praktijk" beschrijft hoe hij op zijn zoektocht naar het Zelf gedurende twee volle jaren geïmmerseerd heeft onder leiding van zijn leermeester, om zijn aandacht naar binnen te keren, ik zou zeggen *pratyāhāra* te beoefenen, zoals bij *Patañjali* in Hfst II, 54 en 55 beschreven: het losmaken van de zintuigen van hun objecten (v 54),

waardoor de hoogste heerschappij over de zinnen bekomen wordt (v 55). Deze moeilijke oefening, waarover weinig gesproken wordt, is een *conditio sine qua non* om tot de *antarāṅga* of inwendige *yoga* te komen.

*Hartstochtelijk verlangend ging ik Lalla, naar buiten en begon te zwerven.*

*Ik verloor mij in een eindeloze zoektocht, dag en nacht.*

*Uiteindelijk vond ik de Wijze – in mijn eigen huis!*

*Ik greep hem vast. Dat was mijn geluksster, mijn fortuinlijk ogenblik.*

*De samnyāsin gaat van tempel tot tempel*

*om diegene te zoeken die in zijn eigen hart verblijft.*

*O geest, verlies de weg niet,*

*zelfs niet nadat je onderricht gekregen hebt.*

*Het gras ziet er van ver groener uit dan het is.*

## BESLUIT

*Terwijl ik door de uitgestrektheid van het absolute reisde,  
heb ik, Lalla, lichaam en geest verloren.  
Terwijl ik mij bewust werd van het geheim van het Zelf,  
Is voor mij Lalla,  
de lotus in het slijk tot bloei gekomen.*

### *Iti Śivam*

Zo is Śiva : alles wat geschreven is en de essentie van dit script vormt, is Śiva. Alles is immers Śiva en alles vindt zijn oorsprong in Śiva en is onafscheidelijk van de natuur zelf van Śiva. Op deze manier eindigen al de geschriften van het Kasjmiri śaivisme, zo ook deze tekst.

## INHOUD

WOORD VOORAF	1
1) LEVEN	2
2) DE TIJDSGEEST	5
3) KASJMIRI <i>Śaivismē</i>	7
4) TRIKA	8
5) <i>VAKHS</i> : MYSTIEKE POËZIE VAN LALLA	11
6) DE SPIRITUELE REIS VAN <i>LALLA</i>	13
7) TANTRISCHE VISIE OP HET LICHAAM	17
8) HET 'LICHAAM' IN DE VISIE VAN <i>LALLA</i>	18
9) <i>LALLA</i> OP ZOEK NAAR HET ZELF	20
10) <i>PATAÑJALI</i> VOLGENS <i>LALLA</i>	22
BESLUIT	27
INHOUD	28