

# Over vrijheid en bevrijding: Mukti voor de zoekende mens van nu

Door Alberto Paganini

We leven in een bijzondere tijd, met ongekend snelle en intense veranderingen en transformaties. Enerzijds observeren we een grandioze toename van het oprecht zoeken naar persoonlijke ontwikkeling, vrijheid, bevrijding, vrede, geluk en bewustzijns groei. De interesse voor yoga, spiritualiteit, milieubesef, respect en voeling voor andere mensen en culturen nemen steeds toe. De huidige mens ervaart een sterke innerlijke impuls om zichzelf en anderen vrij, volledig, onafhankelijk en nieuw te mogen ervaren. Oude structuren en manieren van denken, voelen en handelen brokkelen af: ze bieden geen oplossing voor de eerlijk zoekende mens van tegenwoordig. Men zoekt op individueel en collectief vlak, met hart en ziel, naar nieuwe wegen, positieve oplossingen, herstellende en helende activiteiten en projecten.

Anderzijds getuigen we van een enorme explosie en uitbreiding van destructieve, blokkerende en negatieve krachten, met geweld en vernietiging op individueel, sociaal en ecologisch vlak. Het aantal zelfmoorden, moorden, oorlogen, aanslagen, agressieve daden en milieurampen neemt exponentieel toe.

De mens van tegenwoordig kent een ongekende en krachtige innerlijke drang naar verandering en vrijheid. Oude kerkelijke, opvoedings- of andere machtsstructuren bieden geen passend antwoord op de prangende vraag. Waarden en normen afdwingen helpt niet meer. Frustratie, mislukking en misleiding worden gevaarlijk voor mens en planeet. Positieve waarden en normen dienen nu van binnenuit organisch te groeien.

Er is dringend nood aan een nieuw bewustzijn, willen we de huidige impuls naar vrijheid en persoonlijke groei in goede, helende en heilzame banen leiden, ook voor de jonge zoekende generatie. Dit is een belangrijke taak: als mens, yogaleraar en ook als yoga federatie.

Mukti is hierbij een essentieel yogabegrip. Het betekent tegelijkertijd vrijheid, bevrijding, vrijlaten, openheid, redding en het proces van bevrijding. Het omvat een diepere kijk op het leven. Bevrijding is een innig bewustwordingsproces dat ons terug met ons ware, essentiële Zelf verbindt, het vergeten deel van onszelf dat altijd vrij geweest is en altijd vrij zal zijn.

*'Nitya mukta svabhāvan'*

*Eeuwig bevrijd zijn, is mijn ware aard,*

Het bewust contact met de innerlijke rijkdommen van het Zelf en de eeuwige 'goddelijke' kern aanwezig in ons allen wordt nu een waardevolle noodzakelijkheid, willen we in harmonie en geluk op persoonlijk, sociaal en ecologisch vlak leven en handelen: onthecht, onzelfzuchtig en voor het welzijn van het AL.

Een persoonlijke ervaring met de ware wortels van Yoga, vanuit de diepste kern van ons wezen, kan tot echte gelukbrengende vrijheid leiden.

Yoga, met zijn beoefening en filosofie, stippelt een mooi pad uit dat ons naar het hoogste doel en potentieel begeleidt. Ahimsā (geweldloosheid, liefde voor vrede, verdraagzaamheid), Satya (liefde voor de spirituele waarheidskern van elk levend wezen), en alle andere Yama's, Niyama's en stappen van het yogapad bevrijden ons van allerlei belemmeringen op de weg naar Harmonie, Waarheid, Bewustzijn en Geluk.

Laat ons holistische, diepgaande, helende en ook praktische oplossingen bieden aan al wie op zoek is naar zijn/haar heling, weg en taak (dharma) in deze wereld: jong en oud, man en vrouw, in- en uitheems, beginner en gevorderde.

