

SPIRITUELL FRIGJØRING

fra myten om spiritualitet



Av Bente Marcussen

Intervju med Sri Vast, opplyst mester i Sør-India. Hans fokus er praktisk spiritualitet og menneskets naturliggjøring.

Jeg er utdannet lektor og kroppsterapeut. For meg er min mest spennende reise veien fra hodet til hjertet.

Som pusteterapeut bruker jeg frigjørende pusting, dans og yoga i gruppeprosesser i Norge og Sinai. På min spirituelle reise har jeg ikke hatt noe ønske om å oppsøke tradisjonelle ashrammer med guruer på toppen av et hierarki og disipler som tilber sin guru.

Da jeg møtte Sri Vast på Engsbäckafestivalen i Sverige sist sommer, visste jeg at han var en annerledes mester. I hans ashram er vi alle en stor familie. Jeg har nå tilbrakt tre måneder i hans ashram. Sri Vasts lære går ut på at vi alle er likeverdige, vi er alle opplyste. Han viser oss veien ut av gamle, uhensiktsmessige roller – også guru/disippel-rolle. Hans lære inspirerer meg og hjelper meg nærmere mitt eget Selv. Jeg ser klart at jeg har kommet nærmere hjertet mitt på min livsreise, altså meg selv, på den tiden jeg har tilbrakt her.

Derfor ønsker jeg å dele Sri Vasts visdom og hans naturlige, økologiske spiritualitet gjennom dette intervjuet. Her i ashramen er det mye latter, sang, dans og glede. Vi lærer å feire hvert

øyeblikk!

Hvis noe av det du leser her inspirerer deg, har du muligheten til å møte ham i Norge nå i juni, en sjanse du ikke bør la gå fra deg!

Har du noen visjoner eller mål?

Ingen store visjoner. Kun det å hjelpe mennesker til å se sin naturlige tilstand, som er Selvets utrenede tilstand.

Heller enn å snakke om opplysning, er jeg opptatt med å feire livet ved å glede meg over hvert øyeblikk. Jeg ser meg selv mer som en "celebrator" (livsnyter) enn en lærer.

Du er naturlig Opplyst, men du har glemt det. Hindringen på veien tilbake til deg Selv er din uvitenhet.

Så din undervisning er mer en "sharing" (deling) enn en tradisjonell undervisning?

Ja! Folk som har besøkt mange ashrammer vil oppleve noe annet her. Jeg ønsker å bringe spiritualiteten ned på det praktiske planet, inn i ditt hverdagsliv. Gud er ikke atskilt, men ett med skapelsen – overalt og inne i deg. Gud er Selv, vår dypeste kjerne. Jeg ønsker å skape et tomrom hvor du kan møte Deg Selv totalt. Ditt Selv er bakenfor alle gamle mønstre og betingelser skapt av sinnet. Når du oppdager dine mønstre, kan du reflektere over dem, og velge å handle



på nye måter.

Er det nok å se disse mønstrene?

Ja, bare observer mønstrene som kommer fra din opplæring, og rollene som springer ut av disse. Når du blir oppmerksom på hvordan du spiller rollene, kan du vurdere om de gagnar eller hemmer deg. Du er da fri til å gjøre nye valg,

hoppe ut av begrensede roller. Ingen roller er gale eller riktige. Det viktige er oppmerksomheten! Total oppmerksomhet leder deg til en oppvåknet tilstand, hvor du hele tiden er fri til å foreta nye hensiktsmessige valg.

Springer alle våre mønstre ut fra vår opplæring?

Se på små barn! De er naturlige! De er frie! Etter hvert utvikler de sine mønstre fordi de blir opplært i hva de skal og ikke skal gjøre. Til og med spill for barn har en bruksanvisning, slik at de skal spille på riktig måte. Våre roller er resultatet av disse mønstrene. Du har en idé om hvordan være en ektemann, en hustru, en lærer, en mor, være maskulin, feminin osv. Disse idéene former dine roller. Måten du spiller rollene på påvirker dine følelser. Følelser kan ikke kontrolleres, de bare dukker opp. Det spiller ingen rolle om rollen er god el-



Gud er ditt Selv, og alle andres Selv. Hele vår eksistens, er Guds eksistens. Du møter Gud ved å være Gud. Være Gud betyr å være kjærlighet. Være kjærlighet betyr å respondere. For å respondere, er det nødvendig å være levende. For å være levende må du være i dette øyeblikket. Når du møter øyeblikket, erfarer du å være total. I den totaliteten erfarer du Gud.

- Sri Vast

ler dårlig. Ved å bli klar over den, vil du merke om den begrenser deg eller ikke. Da kan du velge om du vil forandre den eller spille den bevisst. Det du liker og misliker kommer fra dine mønstre. Hvis jeg f.eks. tenker ut fra en hindurolle, vil jeg antagelig mislike muslimer. Hvis jeg de-identifiserer meg med den rollen, vil mine følelser endre seg. Hvis du velger å hoppe ut av et mønster, vil de av dine venner som har det samme mønsteret mislike at du forandrer deg.

De fleste av dine venner er mer venner av dine roller enn av deg! Der- som du slutter å spille rollen, har de ikke noe å relatere seg til. Noen vil kanskje kritisere deg, andre forlate deg. Vi kommuniserer gjennom våre egoers rolle- mønstre, ikke ut fra våre Selv!

Kan du nå ditt Selv hvis du ikke elsker deg selv?

Nei! Men sannheten er at alle elsker seg selv. Det er umulig å ikke gjøre det. Du kan ikke gjenkjenne kjærlighet i en annen uten å elske deg selv. Du kjøper klær og mat til kroppen. Det er ut fra kjærlighet til deg selv. Kjærligheten er innebygget i livet selv. Ofte, når folk snakker om kjærlighet, snakker de om kjærlighetens språk heller enn selve kjærligheten. Hvis en person ikke snakker ditt språk kan han allikevel snakke. Han elsker, men uttrykker det annerledes enn du forventer det. En oversettelse behøves. Lærerens rolle er å forstå og hjelpe til med oversettelsen – hjelpe deg til å forstå kjærligheten bakenfor alle språk, erfare kjærlighet i hvert øyeblikk.

Ved å elske ditt Selv, vil du også elske andre. Ved å analysere ditt kjærlighets språk, kan du også se hvilke rollemønstre som bringer eller hindrer kjærligheten i livet ditt. Og deretter foreta nye valg.

Hva med Egoet? Skal det overvin-

nes?

Det handler om å koke mat til deg selv eller andre. Ved å koke for deg selv, er det ikke noe ego. Når du koker for andre – for å få anerkjennelse – er det en egohandling. Egoet er forbundet med sinnet. Det har en fortid og en fremtid. Et barn handler for å overleve, ikke for å være populær. Barnets handling springer ut fra øyeblikket. Sinnet og egoet er fremtidsorientert, som innebærer en fortsettelse av fortiden. Å handle innenfra, møte øyeblikket, leder til erfaring av Selvet. Det betyr å leve i en våken, meditativ tilstand, som også kalles opplysning. Du skal ikke overvinne eller droppe egoet. Bare observere og akseptere. Da vil det ikke styre livet ditt. Du vil nå Selvet!

Vesten trenger oppvåkning. I dag ønsker Østen og sørlige områder å skaffe seg Vestens materielle, stressende livsstil. Hvis Vesten våkner, vil resten av verden følge etter.

Å leve slik som barn, blir ofte betraktet som selvpoptatthet...?

Det er ikke selvpoptatthet, men Selyfullhet. Jeg underviser i Selyfullhet. Hvis du kaller det selvpoptatthet er det en god type, fordi det er den eneste måten å bli kjent med ditt Selv. Og du er ditt Selv bakenfor alle dine ideer. Ditt Selv er din innerste kjerne, din egentlige natur. Ditt Selv er uten fremtid og intensjoner, som en nyutsprunget blomst som nyter øyeblikkets glede. Dette er meditasjon. Jeg ønsker at dere skal være i meditasjon hvert øyeblikk. Noen sier at de mediterer en halv time hver dag. Det betyr at de lever i ikke-meditasjon de resterende 23,5 timene. De har lært å skille meditasjon fra livet, slik mange religioner skiller

Gud fra livet. Hvis meditasjon blir en handling, er det ikke en del av øyeblikket. Meditasjon betyr å leve totalt - delta i livet fullt ut og feire din deltagelse. Bare gjennom livsnytelse møter du Gud! Det er en misforståelse at Gud møtes i livsfornektelse, askese. Det fører kun til fortregning av følelser, samt blokkeringer i energisystemet og hemmer ditt åndedrett. Ingenting skal fornektes. Noe trenger å bli frigjort, transformert, f.eks. dine idéer, standpunkter og roller som har skapt ditt ego.

Er det dette du underviser folk som besøker ashramen din?

Ja, vi deler vår livsglede og feiring av øyeblikkene! Jeg prøver å gi dere plass til at dere møter dere selv bakenfor deres idéer og betingede læringsmønstre. Min oppgave er å skape et åpent, tomt rom, hvor Selvet kan realiseres. Dette gjør jeg uten anstrengelse og med glede. Det er dette stedets hensikt. Alt vi gjør her bidrar til å hjelpe mennesker å finne sin naturlige tilstand. Bare ved å være naturlige kan vi erfare Gud, Gud er supernaturlig. Når vi blir naturlige realiserer vi vår guddommelige natur. Vi blir som små barn som møter hvert øyeblikk betingelsesløst.

Jesus sa noe lignende – at vi må bli som barn for å komme inn i Himmelriket...

Ja, Jesus viste oss veien fra den unaturlige til den naturlige tilstand. Og han sa at Himmelriket er inni oss. Folk er opptatt med sine dramaer, som springer ut fra deres opptrene, unaturlige tilstander. Når du blir oppmerksom på det unaturlige i ditt liv får du muligheten til å bli naturlig. De gamle mønstrene fungerer ikke lenger fordi du mister de følelsemessige bånd til disse mønstrene. I din naturlige tilstand trekkes du mot det supernaturlige. Det er møtet med det uendelige – som er det Himmelriket Jesus →



refererte til.

Er det dette Opplysning handler om?

Ja, en opplyst person er en som erfarer den naturlige tilstanden konstant. Her er det ikke noen konflikter. Konflikter viser seg bare i din unaturlige tilstand, i ditt sinn, i dine mønstre.

Er det ingen lidelse i den opplyste tilstand?

Nei, lidelse er noe som skjer i sinnet. Lidelse er skapt av et fortids-/fremtidsorientert sinn. *Lidelsen* skyldes avhengighet og bindinger til 1. Det materielle, 2. Kroppen og 3. Sinnet – gjennom idéer, roller og standpunkter.

Smerte skjer i øyeblikket. Du må møte smerten – ellers vil du undertrykke den. Når du undertrykker smerte sås frøet for lidelsen. Hvis du møter og aksepterer smerten, sås et frø til din vekst. Å *akseptere* er noe annet enn å være enig i. Akseptér at denne smerten ikke tilhører *deg*, men bare skjer med en del av deg. Da blir smertens *rot* synlig – den du ønsker frigjøring fra. Frigjøring fører deg til den naturlige tilstand. Opplysning er den *selvrealiserte*, naturlige tilstand.

Det heter ikke selvutvikling, for Selvet *er* allerede utviklet. Det handler om Selvrealisering, hvor du gjenfinner Selvet og lærer å kommunisere med det.

Hvordan komme dit?

Du er naturlig Opplyst, men du har glemt det. Hindringen på veien tilbake til deg Selv er din uvitenhet. *Frigjøring fra uvitenheten* skjer når du *overgir deg*. Overgivelse er et nøkkelord mht. Selvrealisering. Du kan overgi deg til hva som helst, til et tre eller til en person. Total overgivelse er en egofri handling hvor du ikke skiller mellom deg selv og det du overgir deg til. Det du overgir, er din uvitenhet. Din uvitenhet er dine identifikasjoner, krav, sammenligninger og separasjoner. Du overgir din Jeg-tilstand. Når det skjer, identifiserer du deg ikke lenger med ditt ego, ditt sinn og heller ikke med kroppen. Da blir det ingen krav, forventninger og lidelse. Da våkner den store, indre *stillheten*. I den stillheten realiserer du ditt Selv. Du har gått over fra jeg-nivå til Selv-nivået. Du er ditt uendelige Selv.

Når du møter andre, forbinder du deg med deres Selv? Kan du se andres

smerte?

Ja, fordi når jeg hviler i mitt Selv ser jeg inn i andres Selv. Jeg møter den naturlige, glade tilstand i andre. Derfor har vi så mye moro her i ashramen! Vi feirer hver dag, hvert øyeblikk! Jeg kan også se andres smerte, konflikter og uvitenhet. Jeg kan se Gud i dere og jeg leker med den guden. Det er derfor jeg ser alle som opplyste. Jeg er ikke her for å opplyse noen, men for å hjelpe dere til å realisere dere selv. Da vil deres liv transformeres. Hvis jeg betraktet dere som uopplyste, ville jeg se dere som noe mindre enn meg, og det er ikke sannheten. Når du realiserer deg Selv, blir hele din verden opplyst. I denne verden erfarer du alt som opplyst. Opplysning er ikke noe som engang skjedde i en persons liv. Det hender hvert minutt i ditt liv.

Vil de som besøker din ashram oppleve dette?

Muligheten er der. Det er deres valg. Kom ikke hit for å bli opplyst. Kom for å erfare opplysende øyeblikk med oss. I min verden er dere alle opplyste. Kom her for å realisere Selvet og feire den realiseringen.

Da jeg var 31 år gammel hadde jeg min mest grensesprengende transcendentale erfaring i kaldt, svensk vinterlandskap.

Har du alltid hatt kontakt med din opplysthet?

Som barn hadde jeg mange overskridende

erfaringer. Jeg gikk (ut av kroppen) en time eller to. Og andre trodde det var besvimelsesanfall. Jeg kom til en fullkommen vakker verden hvor livet var totalt i harmoni med hele eksistensen, en opplevelse av enhet. Da jeg kom tilbake, var det som å våkne fra en drøm, samtidig som jeg visste at det ikke var en drøm, men erfaringer på et annet nivå. I noen år undret jeg meg over hvilke av de to verdener som var virkelig. Disse erfaringene gjorde at jeg ble spart for lidelse, for jeg visste om en eksistensform bortefor all lidelse. Jeg kunne se at andres lidelse hadde sin årsak i manglende forståelse.

Hvordan var din barndom?

I begynnelsen var min familie bekymret, men de ble vant til mine "besvimelser". Min far døde før jeg ble født. Min mor var åpen og sterk i sin oppdragelse av meg og min søster. Hun aksepterte meg som den jeg var. Jeg fikk mye omsorg og kjærlighet, ikke minst fra flere andre mødre i nabolaget som ammet meg til jeg var 8 år. Det var et landsbyfelleskap

preget av deling og omsorg. De eldste ga tid, nærvær og visdom til barna. Min mor inviterte spirituelle lærere på besøk, så jeg kunne dele mine erfaringer og spørre dem til råds. Ellers vandret jeg mye på stranden, i stillhet. Jeg likte ikke andre barns konkurrerende leker. Jeg hadde en annen livsoppfatning. Denne delte jeg med noen få utvalgte venner. Jeg hadde samlinger for disse på min veranda, og de inviterte sine foreldre. Mine ut-av-kroppen - opplevelser ble sterkere og varte lenger i 15-årsalderen. De hjalp meg til å se livet bakenfor det vanlige, et liv bortenfor alle krav og konflikter. Jeg ble oppdratt i både vedisk og kristen tradisjon. På den katolske skolen jeg gikk, klarte jeg ikke å tilpasse meg reglene. Jeg så at skolesystemet ikke støttet indre utvikling. Da jeg delte av min visdom, ble jeg straffet fysisk. Jeg husker at jeg sa: "Jeg var her for 2000 år siden og dere lærte ikke noe da". Jeg ble straffet for blasfemi. Jeg forklarte at jeg ikke var Jesus, men at vi deler den samme kristusbevisstheten, og at de nå møter denne kristusbevisstheten som 2000 år tidligere.

Gikk du i lære hos noen spirituelle lærere?

Nei, jeg var aldri en spirituell søker. Jeg var ikke enig i noen religioners lære. Jeg fikk min undervisning gjennom direkte erfaringer helt fra barndommen. Dette ga meg en praktisk visdom. Da jeg var 31 år gammel hadde jeg min mest grensesprengende transcendentale erfaring i kaldt, svensk vinterlandskap. Jeg falt sammen i snøen da jeg mediterte. Ute av kroppen så jeg hvordan hele galakser ble små og hele eksistensen begynte å puste i takt. Lykkefølelsen var total. Tilbake i kroppen rant svetten, og jeg kunne ikke bevege meg. Hun som fant meg, bar meg som om jeg var et barn, for jeg var blitt vektløs. I denne tilstanden som varte et par uker, fikk jeg alle svarene. Livets hensikter avslørte seg selv. Jeg var ett med alle levende vesener. Fortid og fremtid forsvant og eksistensen avslørte seg for meg. Livet ble uten ende, mål og alder – bare en stor stillhet. Da visste jeg at *alt er opplyst* i denne verden.

Dette er ikke det første senteret du har bygget, er det vel?

**“Don’t be a gardener but be a garden.
Don’t be a dancer but be a dance.
Don’t be a singer but be a song.
Just loose yourself into it.
You will meet God in it”
- Sri Vast**

Nei vi har holdt til her bare 3 år og senteret er under utbygging. Da jeg var 23 år gammel, startet jeg et økologisk utdanningscenter. Hit kom mange yogi'er og lærere og delte sin kunnskap. Vi til-



**Gartneren som vanner hagen,
kan være like mye i meditasjon, i
stillheten, som munken i tempelet.
Eller popartisten som er totalt i nuet
i sitt gitarspill.**

bød gratis utdanning og helseomsorg til landsbyboerne. Vi benyttet naturlig healing, urter og ayurvedisk medisin. Vi fikk økonomisk støtte fra forskjellige institusjoner. Gjennom prosjekter

og utdannelse kunne folk utforske hvordan leve i harmoni med naturen. Jeg donerte dette stedet til arbeid for handicapede da jeg flyttet hit.

Kan du fortelle mer om ditt engasjement innenfor økologisk livsstil?

Jeg kombinerer spirituell og økologisk lære og levemåte. En ny tilnærming er nødvendig. Det handler om mye mer enn å dyrke blomster, trær og grønnsaker uten kjemikalier. Det handler om å *blomstre sammen*. Det er stor forskjell på om jeg betrakter et tre som et vedprodukt til mitt forbruk, eller om jeg ser treet som et levende vesen. Hvorfor tror mennesker at naturen er ment for å tilfredsstille menneskers behov? Hvis vi blir med-eksisterende med naturen blir vi ikke bare forbrukere, og kan ikke lenger se treet som et vedstykke. Treet og jeg blir to individer som sammen erfarer livet på denne planeten. Vi har atskilt livet og laget hierarkier med idéer om høyere- og laverestående vesener. Det er en av grunnene til lidelsen på jorden. For meg dreier det seg ikke om å kultivere organisk mat, men om å kultivere organiske personer. Jeg utvider mine relasjoner til å omhandle mer enn bare mennesker. Min lære går ut på å gi et bredere perspektiv på Livet, på å gi en utvidet erfaring av eksistensen.

Ditt syn ser ut til å være i strid med det indiske kastesystemet?

Kastesystemet er et hierarki. Jeg verken støtter eller opponerer mot noe, men jeg ønsker å skape bevissthet og forståelse. Man må ha et konsept av idéer for å holde liv i et hierarki. Våre herskere sier at systemet er skapt av Gud. Det bygger på deres tolkning av karmalæren – nemlig at tidligere liv bedømmes som godt eller dårlig. Dermed fødes du inn i høyere kaste som en god fortjeneste, eller en lavere kaste som straff. Ved å skylde på fortid aksepteres det at mange blir slaver for de rike slavedriverne. Hvis Gud er dømmende, finnes ikke Gud. Gud er kjærlighet og aksept. Gud er opptatt av å feire hvert øyeblikk, og har ikke tid til å bry seg om hva som skjedde i fortiden. Mange religioner og filosofier atskiller Gud og deg. Ved å gjøre deg til menneskelig synder, skaper de seg selv til gudsrepresentanter (prester) i sitt trossystem. Deres tolkning av karmalæren

”Opplysning skjer i dette øyeblikket, i hvert steg du tar. Det er en endeløs frihet og et komplett uanstrengt levesett, en følelse av Enhet og en konstant strøm av kjærlighet.

- Sri Vast

oppretholder kastesystemet. De tjener også godt med penger på å fjerne karma fra tidligere liv.

Hva betyr karma, slik du forstår det?

Karma er ikke noe annet enn det du lærer i *dette livet*, men skapt av deg i din fortid. Hvert skritt du tar i dag, skaper karma for i morgen. Du høster som du sår. *Jeg underviser i frigjøring fra alle typer identifikasjoner*. Disse stammer fra din uvitenhet, enten du identifiserer deg med å være indisk, være norsk, eller med et fotballag. Jeg gir ingen løsning, for alle dine problemer er bygd på illusjoner. Jeg gir ikke folk nye identiteter. Jeg ber deg komme ut av enhver form for identifikasjon, så du kan frigjøres. Ved å bringe ditt Selv til ditt sansenivå kan du utvikle alle dine potensialer.

Er dette det du kaller indre yoga?

Vi er trent til å bruke sinnet og fornekte sansene. Jo mer vi kontrollerer sansene, desto mer identifiserer vi oss med sinnet. Da mister sansene evnen til å leve i øyeblikket. Religionene lærer oss kontroll. Jeg underviser i å droppe kontrollen og bruke sansene totalt. Da erfarer du sammenhengene mellom deg selv og eksistensen. Jeg kaller det *indre yoga*.

Du bruker ordet Gud. Er Gud det samme som Selvet?

Gud er ditt Selv, og alle andres Selv. Hele vår eksistens, er Guds eksistens. Du møter Gud ved å være Gud. Være Gud betyr å *være kjærlighet*. Være kjærlighet betyr å *respondere*. For å respondere, er det nødvendig å være *levende*. For å være levende må du være i dette *øyeblikket*. Når du møter øyeblikket, erfarer du å *være total*. I den totaliteten erfarer du Gud.

Hva er spiritualitet for deg?

For meg betyr det å være naturlig. Jeg har brutt ut av idéene om hvordan være spirituell. Det er ikke noe trossystem eller dogmer, bare en jordet, praktisk spiritualitet. Gartneren som vanner hagen, kan være like mye i meditasjon, i stillheten, som munken i tempelet. Eller popartisten som er totalt i nuet i sitt gitarspill. Barn er naturlig spirituelle. De kan miste eller beholde det, alt ettersom hvordan de blir oppdratt. Folk fortalte min mor at jeg var et meget spesielt barn. Jeg sa til henne at de blir narret av sitt sinn. For hvis 1 av 100 var spesielle, ville de 99 ikke være det, og separasjon ville skapes. Denne typen separasjonstenkning

fjerner spiritualiteten fra livet. Vi er *alle* spesielle. Når du blir fri fra separasjoner og sammenligninger, gjenfinner du din spiritualitet. En spirituell person er jordet og aktiv i å *være* heller enn å samle på materielle saker.



Bare ved å være naturlige kan vi erfare Gud, Gud er *supernaturlig*. Når vi blir naturlige realiserer vi vår guddommelige natur. Vi blir som små barn som møter hvert øyeblikk betingelsesløst.

Får du reaksjoner fra andre spirituelle sentre?

Det hender, for jeg lever ikke opp til folks forventninger til en spirituell lærer. Jeg er gift, til og med til en vestlig (svensk) kvinne. Jeg har to barn. Noen lærere forstår ikke min udogmatiske, praktiske spiritualitet. Andre kommer hit for å få ny inspirasjon.

Du har en formening om hva som skader og hva som beriker våre relasjoner...?

Forhold skapes mellom mann og kvinne og ikke mellom to personer, to sjeler. Våre forventninger om hvordan våre partnere skal være, er skapt av kjønnsrolleidéer. Idéen om en mann møter idéen om en kvinne. Derved former vi betingelser og krav. Der er det ikke noe møte. Ved ubetinget kjærlighet møter du Selvet til den andre, ut fra din nærhet til ditt eget Selv. Da møtes dere i *stillheten*, uten intensjoner, betingelser, krav eller bedømmelser. Da blir det ingen spenninger og konflikter. I de fleste samfunn forveksles sex, kjærlighet og avhengighet. Sex er ofte en stressdemper, en måte du kommer forbi sinnet i et øyeblikks

nyttelse. Kjærligheten overskrider sex. Vi sier at vi "fall in love". Det er ikke sant. Vi "fall in attraction (tiltrekning)". Kjærligheten kan møtes i et forhold bak-enfor sex, forelskelse, avhengighet, når to Selv møtes i totaliteten i øyeblikket. Det er den sanne, ubetingede kjærligheten. Når vi unngår å identifisere oss med egoet blir vi ikke-eksisterende. I den tilstanden oppleves total tilstedeværelse hvor separasjonen av "deg" og "meg" ikke finnes. Egentlig lengter vi alle etter det møtet, men vi er bare ikke klar over det.

Jeg nyter å være tilstede på satsang'ene du gir tre kvelder i uka. Hva er en satsang?

Sangen til *sat*. Sat betyr sannhet. Satsang er altså en deling av sannheten. Øyeblikkets undervisning kommer ikke fra sinnet, er ikke noe jeg forbereder, er ikke fra bøker. Det vakre ved satsangen er å lytte til lærerens stillhet. Der kan du møte din egen stillhet.

Du jobber også i Europa?

Ja, jeg bor delvis i Sverige og i India. I løpet av sommerhalvåret holder vi mange kurs og satsang'er i Europa. Vesten trenger oppvåkning. I dag ønsker Østen og sørlige områder å skaffe seg vestens materielle, stressende livsstil. Hvis Vesten våkner, vil resten av verden følge etter.

Denne sommeren (2005) kommer vi til Norge for første gang – i juni. •

Sri Vasts ashram er et senter for læring og transformasjon. Et harmonisk sted like ved Auroville, en stor internasjonal økolandsby i vakre naturomgivelser (5 min. med sykkel til havet). Her gis rom for å finne sin egen indre sannhet, komme nærmere sitt Selv. Dagen starter med yoga og meditasjon, og avsluttes med satsang, sang, dans, filmvisning mm.

Holistiske undervisningsprogrammer holdes, fra én måneds intensivkurs til halvårskurs. Det tilbys yogalærer-utdanning, ayurvedisk livsstilrådgivning, økologi og spiritualitet, indre yoga og naturlig helbredelse. Man kan også komme som gjest og delta i fellesskapet.

Det er mange prosjekter for å styrke lokalsamfunnene, ikke minst etter tsumanikatastrofen julen 2004. Fiskere er nå redde for å dra ut på havet igjen. Sri Vast-Center tilbyr yrkesopplæring til arbeidsløse tsunamiofre. De kjører til landsbyene med næringsstilsudd og medisiner, og driver en barnehage. Alt dette finansieres av donasjoner og senterets overskudd fra undervisningsprogrammene.

For mer informasjon besøk oss på Internet: www.vastcenter.org