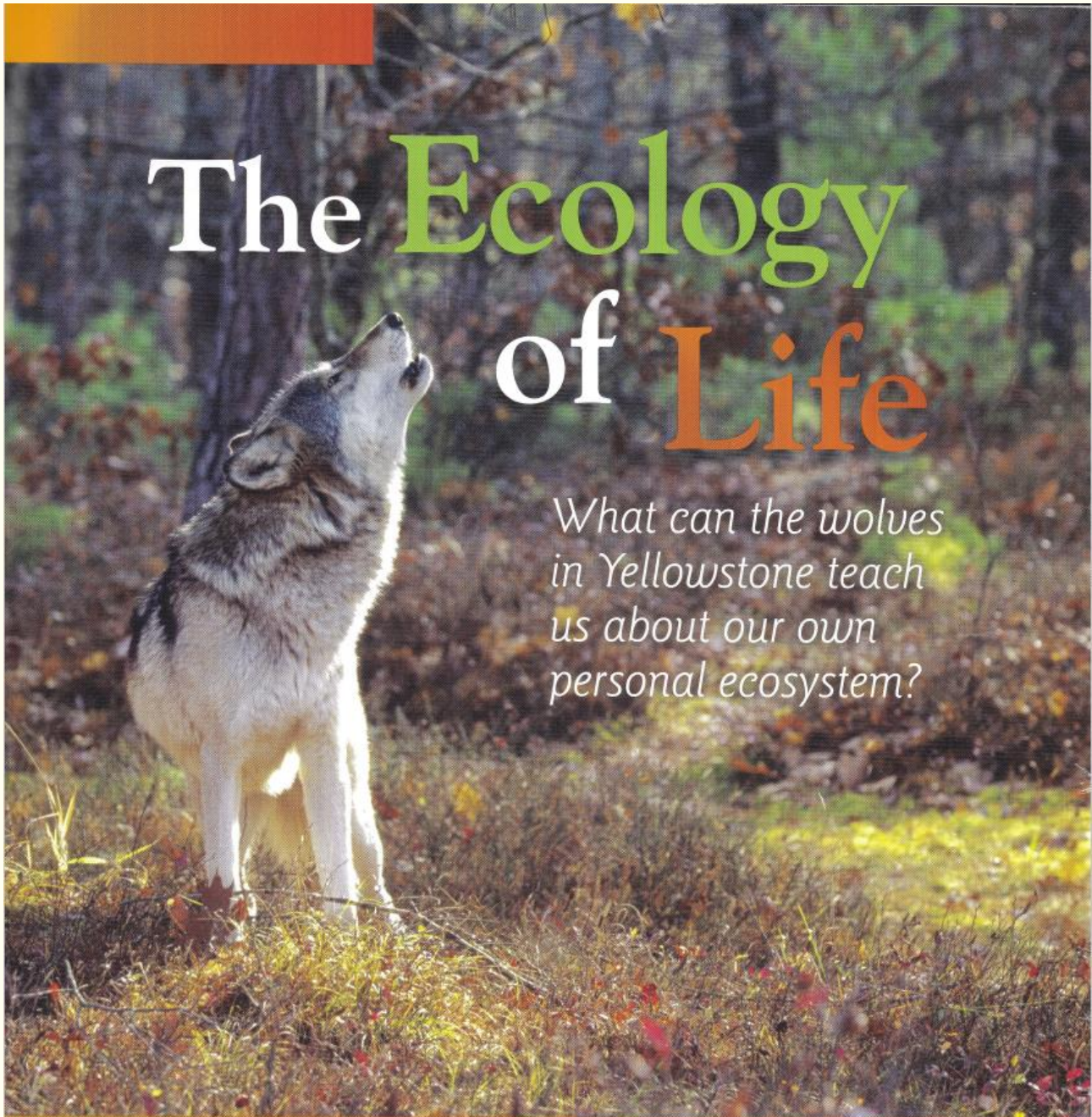


De Ecologie van het Leven

Wat kunnen de wolven van Yellowstone ons leren over ons eigen persoonlijke ecosysteem?



In zijn TED-talk, "Re-wilding the World" (De Wereld opnieuw verwilderen) besprak journalist George Monbiot trofische cascadering, een ecologisch proces waarbij de effecten van het introduceren van een nieuwe soort aan de top van een ecosysteem, hun weg vinden naar de onderste laag van dat ecosysteem.

Hij legde uit dat toen er opnieuw wolven werden losgelaten in het Yellowstone National Park in 1995, het gehele ecosysteem van het natuurgebied er op vooruitging.

De herintroductie van wolven zorgde ervoor dat de hertenpopulatie de valleien en kloven ontvluchtten, richting meer bosrijke gebieden. De herten, hadden namelijk door hun ongecontroleerde voortplanting ernstige schade toegebracht aan de lokale flora.

Door de wolven konden de lageregelegen gebieden heropleven met de terugkeer van grassen en bessen tot gevolg. Jakhalzen verdwenen, muizen, hazen, konijnen én haviken floreerden!

Bomen versterkten en hun aantal vervijfvoudigde en bevers kwamen terug. Door exponentiële groei van bomen en gras langs de oevers verminderde de kust-erosie, rivierbeddingen werden enigszins rechtgetrokken en stroomden beter. De vissen, eenden en muskusratten populaties groeide aanzienlijk. De populatie van zangvogels nam in belangrijke mate toe. Konijnen en haviken floreerden. Beren kwamen terug in het park.....

Dit alles was het gevolg van het verschijnen van de wolf in het gebied!

Monbiot's data zijn verbazingwekkend en leert ons een belangrijke les: het evenwicht is zowel breekbaar als significant.

Wat er aan de top gebeurd is uitermate belangrijk en heeft zijn effect op al de rest daaronder.

Wat opgaat voor de natuur is ook van toepassing op de 'ecologie' van ons eigen leven.

Ook hier kunnen we deze trofische cascadering waarnemen.

In de laatste decennia zorgde de postmoderne mentaliteit ervoor dat de spirituele kant van het leven werd gedevalueerd.

Stapsgewijs werd onze samenleving meer individualistisch en op zichzelf gericht, maar toch lijkt het erop dat we eigenlijk op veel vlakken minder tevreden zijn.

Misschien moeten we iets toevoegen aan de top van ons eigen ecosysteem (egosysteem)?

We moeten ons opnieuw 'verwilderden' door onze spiritualiteit op te eisen.

Voeg een hogere dimensie aan je leven toe en doe aan mantra meditatie, word vegetariër of lees spirituele literatuur.

De effecten zullen indalen doorheen zoveel aspecten van ons dagelijks leven.

Belangrijke geschriften zoals de Bhagavad Gita beloven grootse effecten en talrijke wijsgeren en yogi's uit de geschiedenis bewijzen ons de kracht hiervan.

Samen beschouwd, vatten deze spirituele handelingen de beginselen van bhakti yoga samen.

De positieve resultaten van deze spirituele activiteit kunnen verbazingwekkend zijn, net zoals het plaatsen van wolven in Yellowstone de onderzoekers hebben verrast.

Wanneer je uitgeput of stress ervaart, probeer eens samen te komen met anderen die geïnteresseerd zijn in bhakti en beoefen kirtan, of luister ernaar online.

Ervaar hoe de innerlijke spanning wegsmelt als sneeuw voor de zon.

We kunnen ook gewoon in stilte zitten en zacht de maha-mantra chanten.

**Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare
Hare Rama Hare Rama Rama Rama Hare Hare**

Het brengt je hart tot rust en zuivert je bewustzijn.

In de Bhagavad Gita en andere spirituele teksten kunnen we antwoorden vinden op de moeilijke vragen van het leven.

Bhakti Yoga beoefenen geeft ons nieuwe perspectieven, een dieper begrip over de zin van het bestaan en meer inzicht over hoe we in het leven willen en zouden moeten staan.

We worden aandachtiger, vinden de juiste richting en cultiveren een nieuw uitgangspunt waarop we kunnen bouwen. Ons inwendige ecosysteem vindt een nieuw evenwicht.

Het begint van boven en vloeit gestaag door naar beneden.

A.C. Bhaktivedanta Swami Prabhupada, die de Westerse wereld liet kennismaken met bhakti, vergeleek het met een miljoen dollar: wanneer we een miljoen dollar krijgen, zei hij, zijn al onze 10 dollar problemen opgelost!

Wanneer we ons leven verrijken met de praktijk van bhakti yoga, kunnen we onze dagdagelijkse problemen aanzienlijk sneller oplossen of een plaats geven.

Het leven wordt uitgebalanceerd en we vinden zowel vrede als vreugde. Die vrede en vreugde sijpelen door tot in ons hele bestaan en brengen positieve veranderingen in onze relatie met de wereld rondom ons.

Maar net zoals in Yellowstone, heeft het proces tijd nodig.

We zijn geconditioneerd door onze ervaringen, in zowel dit als vorige levens, om ons te gedragen op een manier die eigenlijk nadelig is voor onze spirituele vervulling.

Het beoefenen van deze spirituele yoga heeft vroeg of laat zijn uitwerking en dat zullen we ongetwijfeld voelen.

Bhakti yoga wordt beschouwd als zowel het meest verheven als het meest eenvoudige yoga systeem.

Het is subliem voor de gevorderde yogi's die heel ernstig zijn over hun eigen spirituele ontwikkeling, maar is even effectief voor degenen die op de drempel staan van hun spirituele ontdekkingsreis.

Om -Tat - Sat.

(Dit stuk verscheen oorspronkelijk in ons tijdschrift "Spirit Soul" en is een vrije en aangepaste vertaling ervan)

Met dank aan onze schrijver van het oorspronkelijke artikel, Maya Priya Long.

Gerelateerde video's:

1. [Krachtige mantra](#)
2. [Betekenis van Hare Krishna Mantra](#)
3. [De krachtigste meditatie](#)