

Tattva Bodha, knowledge of truth.

Engelse tekst door James Swartz...gedownload van 'www.shiningworld.com'

Een zo juist mogelijke, leesbare Nederlandstalige versie van de Engelse tekst "Tattva Bodha met commentaar van James Swartz", dat was de bedoeling bij het vertalen.

Deze vertaling wil ik graag delen met Vedanta geïnteresseerden voor wie de Nederlandse taal iets makkelijker ligt dan de Engelse.

In de geest van Shiningworld, opgedragen aan het delen van de "Wijsheid van Non-Dualiteit"...

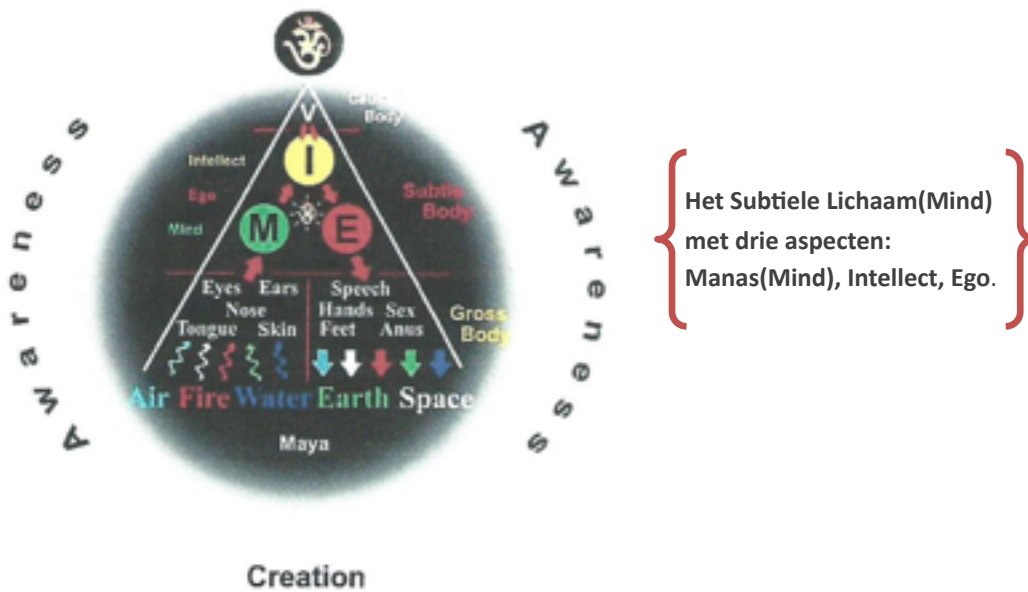
With love, deep respect, gratitude,

...for Advaita Vedanta...

For James Swartz, teaching Advaita Vedanta in his clear, direct, humoristic way.

For Shiningworld...for James, Sundari, and for all the helpers, making it possible to discover non dual wisdom for free(on donation fee 😊).

I thank Jivan for the great job of 'corrective' reading, for the opportunity to 'discuss' some 'hanging' topics... for his so respectful, kind, warm, inspiring way of communicating/'being'...



Noot vooraf bij de vertaling:

-Aanvankelijk werd het Engelse woord 'mind' in de vertaling 'geest'(zoals in menig andere naar 't Nederlands vertaalde publicaties over bewustzijn etc). Echter, Tattva Bodha lezend, wordt snel duidelijk dat 'mind' meer is dan wat 'geest', naar mijn aanvoelen, inhoudt; 'mind'(Anthakarana) staat voor het hele subtiele lichaam én voor 'mind'(Manas) als één van de drie aspecten van het subtiele lichaam. Tot nog toe heb ik geen ander Nederlands woord gevonden om het begrip 'mind' in deze context te 'vatten'. Daarom heb ik ervoor gekozen het woord 'mind' in de vertaling te behouden.

...Om één en ander 'aanschouwelijk' te maken : het "Awareness/Creation"-schema dat James gebruikt, gedownload van Shiningworld en bijgevoegd.

-Ook het Engelse "Self knowledge" heeft haar Nederlandstalige valkuilen, zo blijkt. Immers, het begrip 'knowledge' omhelst zowel 'weten' als 'kennis'. Bij de vertaling is er de neiging om het woord 'Zelfkennis' te gebruiken...echter, de vraag rijst of 'zelfkennis' 'goed genoeg' is om "de Kennis van het Zelf" én "het Weten dat men het Zelf is" weer te geven. Ook hier heb ik geen alternatief gevonden. Om in dit verband de aandacht van de lezer alert te houden, heb ik gekozen voor verschillende wijzen van vertalen: soms zal je 'Zelf-kennis' lezen, soms 'de kennis van het Zelf', soms 'het Weten'...

Kennis van Waarheid (Tattva Bodha)

1. Inleiding

- Verlangen
- De Ironie van Verlangen en Handelen
- Oorzaak en Gevolg
- Bereiken van wat al bereikt is

2. Vedanta

- De Tiende Man
- Het onderricht, de Leraar en het Geleerde
- Kennis

3. De Tekst

A. Kwalificaties

- Onderscheiding
- Onthechting
- Beheersing van de mind en de zintuigen
- Een strict in acht nemen van de eigen plicht
- Volharding
- Vertrouwen
- Concentratie van Mind
- Brandend Verlangen naar Bevrijding

B. Onderzoek van het Zelf

- Het Zelf
- Het Individu
 - Het Grofstoffelijk Lichaam
 - Het Subtiel Lichaam
 - De Mind
 - Het Causaal Lichaam
 - De Ervaring van Geluk
 - De Vijf Omhulsels
 - De Drie Staten

C. Het Zelf

D. Het Universum

- Maya
- Wie is God?
- Creatie
- De Elementen

E. De Persoon die het Zelf Gerealiseerd heeft

F. Karma

Tattva Bodha

Kennis van Waarheid

Inleiding

Vedanta verwijst naar de teksten aan het eind van elke Veda, die handelen over 'Zelf-kennis/weten'. Als de kennis over het Zelf verworven is twijfel je niet langer over de aard van de werkelijkheid. Iedereen verlangt ernaar vrij te zijn van beperkingen en alleen als men begrijpt dat men "het Zelf" is, kan dit verlangen gerealiseerd worden.

Omwille van de cryptische aard van de mantras waaruit de Upanishaden zijn samengesteld, is er een verklaring nodig. Lang geleden heeft een grote wijze, Badarayana, hen van commentaar voorzien en die uiteenzettingen worden als bronmateriaal beschouwd.

Ook al is er geen nood aan bijkomend bronmateriaal, mensen gaan door met het realiseren van 'Waarheid' en voelen zich geneigd daarover te spreken. Woorden die later verschijnen kunnen niet 'als waar' worden aangenomen tenzij zij de fundamentele stelling van de Upanishaden niet tegenspreken. Wat is die 'stelling'? Dat de realiteit non-duaal is en dat er bijgevolg slechts één Zelf is.

In de 8^{ste} eeuw verscheen de belangrijkste 'moderne' link in de Vedische traditie, Sri Adi Shankaracharya, hij schreef verschillende belangrijke teksten over "het Zelf". Hij week niet af van de ideeën van de Upanishaden, maar presenteerde hen met een uitzonderlijke helderheid. Tattva Bodha werd geschreven door Shankaracharya en wordt beschouwd als de definitieve inleidende tekst op de studie van "het Zelf".

Waarom zouden de Vedanta-leringen betrouwbaar zijn? Omdat zij niet de filosofie zijn van één individu, noch de beweringen van een bepaalde religie of filosofische school. Ook al verschenen zij in India, er is niets typisch 'Indisch' aan hen. Zij zijn geopenbaarde waarheid. Geopenbaarde waarheid is per definitie niet 'goedgekeurd' door mensen, noch is zij eigendom van enige specifieke religie. Zij komt rechtstreeks van "het Zelf". Tijdens de openbaring zijn de vooroordelen en persoonlijke visies van het individu uitgeschakeld omdat hij of zij 'in extase' is... buiten het kleine zelf. Zelfs dan moeten de woorden die gebruikt worden om de betekenis van de waarheid uit te drukken door vele anderen gedurende een lange tijd op juistheid gecontroleerd worden, vooraleer zij kunnen worden geaccepteerd.

Geopenbaarde waarheid heeft gewoonlijk bijkomende verklaringen nodig omdat mensen die ze horen, geneigd zijn er hun eigen interpretatie aan te geven. De idee dat er een 'mijn waarheid' en/of 'jouw waarheid' zou zijn, houdt geen steek in de Vedanta wereld. Het Zelf is één en zo is de kennis ervan. Is het mogelijk om 'Verlicht' te zijn na het lezen van de tekst? Het zou kunnen maar het is niet-waarschijnlijk, omdat 'waarheid' maar zo 'juist' is als iemands begripsvermogen ervan, net zoals bij andere begrippen. Zodoende heeft zich geleidelijk aan de traditie van onderricht ontwikkeld. Het vereist een bekwame geest die zoekt om te weten én een leraar die geworteld is in non-dualiteit en op vaardige wijze de kennis kan toepassen.

Het is te hopen dat je...als na de studie van Tattva Bodha, het verlangen naar Zelf-realiseatie ontwaakt...iemand kan benaderen die in non-dualiteit is geworteld en vraag dan onderricht.

Verlangen

Fysische en biologische noden zijn natuurlijk; zij zijn eigen aan het lichaam en elk menselijk individu heeft ze. Andere noden echter, zijn ontwikkeld op basis van eerder ontwikkelde overtuigingen die voortkomen uit ervaringen. De neiging van een hond om naar een man te gaan die een bot vasthoudt, is aangeleerd instinct. Hij werd eerder uit de hand gevoed, en herinnert zich dat het kauwen op een bot aantrekkelijk is. Als zijn baas verschijnt met een stok in de hand, rent hij weg, omdat hij op basis van vroegere ervaringen een aversie voor stokslagen heeft ontwikkeld.

Naast de instinctieve keuzes die we met dieren gemeen hebben, hebben mensen de mogelijkheid om te denken. Dit laat hen toe om weloverwogen te kiezen tussen alternatieven: goed en kwaad, plezier en pijn, juist en fout, etc. Dit onderscheidingsvermogen maakt een ander psychisch feit mogelijk: het verlangen om vooruitgang en verbetering te zoeken.

Mensen zijn een 'werk in uitvoering'. Zij zijn niet alleen niet-volmaakt, onaf, maar, anders dan de dieren, zijn zij zich daarvan bewust. Dit aangeboren gevoel van onafgewerkt zijn veroorzaakt een sterke drang naar het zoeken van voltooiing, van heelheid. Deze drang laat zich voelen als het verlangen om beter te zijn dan of verschillend van datgene wat men nu is en kan even belangrijk zijn, of soms belangrijker, dan instincten en natuurlijke lichamelijke noden.

De Ironie van Verlangen en Handelen

Observatie met gezond verstand toont aan dat pogingen om wensen te vervullen het verlangen niet blijvend wegnemen. In tegendeel, hoe meer men zijn wensen vervult, hoe meer verlangens opdoemen. Ondanks de door onze cultuur gekoesterde romantische voorstellingen, is verlangen een groot probleem voor mensen. Het is een oncomfortabele en soms intens pijnlijke gemoedstoestand die voortdurend roept om weggenomen te worden.

De natuurlijke respons op het voelen van de kriebel van verlangen of de afkeer van angst is om iets te gaan doen. Ik tracht het object van mijn wensen te bemachtigen omdat ik geloof dat het verkrijgen van dat object het verlangen zal verdrijven en mij gemoedsrust zal geven. En dit gebeurt ook. Maar helaas, het gevoel van tevredenheid en opluchting is van tijdelijke aard. En om de zaken erger te maken, het verkrijgen van het begeerde object versterkt zelfs het oorspronkelijke verlangen. Dus, in plaats van vrij-van-verlangen te zijn na handelen, wat mijn bedoeling was, is het verlangen uiteindelijk groter geworden.

Een andere manier om dit probleem te verwoorden is dat mensen constant gedreven zijn om een aangeboren maar onnatuurlijk gevoel van beperktheid te elimineren. En dat is waarom ze ernaar streven om zich onbegrensd en vrij te voelen. Wie voelt zich bijvoorbeeld niet beperkt door een gebrek aan geld, tijd, kracht, of liefde? Duizenden, in onze cultuur aangeboden voorwerpen beloven op één of andere manier elk waargenomen gevoel van beperktheid of gebrek te kunnen wegnemen. Maar of we het probleem zien als een queeste om ons compleet te voelen of een zoektocht naar onbegrensdheid, waarom falen alle pogingen om zuiver en perfect, onbegrensd en volmaakt te worden, ondanks de grote beschikbaarheid van materiële objecten, zelf-verbeteringsprogramma's en behandelingen, religieus én seculier?...

Oorzaak en Gevolg

Omdat het verlangen om volmaakt te zijn enkel kan vervuld worden als het bereiken van volmaaktheid mogelijk is. Jammer genoeg kan volmaaktheid niet bereikt worden vanwege de wet van oorzaak en gevolg. Volmaaktheid/onbeperkteid/perfectie zouden enkel bereikt kunnen worden als het mogelijk zou zijn een inspanning te leveren die een onbegrensd resultaat zou kunnen leveren. Echter, handelingen, die altijd door eindige entiteiten worden uitgevoerd, kunnen enkel begrensde resultaten voortbrengen. Zelfs de som van tientallen duizenden begrensde acties benadert onbegrensdheid niet. Miljonairs worden biljardairs en biljardairs willen altijd weer meer. Spijtig genoeg is iemand met één dollar even ver van onbegrensde rijkdom als iemand met een triljoen dollar. Wat *onbegrensde* gelukzaligheid betreft zijn tienduizend ogenblikken van emotionele tevredenheid exact hetzelfde als één ogenblik. Ook op het vlak van kennis, hoe meer men weet hoe meer men zich ervan bewust wordt dat men niet weet. Ondanks zijn grote kennis van de mathematica was Einstein onwetend op vele andere terreinen.

Wat eraan doen? De beperkingen van actie begrijpend, besluiten sommigen dat de weg naar volmaaktheid er een is van apathisch worden, afhaken en nietsdoen. Maar het is onmogelijk om niets te doen. Zelfs het niet-doen van bepaalde activiteiten heeft gevolgen. Bijvoorbeeld als ik mijn belastingen niet betaal, dan geraak ik in de problemen. Als ik mijn tanden niet poets dan worden ze rot en vallen uit. Bovendien geldt dat, voor alle door verlangen geïnspireerde activiteiten, niet-doen het hunkeren niet vermindert, zodat iemand die niet achter zijn of haar verlangens aan gaat emotioneel even ontevreden is als iemand die dat wel doet. Tegelijkertijd leidt eenvoudige observatie tot het besluit dat dit, ondanks de schijn, een doelbewuste schepping is en dat de dingen hier bepaalde goed gekende wetten volgen. Alles wat we doen steunt op dit feit. Mocht water op een dag besluiten om droog te worden en ijs heet, dan zou de hele kosmos ophouden te werken. Omdat het verlangen naar heel en compleet zijn, zoals andere verlangens, ontstaat in een doelbewuste creatie, moet het een doel dienen. Als dit waar is, moet er een manier zijn om dit te vervullen. Vedanta is zo'n manier. Maar het brengt voltooiing via een onverwachte weg.

Het bereiken van wat al bereikt is

Elke handeling wordt uitgevoerd om iets tot stand te brengen. Bij dit proces zijn drie factoren betrokken: Wat je wilt bereiken, de middelen die je gebruikt om het te bereiken en de persoon die dat wil bereiken. Door te doen wat nodig is, en dat adequaat en op het juiste moment te doen kan alles dat nog niet bereikt is bereikt worden. Echter, er is geen inspanning of handeling nodig om te bereiken wat al bereikt is...zoals in het volgende vb: op een dag vroeg een man aan God om hem een hoofd op zijn schouders te geven en de Heer stond versteld. "Ik kan almachtig zijn maar ik kan je wens niet vervullen," zei Hij, "Ik kan je een groter hoofd geven of een kleiner. Ik kan het draaien als een krakeling of het uitrollen als een pizza maar ik kan je geen hoofd op je schouders geven." "Waarom niet?" vroeg de man. "Omdat, domoor, je al een hoofd op je schouders hebt."

Volmaaktheid-perfectie-onbegrensdheid-vrijheid vallen in de categorie van 'reeds bereikt' en er is geen inspanning of actie vereist om hen te bereiken.

Vedanta De Tiende Man

Een groep van tien mannen waren op pad op het platteland. Zij kwamen bij een rivier die moest worden overgestoken. Om zeker te zijn dat iedereen was overgestoken, zette de leider hen in een rij en telde...maar, hij telde er slechts negen. Zij werden somber en zochten overal naar de vermiste persoon. Toen hun inspanningen geen tiende man opleverden belandden zij in een diepe depressie. Op dat ogenblik kwam een oude man hun richting uit, hij merkte hun verdriet en vroeg naar de oorzaak ervan. De leider legde de situatie uit en de oude man glimlachte. "Ga in de rij staan bij de anderen," sprak hij tot de leider. En hij telde. "Acht, negen, tien!" zei hij tot de leider...die zichzelf was vergeten mee te rekenen.

De vermiste persoon werd niet teruggebracht door iets te doen. Hij was daar terug toen de leider zich realiseerde dat hij zichzelf bij het tellen vergeten was. In feite zocht hij gewoon zichzelf... terwijl hij de hele tijd geloofde dat hij iemand anders zocht. Vedanta zegt dat vrijheid-perfectie-heelheid-onbegrensdheid al verwezenlijkt is. Het stelt ondubbelzinnig dat wij van nature heel en compleet zijn(en epiphanies, ervaringen van 'het Zelf' bevestigen dat) en dat geen enkele actie door onszelf of door iemand anders, God inbegrepen, ons compleet kan maken.

Het Onderricht, de Leraar en het Geleerde

Als ik aanneem dat de volmaaktheid die ik zoek buiten mijzelf te vinden is, een 'blijvende ervaring van verlicht zijn' bijvoorbeeld, dan zal het onmogelijk zijn voor mij om mijn van nature aanwezige perfectie te verwezenlijken omdat heelheid en compleetheid zich enkel in mij Zelf bevinden, niet in een bepaalde ervaring. Daarom moet dit feit mij kenbaar worden gemaakt. Het is zo dat de kennis dat het 'Ik' heel is en compleet, aanwezig is vanaf het ogenblik dat de mens op aarde kwam. De leringen die het niet-kennen van het Zelf wegnemen zijn het resultaat van de succesvolle pogingen van Zelf-gerealiseerde individuen die dit wilden onthullen en vormen de aloude onderricht-traditie van Vedanta, een weg naar het kennen van het Zelf. Vedanta omvat ook de geschriften over Yoga die essentieel zijn om een zuivere geestestoestand te verwerven, nodig om kennis te kunnen opnemen.

Een Vedanta leraar is iemand die zijn of haar oneindige natuur heeft gerealiseerd en die op bekwame wijze het Zelf kan openbaren door de ware betekenis van de leringen uiteen te zetten. Vaak gelooft men dat een openbaring of de energie-overdracht van een 'spirituele leraar' tot Zelf-realisatie leidt, maar dit is niet zo behalve in de zeer uitzonderlijke situatie waar het weten - 'Ik ben oneindig bewustzijn' - ontluikt tijdens de ervaring, onveranderlijk in de mind aanwezig blijft nadat de ervaring gestopt is en alle daaropvolgende beperkende gedachten vernietigt. De zogenoemde 'spirituele' wereld is niet meer dan enkele honderdduizenden mensen die een ervaring van onbegrensdheid en heelheid hebben gehad maar zichzelf blijven zien als beperkte, behoeftige wezens. Daarom moet iemand die het kennen van het Zelf nastreeft, voorbereid worden. De voorbereiding bestaat in essentie uit het ontwikkelen van een mind die immuun is voor de druk van angst en verlangen, een mind waarin "het Zelf" helder kan worden waargenomen/begrepen en die de kennis 'Ik ben het Zelf' kan vasthouden.

Kennis

Er zijn twee elementen nodig voor het verkrijgen van kennis van een voorwerp: het voorwerp zelf en een geschikt leermiddel. Om te weten te komen wat een hond is, moet de hond in het gezichtsveld aanwezig zijn en de ogen, ondersteund door de aandacht van de mind (omdat al het kennen in de mind gebeurt), moeten functioneren. Als enkel de ogen aanwezig zijn, maar de mind is niet alert, dan kan er geen kennis opgedaan worden. In dit voorbeeld zijn de ogen en de mind de middelen om kennis te verwerven.

Kennis is of direct of indirect. De kennis over de hond, verkregen door er naar te kijken, is directe kennis. Als de hond echter niet in het gezichtsveld van het individu is, dan is de kennis verkregen door het luisteren naar een beschrijving, indirecte kennis. Ook als de hond er wel is, maar de ogen functioneren niet, is de kennis verkregen via andere zintuigen, indirecte kennis. Voor directe kennis moet een geschikt medium voor die kennis beschikbaar zijn. Oren zijn bijvoorbeeld geen geschikt medium om de kleur van een voorwerp te weten te komen. Als het leermiddel én het te kennen voorwerp beide aanwezig zijn, gebeurt het 'kennen' vanzelf. Er is geen 'actie' betrokken bij het leerproces. De enige vereiste is de werking van het leermiddel.

Onwetendheid ontnemt ons een medium tot kennis van 'het Zelf'. We kunnen bijvoorbeeld een hele boel gehoord hebben over iemand zonder haar te hebben gezien. Zelfs als we bij toeval in haar omgeving zouden zijn kunnen we niet weten dat zij diegene is die we zoeken, tot iemand haar aanwijst. Als dit gebeurt weten we direct wie de persoon is. In dit geval zijn de woorden van diegene die ons informeerde het medium voor de kennis.

Enkel directe kennis is volledig en foutloos. De kennis van een voorwerp die we verkrijgen via lezen of horen moet bevraagd worden omdat het beeld dat we vormen in de mind afhankelijk is van vorige indrukken en van ons geloof en overtuigingen. Het beeld dat in de verschillende minds wordt gevormd van eenzelfde voorwerp na beschrijving van dat voorwerp is doorgaans verschillend.

De meesten onder ons zijn onwetend over het feit dat we complete en perfecte wezens zijn. Net zoals ogen zichzelf niet kunnen zien, kunnen de zintuigen en de mind "het Zelf" niet zien. Vedanta is een direct en onmiddellijk medium voor kennis van het Zelf. Het kan die kennis vrijmaken omdat "het Zelf" altijd aanwezig is. Het is niet verborgen in het spirituele Hart of in een transcendente staat, het is ook niet bedekt door het fysieke lichaam. Als je bestaat, dan ben je "het Zelf". Daarom ben je altijd binnen het bereik van je observatie. Wanneer ervaar je jezelf niet? Het feit dat je denkt dat de wereld die je ervaart verschilt van jou is te wijten aan een gebrek aan begrip. Het feit dat je niet beseft wie je bent is te wijten aan het geloof dat je iets of iemand anders bent dan je in werkelijkheid bent. Als dit geloof wordt onderzocht en vervolgens als niet waar wordt bevonden in het licht van de Vedanta leringen, dan lost je gevoel van beperkt zijn op ... omdat het Zelf oneindig is. Bijgevolg, als je jouw door God gegeven vrijheid wilt realiseren, moet je een geschikt hulpmiddel tot Zelf-kennis omarmen.

De Tekst

Tattva Bodha werd in de Achtste Eeuw door Shankaracharya geschreven in het Sanskriet en betekent 'kennis van waarheid'. Het is een inleidende tekst die de fundamentele van Vedanta definieert. Na het beschrijven van de kwaliteiten, nodig om "het Zelf" te realiseren, behandelt de tekst de relatie tussen het individu, de wereld en "het Zelf" en worden de technische termen

verklaard die de basis vormen van Vedanta. Zonder begrip van de betekenis van die woorden zal het leermiddel niet werken.

AANROEPING

**Groeten aan het Zelf,
schenker van kennis in de vorm van mijn leraar.
Deze verhandeling, ' De Kennis van Waarheid' is ten behoeve
van gekwalificeerde zoekers naar bevrijding.**

Aan het begin van Vedanta teksten vindt men meestal een vers dat het doel van de tekst meegeeft, voor wie de tekst geschreven is en wat de meerwaarde is die voortvloeit uit het begrijpen ervan. In dit geval is de tekst voor een gekwalificeerde zoeker en is het doel ervan om de aard van de werkelijkheid te verklaren. De zegen die hieruit voortvloeit is vrijheid van existentieel lijden. Een leraar is iemand die helpt bij het wegnemen van de onwetendheid over wie we zijn ("het Zelf").

De moderne maatschappij is een ware supermarkt van identiteiten. Al deze identiteiten zijn echter gebaseerd op de onwetendheid omtrent onze ware identiteit. Daar de aard van elke identiteit beperking inhoudt zal ook de oplossing die ze aanbiedt voor onze existentiële problemen per definitie beperkt zijn.

Als ik homo ben kan ik niet hetero zijn. Als ik man ben kan ik geen vrouw zijn. Als ik Republikein ben, kan ik geen Democraat zijn. De Vedanta leringen bieden een identiteit die alle andere insluit en met geen ervan in strijd is.

Om onze ware identiteit te realiseren moet het proces van onderscheiden(viveka) gehanteerd worden. Het kennen van het Zelf is vermengd met onwetendheid omtrent het Zelf. Daarom is een onderscheidend onderzoek nodig. Dit onderzoek zal slechts succesvol zijn als de leerling de nodige kwaliteiten heeft. Een bekwame student heeft de beschikking over volgende vermogens.

(1)Onderscheiding(viveka)

**Wat wordt bedoeld met het onderscheid
maken tussen het vergankelijke en het eeuwige?
Het is de overtuiging dat enkel het Zelf eeuwig is
en alle andere ervaringen vergankelijk zijn.**

Mensen die tot onderzoek van "het Zelf" worden aangetrokken hebben gewoonlijk ervaringen gehad waardoor zij overtuigd zijn van iets 'spiritueels' dat verschilt van dat wat met zintuigen, emoties en geest kan worden waargenomen. Maar zij zijn altijd onzeker over wat het is. De fundamentele methode voor Zelf-realisatie is het onderscheiden van wat eeuwig is..."het Zelf" ... en wat niet eeuwig is...de mind en de wereld. Hoewel dit een non-duale werkelijkheid is en al wat verandert ook "het Zelf" is...is dit feit niet gekend door een beginner. Zelfs als het intellectueel

gekend zou zijn moet hij of zij door het lange, soms moeilijke introspectieve proces gaan van het scheiden van het 'Ik', het Zelf, van al zijn veranderende vormen.

(2) Onthechting (viragya)

Onthechting is de afwezigheid van het verlangen naar het genieten van de resultaten van zijn daden in deze wereld.

Deze eigenschap sluit in principe negen en negentig komma negen procent van het mensenras uit van Zelf realisatie. Waarom? Omdat het net het verlangen naar het resultaat van de actie is waardoor mensen gaan handelen. Een zoeker naar bevrijding heeft echter het pijnlijke feit begrepen en aanvaard dat de resultaten van de acties haar of zijn gevoel van niet-voldoen, niet-compleet-zijn, beperkt-zijn niet blijvend wegneemt. Waarom? Omdat zij door tijd bepaald zijn. Onthechting zou moeten voortkomen uit het begrijpen hiervan, niet uit teleurstelling. Het gebeurt vaak dat mensen negatief worden nadat ze beseffen dat het krijgen van wat men wil en vermijden van wat men niet wil, niet leidt tot de oplossing van het geluk probleem. Iemand met een onderscheidend vermogen zal verheugd zijn te ontdekken dat de resultaten van handelingen (dat wat in iemands leven gebeurt) niet blijvend voldoening brengen. Waarom? Omdat het hem of haar bevrijdt van de drang om te handelen en zo spontane creatieve niet-doelgerichte activiteit toelaat. En het maakt de mind vrij om geluk te zoeken in het Zelf.

(3) Beheersing van mind en zintuigen (sama en dama)

Wilskracht is een hulp maar niet voldoende om een rusteloze geest te beheersen. Beheersing van de mind betekent dat een persoon niet toegeeft aan de angsten en verlangens die zich tonen in de mind, maar leeft volgens een hoger principe. Door zichzelf ondergeschikt te maken aan een hoger principe wordt de mind rustig.

(4) Een strict in acht nemen van eigen plichten (uparama)

Plicht is een hoger principe dan door verlangen gedreven actie gebaseerd op het geloof in rechten. Als men zijn plicht ten opzichte van zichzelf, van zijn familie, van zijn gemeenschap en religie doet, krijgt men beheersing over de mind.

(5) Volharding (titiksha)

Bij het gekozen pad blijven met een tevreden houding, wat voor obstakels men ook tegenkomt wordt 'titiksha' genoemd.

(6) Vertrouwen (shradda)

Vertrouwen is het geloof dat wat de schriften en de leraar zeggen waar is.

Vertrouwen is geen blind geloof. In tegendeel, men moet zelfstandig reflecteren en analyseren wat onderricht wordt om te zien of het overeen komt met rede en gezond verstand. Vertrouwen is het geloof dat een eerlijke poging tot onderzoek zal leiden naar begrip.

(7)Concentratie van Mind (samadhana)

Concentratie van de mind is het vermogen om de mind geabsorbeerd te houden in een specifieke gedachtestroom over een bepaald onderwerp.

Iedereen heeft het vermogen zich te concentreren op zaken die zijn speciale interesse hebben. De student die de aard van de werkelijkheid bestudeert houdt zijn mind constant aan het werk met het reflecteren op de Vedanta leringen.

(8)Brandend verlangen naar bevrijding (mumukshutva)

Een brandend verlangen naar bevrijding betekent dat de persoon elke mogelijkheid heeft uitgesloten dat gelijk wat in 't leven zou gebeuren, hem blijvend gelukkig zou kunnen maken. Als resultaat hiervan gaat al het verlangen dat voorheen ging naar het moeite doen om de wereld zinvol te laten zijn nu naar de zoektocht naar "het Zelf". Als deze factor intens is, ontwikkelen de andere kwaliteiten zich snel. Omgekeerd zal een onderscheidende, onthechte persoon met een heldere geest het Zelf niet realiseren zolang hij of zij er geen volledige en voortdurende interesse voor ontwikkelt.

**Dit zijn de kwaliteiten om
onderscheidend onderzoek naar het Zelf te kunnen doen.
Er zijn geen ander kwaliteiten nodig.**

Onderzoek van het Zelf

De tekst beschrijft nu de aard van het onderzoek (onderscheiding) dat leidt naar de Waarheid omtrent het Zelf.

***Het Zelf alleen is echt.
Alle andere dingen zijn niet echt.
Dit is de pertinente overtuiging
van de onderzoeker
en wordt onderzoek(inquiry) genoemd.***

HET ZELF

*is dat wat onveranderd blijft
in verleden, heden en toekomst.
Het bestaat voor en na tijd.
Het doordringt en overstijgt
elke staat van bewustzijn.
Het wordt satyam genoemd, dat wat is.*

*Dat wat niet bestaand is,
zoals de hoorns van een vis,
wordt asat genoemd, onwerkelijkheid.*

*Dat wat bestaat maar verandering ondergaat
wordt mithya genoemd, schijnbare werkelijkheid.
Alles in de subjectieve en
objectieve werelden verandert.*

*Het gehele bestaan kan opgedeeld worden in twee categorieën:
(1) het 'IK' dat aham wordt genoemd
(2) de rest van de wereld dat 'Dit'/Idam wordt genoemd.*

Als gevolg van de onwetendheid omtrent de aard van het Zelf identificeert een mens zich altijd met dat wat verandert en wat schijnbaar echt lijkt te zijn: het lichaam, emoties of intellect. Het geloof dat ik mijn lichaam, gevoel of gedachten ben schept een foute voorstelling van het Zelf. Het wordt ego genoemd.

Als iemand op heldere wijze het Zelf kan onderscheiden van het 'niet Zelf', kan het 'niet Zelf' genegeerd worden als primaire identiteit en het werkelijke Zelf herkend worden en aanvaard. Onderzoek van zijn werkelijke aard door eerst dat wat 'niet ik' is (anatma) te identificeren en vervolgens aan te tonen dat men het niet-veranderende Zelf is wordt onderzoek (tattva viveka) genoemd. De manier om dit te doen is te begrijpen dat *wat men* over zichzelf *weet* verschillend is van *diegene die dit weet*.

Volgende analyse toont aan hoe het 'IK', degene die weet, verschilt van het lichaam waarmee het ten onrechte wordt geïdentificeerd.

Het INDIVIDU

Wat zijn de drie lichamen (sharira traya)?

Het Zelf is schijnbaar omhuld door drie lichamen en ervaart drie daarbij horende staten. Het voedings-lichaam wordt Grofstoffelijk Lichaam genoemd (sthula sharira). De fysiologische systemen, de emoties, het intellect en het zelfbeeld (ego) worden het Subtiele Lichaam genoemd omdat zij

denken, voelen en doen veroorzaken. De zaden van iemands vroegere ervaringen worden Causaal lichaam genoemd, omdat zij de drijfveer zijn van iemands denken, voelen en handelen.

De Grofstoffelijke, Subtiële en Causale lichamen worden gadeslagen door het *atman*, het Zelf. Als het Zelf geïdentificeerd wordt met het Grofstoffelijk Lichaam lijkt het een wakkere entiteit. Als het zichzelf identificeert met het Subtiel Lichaam lijkt het een dromer of denker. Als het zich identificeert met het Causaal Lichaam schijnt het een slaper. Dit proces is vergelijkbaar met een acteur die verschillende rollen speelt in een drama of met een helder kristal dat de kleur van een voorwerp naast zich opslorpt. Het Zelf wordt daarom de 'getuige' (*sakshi*) van deze drie lichamen en hun respectievelijke staten genoemd. Het Zelf is 'IK' en de lichamen zijn 'dit'.

Wat is het Grofstoffelijk Lichaam?

***Het is dat wat is samengesteld uit de vijf elementen (mahabhutas)
...ruimte, lucht, vuur, water en aarde...nadat zij het proces van
splitsing en combineren (panchikarana) hebben ondergaan.***

***Het ontstaat als resultaat van deugdzaam daden in het verleden
en is het voertuig waarmee men ervaringen in de wereld opdoet.
Het wordt geboren, groeit, onderhoudt zichzelf, degenereert en sterft uiteindelijk.***

Wat is het Subtiële Lichaam?

***Het is samengesteld uit het subtiële aspect van de vijf elementen (tanmatras)
vooraleer zij het proces van splitsen en weer samenvoegen ondergaan.***

***Het is het resultaat van goede daden in het verleden en is een instrument
voor subtiële ervaringen. Het is samengesteld uit zeventien delen:***

de vijf waarnemende zintuigen (jnanendriyas),

de vijf organen nodig voor actie (karmendriyas),

de vijf vitale winden: ademhaling (prana), uitscheiding (apana),

circulatie (vyana), vertering en verwerking (samana) en

het vermogen van het lichaam om ongewenste zaken te verwerpen (udana).

***Udana is ook actief op het ogenblik van de dood en is verantwoordelijk voor het scheiden van het
Subtiële Lichaam en het Grofstoffelijke Lichaam.***

Het Subtiële Lichaam bevat ook de mind en het intellect.

De mind (*manas*) is de psychische plaats van iemands gevoelens, gemoedsgesteldheid en emoties. Het intellect (*buddhi*) is het beslissende vermogen en de bron van dadendrang (*ahamkara*). Als het Zelf zich met het intellect identificeert ontstaat het gevoel "Ik ben een doener, Ik ben een kenner". De mind en het intellect zijn twee zeer functionele aspecten van het Subtiële Lichaam. Als het Subtiële Lichaam iets wilt, emotioneel is of aarzelt, wordt het mind genoemd. Als

het betrokken is in het denkproces van bepalen, beslissen en onderscheiden, wordt het intellect genoemd.

***Het Grofstoffelijk Lichaam, het buitenste materiële omhulsel,
wordt in leven gehouden door het Subtiële Lichaam dat
de organen voor waarneming en actie
en de pranas, het fysiologisch systeem aanstuurt.
Als het Grofstoffelijk Lichaam sterft, vertrekt het Subtiële Lichaam.
Het Subtiële Lichaam verschilt van persoon tot persoon.
Identificatie van het Zelf met het emotioneel aspect
van het Subtiële Lichaam resulteert in gevoelens als
"Ik ben gelukkig. Ik ben ongelukkig. Ik ben kwaad." Enzo.***

***De waarnemingsorganen worden de jnana indriyas,
kennis-organen genoemd.
Het zijn ogen, oren, neus, tong en huid.
De elementen die aan de oorsprong liggen van de zintuigen zijn:
Ruimte voor de oren, lucht voor de huid, vuur(licht) voor de ogen,
water voor de smaak en aarde voor de neus.
Het ervaringsgebied voor de oren is ruimte,
waardoor geluid mogelijk wordt.
Het ervaringsveld voor de huid is lucht,
daardoor wordt aanraken mogelijk.
Vuur(licht) maakt de waarneming van vormen mogelijk.
Waarnemen van vormen is de functie van de ogen.
De tong werkt omdat water het smaken mogelijk maakt.
Het doel van de neus is het (her)kennen van aarde elementen.
De organen om te handelen worden karma indriyas genoemd.
Het zijn: spraak, handen, benen, anus en genitaliën.
Het element dat verantwoordelijk is voor de spraak is vuur.
Voor de handen, lucht. Voor de voeten, ruimte.
Voor de anus, aarde en voor de genitaliën, water.***

Wat is de mind? (anthakarana)

***De mind krijgt prikkels van de zintuigen en brengt de informatie samen, verwerkt ze in één
ervaring. De mind is gedachten. Gedachten kunnen in vier categorieën ingedeeld worden op basis
van hun functies.***

***Als de mind in een staat van willen, tweestrijd of twijfel is wordt hij manas,
emotie genoemd. Als de mind zich bezighoudt met de analyse van een situatie met de bedoeling
een bepaling of mening of oordeel te vormen wordt hij buddhi, intellect genoemd. Als de mind
zichzelf beschouwt als de uitvoerder van een handeling of diegene die van vreugde of pijn geniet
wordt hij ahamkara, ego genoemd. Het deel van de mind dat herinneringen oproept en***

onbewuste indrukken opslaat wordt chitta genoemd. De mind reageert in de modus die past bij de situaties die zich voordoen in het leven.

Het is een andere manier om het Subtiele Lichaam voor te stellen.

Wat is het Causaal Lichaam?

***Dat wat onverklaarbaar is (anirvachaniya)
en zonder begin (anaadi).***

***Het is vrij van onderverdeling en
de bron van onwetendheid omtrent het Zelf.***

Het is de drijfveer van de Subtiele en Grofstoffelijke Lichamen.

Het wordt karana sharira genoemd.

Als wij van nature heel en compleet zijn, puur en perfect, dan is er geen reden om in een lichaam te gaan om de wereld te ervaren want de wereld is niets anders dan een plek om ervaringen te vergaren met de bedoeling zich te ontdoen van het universeel gevoel van niet-compleet zijn. Het vers zegt dat de onwetendheid die ons aanzet om geboren te worden niet te verklaren is. Dat betekent dat die onwetendheid voorafgaat aan de vorming van het Subtiele Lichaam(mind) en dus niet rationeel verklaard kan worden.

De slaap is identificatie met het Causaal Lichaam. In diepe slaap beleeft iedereen onbeperkt geluk of zaligheid (*ananda*) dat voortkomt uit de afwezigheid van identificatie met het lichaam en de mind. Tijdens deze staat is men vrij van de dualiteiten die door het Grofstoffelijke en Subtiele Lichaam worden gecreëerd en bijgevolg is deze staat zonder eigenschappen (*nirvikalpa*). Tijdens deze staat zijn we volledig onwetend van alles; we ervaren niets bijzonders. Het Causaal Lichaam is niet te verklaren omdat de staat van onwetendheid noch werkelijk is, bestaand, noch niet-werkelijk in de betekenis van niet-bestaand. De onwetendheid waaruit hij voortkomt is tegengesteld aan kennis van het Zelf en wordt *avidyarupam* genoemd. Onwetendheid omtrent het werkelijke Zelf mondt uit in identificatie met de Grofstoffelijke en Subtiele Lichamen en de waanidee dat men onvolmaakt en ongeschikt is... omdat die lichamen begrensd zijn.

De Ervaring van Geluk

Het Causaal Lichaam is verantwoordelijk voor het gevoel van geluk dat een individu ervaart tijdens de waakstaat. Er zijn drie verschillende subtiele energieën (*vrittis*) werkzaam tijdens dat gevoel. De eerste is *priya vritti*. Het is de vreugde die men ervaart bij de gedachte aan iets dat men graag heeft. *Moda vritti* is de vreugde die men voelt wanneer het voorwerp van zijn/haar verlangen bijna in zijn/haar bezit is. *Pramoda vritti* is de vreugde van het ervaren van het verlangde voorwerp.

Wat zijn de vijf Omhulsels? (*pancha koshas*)

Met het woord 'omhulsel' (*kosha*) wordt niet letterlijk 'deken' bedoeld omdat het alles doordringende altijd-aanwezige Zelf niet kan verborgen worden door grove, noch door subtiele substantie. Een 'omhulsel' dient te worden begrepen als een universele fout die voortkomt uit niet-

kennen van het Zelf en uitmondt in een identificatie met één of ander aspect van één van de drie lichamen. De vijf omhulsels – ook de vijf lagen genoemd - zijn simpelweg een andere manier om de Grove, Subtiële en Causale Lichamen te beschrijven.

**De eerste laag die “het Zelf” bedekt is het lichaam.
Het is samengesteld uit voedsel en wordt
voedsel omhulsel genoemd (*annamaya kosha*).**

**De tweede laag is samengesteld uit
de fysiologische functies van het lichaam:
vertering, ademhaling, opname, circulatie en uitscheiding.
Het wordt het energie omhulsel genoemd (*pranayama kosha*).**

**De derde laag is samengesteld uit emotionele projecties, gemoedsgesteldheden en gevoelens.
Het wordt het mind omhulsel genoemd (*manomaya kosha*).**

**Intelligentie, het vermogen waarmee men zich bewust is van zijn kennis en verwezenlijkingen is
de vierde laag en
is gekend als de *vijnanamaya kosha*.**

**In de waakstaat kent/weet een individu bepaalde dingen en
andere zaken niet. In diepe slaap ervaart iedereen een staat van geluk.
Omdat de mind en het intellect niet functioneren in diepe slaap zijn er geen problemen. De diepe
slaap wordt *anandamaya kosha* genoemd.**

**Het feit dat het ‘IK’ zich van de vijf omhullende lagen bewust is betekent
dat het geen enkel van deze vijf kan zijn.**

Net zoals iemands materiële bezittingen niet hetzelfde zijn als “het Zelf” van de eigenaar, heeft het Zelf geen verbinding met de drie lichamen of met de vijf lagen. Daarom wordt gezegd dat het Zelf, diegene die weet, ‘buiten de lichamen en omhulsels’ is. (*panchakoshatita*)

De Drie Staten (*avasha traya*)

De waakstaat, de droomstaat en de diepe slaap
Zij vallen samen met de drie lichamen.

Wat is de waakstaat? (*jagat avastha*)

***De ervaringsstaat waarin voorwerpen worden waargenomen
door de zintuigen is de waakstaat. Als het Zelf zich identificeert
met het grofstoffelijk lichaam wordt het vishwa, de waker genoemd.
De subtiële en oorzakelijke lichamen werken ook in de waakstaat.***

Wat is de droomstaat? (swapna avastha)

De droomstaat is de door het Subtiële Lichaam geprojecteerde wereld in de slaaptoestand. De projecties ontstaan door indrukken (vasanas) die opgedaan zijn in de waakstaat. Als het Zelf zich identificeert met het Subtiële Lichaam wordt het taijasa genoemd, de stralende. Het is een staat, helder, met gedachten en gevoel maar zonder objectieve werkelijkheidswaarde.

Wat is de diepe slaap staat? (sushupti avastha)

De staat waarvan men nadien zegt "Ik wist nergens van. Ik heb onbegrensde ervaringen." is de diepe slaap staat. Het met het Causaal Lichaam geïdentificeerde Zelf wordt prajna genoemd.

Prajna betekent 'bijna onbekend'. Ook al is het Subtiel Lichaam er niet in de slaapstaat en is daardoor in deze staat geen kennis beschikbaar, het Zelf, bewustzijn, is wel aanwezig en daarom is het 'bijna onbekend'.

In de waak- en droomstaat doen we uiteenlopende ervaringen op maar de ervaringen in diepe slaap zijn universeel. We weten niets omdat de mind, het instrument om kennis op te doen afwezig is. In diepe slaap zijn we ook vrij van beperkingen. Vrijheid van beperkingen is gelukzaligheid. Daarom koesteren mensen de slaap. Het Zelf, bewustzijn, is echter wel aanwezig in diepe slaap zodat, wanneer de slaper wakker wordt de herinnering aan de slaapervaring niet verdwijnt.

HET ZELF (ATMA)

De drie bewustzijnsstaten die horen bij het individu zijn beschreven.

Uit de beschrijving blijkt duidelijk dat het Zelf in elke staat verschillende namen heeft omdat het geïdentificeerd geraakt is met een ander 'lichaam'.

Echter, het Zelf is altijd hetzelfde en altijd aanwezig in elke staat.

Het is de kenner van de staten en wordt daarom Sakshi of getuige genoemd.

Het is niet genoeg om te weten wat het Zelf niet is. Om het Zelf direct te realiseren en de kennis vast te houden dient de zoeker te weten wat het wel is. De tekst verklaart nu wat het Zelf is. Hoewel men vaak hoort dat het Zelf niet gekend kan worden, kan alleen het Zelf met zekerheid gekend worden omdat het het enige is dat altijd bestaat, altijd aanwezig is en nooit verandert. De objecten, subtiële en grove, die men kent hebben een aparte ontstaans-status: zij zijn noch echt, noch niet-echt. Elke kennis over hen is onderwerp van fouten en verbeteringen omdat zij nooit hetzelfde blijven.

De Aard van het Zelf. (satchitananda swarupa)

*Als het Zelf noch de vijf lagen is,
noch de drie lichamen, wat is het dan?
Het is het bewustzijn ervan.
Dit bewustzijn wordt chit genoemd.
Als gevolg van chit zijn dingen gekend
En daarom wordt het de weter genoemd.*

*Het Zelf verandert niet als de drie lichamen
en hun respectieve staten veranderen.*

*Het is buiten de tijd en wordt daarom
'dat wat altijd bestaat (sat)' genoemd.*

*De beperkingen waaronder de lichamen lijden
hebben geen impact op "het Zelf". Het is onbeperkt.
Het is stralend van zichzelf, ziet ruimte als voorwerp in zichzelf
en doordringt elk atoom van de kosmos.*

Het is onbegrensd en compleet (purna). Het is een geheel zonder delen.

Het is de natuur van alle levende en niet-levende dingen maar het is niet gekend omdat al onze aandacht gaat naar (1) het proberen buiten de deur te houden van de dood - Dood echter is een non-issue voor het Zelf. Pogen de dood te voorkomen toont een gebrek aan onderscheidingsvermogen. - (2) Het pogen zich te bevrijden van de ervaring van een gevoel van beperking - Deze pogingen zijn nutteloos omdat "het Zelf" al compleet is. De schijnbare problemen waaronder mensen lijden komen voort uit een onnodige identificatie met dat wat verandert. - (3) Het proberen om onwetendheid te verdrijven door het najagen van objectieve kennis. "Het Zelf" echter ontstijgt kennis en onwetendheid. Het is dat waardoor ik weet wat ik weet en weet wat ik niet weet.

Tijd is een projectie van de mind, een relatief concept, geen absoluut concept. Identificatie met tijd veroorzaakt ongerustheid omtrent geboren worden en sterven. Dat tijd relatief is wordt bewezen door de algemeen gekende ervaring dat hij snel schijnt te gaan als men iets plezierigs ervaart, maar erg traag voorbij schijnt te gaan in tijden van lijden. Of nog, het feit dat wat een kind gelukkig maakt zijn waarde verliest bij het volwassen zijn. Het Zelf is tijdloos of eeuwig. Geluk zoals het gedefinieerd wordt door mensen is eerder een tijdelijke geestestoestand.

Werkelijk geluk ontstaat wanneer men weet dat men "het Zelf" is. Objecten kunnen geen geluk verschaffen. In diepe slaap zijn er geen objecten, geen lichaam of mind, toch ervaart men onbegrensd geluk, het Zelf.

HET UNIVERSUM (*jagat*)

Wat is de kosmos en hoe heeft deze zich ontwikkeld?

We zullen nu de kosmos verklaren en de evolutie van de kosmische principes.

**Het universum dat geboren is uit *Maya* is
voor zijn bestaan afhankelijk van het Zelf, bewustzijn.
Dit bewustzijn wordt *Brahman* genoemd
en is identiek met Atman, het Zelf.
Het woord '*Brahman*' betekent oneindig of onbegrensd.**

Dan rijst de vraag: hoe ontstaat de objectieve wereld, die eindig is, uit het oneindige? Omdat het oneindige niet in iets eindigs kan veranderen stelt de aanwezigheid van een tijdelijke werkelijkheid een probleem.

MAYA

***Een gecreëerd voorwerp kan tot stand komen ofwel
door een wijziging of aanpassing van de substantie
waaruit het gemaakt is ofwel door een fout die
de werkelijke substantie per vergissing aanziet voor iets anders.***

Een voorbeeld van het eerste creatie-type is een pot, gemaakt van een brok klei. Om creatie door een foutieve waarneming te begrijpen kan je volgend voorbeeld overdenken. Bij valavond nadert een dorstige reiziger een dorpsbron. Bij het naderen van de bron krimpt hij in mekaar van angst bij het zien van een slang die ineem gekronkeld ligt bij de emmer. Niet in staat zich te bewegen uit angst gebeten te worden, stelt hij zich verschrikkelijke dingen voor, waaronder zijn eigen dood. Op dat ogenblik komt een oude man naar de bron en ziet hem, verstijfd door angst.

“Wat is het probleem?” vraagt de oude man vriendelijk.

“Slang! Slang! Neem een stok voor zij aanvalt!” fluistert de reiziger als gek.

De oude man barst in lachen uit. “Hey!” zegt hij, “Kalm aan. Dat is geen slang. Het is het opgerolde bron touw. In de duisternis *lijkt* het alleen maar een slang.”

In dit geval werd de slang gecreëerd door de onwetendheid van de reiziger omtrent het touw. Deze projectie-kracht is universeel en is elk ogenblik van toepassing bij bijna elke ervaring. Het is de oorzaak van de meeste sociale conflicten.

Het proces van Zelf onderzoek omhelst primair het bewust worden van eigen projecties en het afstand nemen van dat deel van het Zelf - de mind - dat deze projecties maakt.

Wie of Wat is God?

Het vermogen waardoor “het Zelf” lichaam en mind lijkt te zijn wordt *maya* genoemd. Omdat dit een non-duale werkelijkheid is, die alleen uit onbegrensd bewustzijn bestaat...het Zelf... huist dit vermogen in het Zelf. Op het ogenblik dat het Zelf deze kracht gebruikt en de schijnbaar ervaarbare werkelijkheid die we “de wereld”noemen produceert wordt het God genoemd, de schepper (*ishwara*). Op het ogenblik dat het zich identificeert met de drie lichamen wordt het

individu genoemd (*jiva*). In essentie zijn God en het individu hetzelfde maar er is ook een verschil. Het individu staat onder de controle van *maya* en kan met zijn gedachten enkel een persoonlijke wereld creëren maar God controleert *maya* en creëert de materiële wereld.

Zolang men zich van alles afgescheiden voelt lijdt men. Hoe kan men zijn of haar identiek zijn met God, het geheel, realiseren? Het individu heeft zowel een Subtiel Lichaam als een Grofstoffelijk Lichaam. Terwijl het Grofstoffelijk Lichaam bewustzijn opslorpt zoals een stenen muur licht opslorpt, is het Subtiel Lichaam beschouwend en kan het Zelf daardoor begrepen worden.

Of door na te denken over de plaatsbepaling van objecten. Een man staat voor een boom. Waar ervaart hij de boom? Ervaart hij de boom buiten zijn lichaam, in de boom zelf? Neen. De ervaring heeft plaats in het bewustzijn. Hoe ver staat de boom van bewustzijn? Is er ruimte tussen beide? Neen. Bewustzijn neemt de vorm aan van de boom en ervaart deze. Bijgevolg is alles wat ervaren wordt niets anders dan bewustzijn. Als God het universum is en het universum wordt ervaren in bewustzijn dan is God in het bewustzijn en niet van bewustzijn gescheiden. Als het 'IK' bewustzijn is dan is 'IK' niet afgescheiden van God.

Maya is de oorzaak (*karana*) van het gevolg (*karya*) dat we kennen als creatie. Bij het creëren van een voorwerp zijn steeds drie aspecten betrokken: kennis (*jnana*) die komt van het licht principe, *sattva*, activiteit (*kriya*) die komt van het actie of energetisch principe, *rajas*, en inertie (*jada*) die komt van het inertie principe, *tamas*. *Sattva*, *rajas* en *tamas* worden de *gunas* genoemd. *Gunas* betekent koorden. Zij worden koorden genoemd omdat identificatie met hen, het individu aan de wereld bindt. *Maya* en de schepping zijn afhankelijk van het Zelf maar het Zelf is altijd vrij van hen.

Creatie

Voor elke doelbewuste creatie zijn twee oorzaken vereist: een doelgericht motief (*nimitta karana*) en een materiële substantie (*upadana karana*). Bij het maken van een pot is de mind van de pottenbakker en de idee in de mind de doelgerichte motivatie en de klei is de materiële substantie. De doelgerichte motivatie moet beschikken over de geschikte kennis, intelligentie en het vermogen om te creëren.

Wat de creatie van het universum betreft zou het er kunnen uitzien als zou de schepper de wereld gemaakt hebben uit materie. Maar wie heeft dan materie gemaakt? Het is zoals de spin die én de substantie is van het web én de intelligentie die het web maakt.

De Elementen

Het volgende deel van de tekst beschrijft het evolutieproces van de grove en subtiële elementen waaruit het universum bestaat. De subtiële objecten hebben zich uit de elementen ontwikkeld voorafgaand aan hun verdeling en herschikking. De elementen zijn voortgekomen uit *Maya*, de kracht van *Brahman*, het Zelf. Dus het Zelf is de fundamentele substantie waaruit het universum van grove en subtiële zaken(energie) is gemaakt.

De lange en complexe beschrijving in de tekst die de schepping van de elementen beschrijft is niet direct van belang voor het onderwerp van Zelf onderzoek in zoverre dat het kennen van het

vormingsproces van de objecten niet van nut is bij het onderzoek. Daarom heb ik ervoor gekozen om deze beschrijving niet toe te voegen. Creatie is altijd aanwezig in de vorm van lichaam en mind van het individu en om “het Zelf” te realiseren dient hij of zij enkel zijn of haar identificatie met de gewaarwordingen, gedachten en gevoelens die zich voordoen in de mind te ontmantelen. Vedanta adviseert niet om de gedachte te verwijderen... enkel de identificatie van het Zelf met de gedachte.

Ruimte overstijgt alles wat er in staat. Daaruit volgt dat als men een voorwerp verplaatst men niet ook de ruimte die het voorwerp inneemt moet verplaatsen. Op dezelfde wijze geldt dat bewustzijn of Atman overal is. Het Subtiel Lichaam baadt altijd in bewustzijn. Als het vrij is van onrust of lethargie, doorstraalt bewustzijn het. Als men in deze staat mediteert op de mind kan men makkelijk de volmaakte weerspiegeling van het Zelf waarnemen. Mediterend op “het Zelf” in de mind, dient men helder te overdenken wat het is en hoe het zich verhoudt tot het subtiel en grofstoffelijke lichaam, al die tijd indachtig dat hetgeen men ervaart niets anders is dan het eigen Zelf...ook al lijkt het anders. Het doel van Vedanta is om het individu te helpen zijn identiteit als het Zelf te realiseren. Deze identiteit is vervat in de mantra “tat tvam asi”, wat betekent “dat (bewustzijn) ben jij”.

Het lezen van de geschriften zal niet leiden naar Zelf realisatie omdat de schriften vol staan van tegenstellingen, net zoals het leven zelf. De subtiel paradox tussen het individu en het geheel kan verwijderd worden met de hulp van een leraar die geworteld is in de materie en de bekwaamheid bezit om dit over te brengen middels de voorgeschreven onderwijsmethodiek. Anders dan Yoga is Vedanta geen systeem van oefeningen voor doeners. Het is openbaring via paradoxen.

Wat is een Zelf-gerealiseerd persoon? (jivanmukta)

- Iemand die gerealiseerd heeft dat**
- (1) het Zelf onbegrensd is,**
 - (2) het Zelf niet verschilt van de wereld en**
 - (3) dat degene die dit inzicht heeft het Zelf is en geen afgescheiden individu.**

Het idee alleen al van een Zelf-gerealiseerd persoon is eigenlijk in tegenstrijd met de hoogste Vedanta leringen. Waarom? Omdat dit een non-duale werkelijkheid is. In een non-duale werkelijkheid zijn er geen twee (of veel) zelden. ‘Persoon’ is een concept dat betekent dat het onbegrensde Zelf beperkt is tot een bepaald lichaam of mind. Men spreekt over Zelf realisatie als het Zelf, dat geleden heeft onder een schijnbaar gevoel van beperking, de notie dat het een persoon is verwijdert.

Echter, de tekst is geschreven voor hen die vast zitten in het web van dualitet en over zichzelf denken als “personen” en verklaart daarom Zelf-realisatie vanuit het standpunt van een beperkte identiteit. Een ‘jivanmukta’ is iemand die ‘bevrijd is in dit leven’. Eigenlijk kan men niet ‘bevrijd worden’ (omdat men al vrij is) behalve wanneer bevrijding of verlichting gezien wordt als het verwijderen van Zelf onwetendheid.

Bevrijding, verlichting, Zelf-realisatie is de onwrikbare overtuiging dat men vormloos (nirvikalpa) is en helder als de lucht. Het is het rotsvaste, onwankelbare begrijpen dat men vrij is van

alles (asanga) en zelf stralend (prakasa svarupa). De bevrijde is als een golf die zich realiseert dat hij niet gescheiden is van de oceaan. Hij of zij blijkt niet anders te zijn dan andere mensen, en voelt zich niet geneigd om een identiteit te ontwikkelen als verlichte om andere mensen te redden of te imponeren. Zijn of haar fysiek lichaam gaat door zolang de uitwerking van vroegere acties (prarabdha karma) nog gaande is. Hij of zij handelt zonder het gevoel een 'doener' te zijn en bekommert zich niet om de resultaten van handelingen.

Welke soort kennis is Zelf-kennis?

De kennis van het Zelf is directe kennis (*aparoksha jnana*)

Kennis wordt op drie manieren verkregen: (1) door directe waarneming via de zintuigen (*pratyaksha*); (2) indirect door gevolgtrekking als het object van kennis niet in de nabijheid van de waarnemer is (*anumana*); (3) 'direct' (*aparoksha*). Directe kennis van iets is kennis van een object dat aanwezig is maar niet gekend. Het Zelf is altijd aanwezig. Zonder dat kan niets ervaren of gekend worden. Zelf-kennis is weten 'Ik ben oneindig', niet 'Ik ervaar/ken het Zelf'. Als iemand tot de vaststelling komt 'Ik ervaar het Zelf' dan moet hij/zij doorgaan met het onderzoek.

Wat is Karma?

Het individu (*jiva*) is zonder begin omdat hij geboren is uit onwetendheid, en dat is zonder begin. Tijdens zijn bestaan neemt het verschillende vormen aan en gaat door ontelbare geboortes en overlijdens. Eens in menselijke vorm voert het goede en slechte handelingen (*karmas*) uit met het gevoel van doener-zijn.

Of een handeling goed is of slecht wordt door het motief bepaald, eerder dan door de handeling zelf. De wet van *karma* is de wet van oorzaak en gevolg. Elke handeling heeft een effect. Elke handeling heeft een subtiel of ongezien effect dat afhangt van de motivatie. Als de motieven nobel zijn wordt karma *punya* genoemd. *Punya karma* resulteert in gelukkige ervaringen in dit leven en in het volgende. Als het motief zelfzuchtig is en kwetsend dan wordt het karma *papa* genoemd. *Papa karma* resulteert in ellende, zowel in dit leven als in het volgende.

Welke soorten karma zijn er?

(1) *agami karma*

De acties die een individu welbewust uitvoert tijdens zijn bestaan als mens, met een gevoel van doener-zijn en die positieve (*punya*) en negatieve (*papa*) indrukken achter laten in het causaal lichaam én resultaten opleveren in de toekomst, worden *agami karma* genoemd. Dieren hebben geen *karma* omdat er geen gevoel van doener-zijn is bij wat zij doen. *Agami karma* wordt vernietigd door het Weten 'IK ben eindelijk bewustzijn'.

(2)sanchita karma

De voorraad *punyas* en *papas* opgestapeld doorheen de tijd en op de individuele karmische rekening bijgehouden wachtend op uitwerking wordt *sanchita karma* genoemd. *Sanchita karma* wordt vernietigd door het Weten 'IK ben eindeloos bewustzijn'.

(3)prarabdha karma

Geboren in een lichaam, kunnen de gevolgen van vroegere daden die in *dit* leven resulteren enkel worden uitgewerkt door ervan te genieten en erdoor te lijden...zij worden *prarabdha* genoemd.

Het *prarabdha karma* bepaalt de vorm van het lichaam dat men aanneemt in dit leven en het type van omgeving dat meest geschikt is om het uit te werken. Of de omgeving aangenaam is of niet wordt bepaald door de types karma's die moeten worden uitgewerkt. Als het *prarabdha karma* uitgeput is sterft het lichaam.

De Wet van Karma en de drie types karma's verklaren de variatie en de verscheidenheid in de verschillende mensenlevens alsook in natuur in het algemeen. Sommige mensen zijn gelukkig en andere niet. Zelfs wat dieren- en plantenlevens betreft is die diversiteit vanzelfsprekend. De oorzaak ervan is de grote verscheidenheid aan *karma*.

Net zoals de dromer bij het ontwaken vrij wordt van alle handelingen die hij of zij in de droom verrichtte, is de gerealiseerde ziel bevrijd van *sanchita* en *agami karma* als hij of zij ontwaakt in het weten 'Ik ben heel en compleet actieloos bewustzijn'. Ook de *prarabdha karmas* die zich in dit leven uitwerken zullen hem of haar niet raken.

Zoals een man die zichzelf ziet in een holle of bolle spiegel weet dat hijzelf vrij is van de beperkingen van het verwrongen spiegelbeeld, weet een gerealiseerd Zelf ook dat hij of zij niet gebonden is door de beperkingen van lichaam en geest.

Kennis is de enige weg naar Zelf-realisatie, net zoals vuur de enige manier is om eten te koken. Net zoals bijvoorbeeld brandstof nodig is om vuur te maken, zijn methodes en technieken nodig om zichzelf voor te bereiden op het kennen van het Zelf. De technieken voor het zuiveren van het Zelf waardoor de hierboven beschreven kwaliteiten zich kunnen ontwikkelen worden Yoga genoemd en zij worden uitgelegd in de geschriften over Yoga. De technieken die worden gebruikt om kennis van het Zelf te verwerven zijn luisteren/horen (*sravana*), beschouwen/reflectie (*manana*) en verwerken/assimilatie (*nidiyasana*) en vormen de Vedanta beoefening (*sadhana*).

Opdat men kennis kan verkrijgen moet men eerst horen waarover het gaat. Na het horen moet men reflecteren en onderzoeken om te zien of dat wat men heeft gehoord ook klopt. Eens men daarvan overtuigd is dient men volgens de waarheid te leven. Als iemand gelooft dat hij of zij beperkt is, ongeschikt en onvolkomen dan zal zijn of haar leven nooit een bron van vreugde kunnen zijn. Echter, als men na lang mediteren/bespiegelen volledig aanvaardt dat men heel en compleet is, dan zal leven een grote vreugde zijn.

Einde

Een Bekentenis

Mocht de lezer bovenstaande tekst vergelijken met het Sanskriet origineel dan zal hij of zij verschillende voorbeelden vinden waarin deze tekst geen exact kopie is van het origineel. Dit is geen vergissing. Het exemplaar waarmee ik heb gewerkt, een uitgave door de Chinmaya Missie een veertigtal jaren geleden geschreven, bevatte alle originele teksten maar de presentatie inspireerde niet. Daarom heb ik ervoor gekozen de tekst in een aantrekkelijker gebruiksvriendelijke opmaak weer te geven met als gevolg dat ik sommige verzen heb samen genomen en ingekort. Over het algemeen heb ik mij gehouden aan de commentaren door één van de Swaminis van de Missie maar hier en daar heb ik andere toepasbare voorbeelden en verklaringen toegevoegd die in lijn zijn met de Vedanta traditie.

Motivatie

Hoe kan ik enkele wijzigingen in de originele opmaak rechtvaardigen? Immers, zijn dit niet gewijde, heilige oude teksten? Ja en neen. Eerst en vooral heb ik persoonlijk niets te winnen bij het aanbrengen van wijzigingen. Vedanta is de liefde van mijn leven net omdat haar onpersoonlijke wijsheid de tand des tijds heeft doorstaan. Spijtig genoeg is er geen officiële instantie met een wettelijk statuut, bemand door wijzen en anoniem gesponsord tot in eeuwigheid die de uitgave en verdeling van Vedische literatuur kan controleren met de bedoeling de puurheid ervan te bewaren. De continue publicaties van Vedanta over de eeuwen heen werden uitgedragen door toegewijde wijzen die haar historisch en spiritueel belang erkennen en door Zelf gerealiseerde zielen die erdoor werden getransformeerd en haar levend willen houden uit enthousiasme en mededogen. HHHelaas zijn er velen, ontwaakt buiten de traditie, die de betekenis van Vedanta niet begrijpen maar wel haar genialiteit erkennen en die vinden dat haar wijsheid kan verbeterd worden of 'aangepast' aan moderne tijden. Dat kan niet. Mensen zijn mensen. Wat zij zijn zullen zij altijd zijn. Lang geleden hebben een aantal grote spirituele pioniers in India een uitweg gevonden uit het probleem van mens-zijn en die wijsheid werd Vedanta. Vedanta heruitvinden is niet nodig. Helaas heeft de wereldwijde explosie van spiritueel zoeken van de laatste vijfendertig jaar veel 'ontwaakten' voortgebracht waarvan velen niet de tijd hebben genomen om hun begrip van de hoge norm van traditioneel Vedanta uit te zuiveren. Vandaar dat er recent een zekere graad van verwatering is opgetreden, het meest schrijnend voorbeeld is de hardnekkige verwarring tussen de leringen van Yoga en deze van Vedanta. Yoga is een ondergeschikte discipline onder de algemene noemer van traditioneel Vedanta onderricht. Het is voor 'doeners' en zij die Yoga beoefenen geloven, tot de ervaring hen tegensprekt, dat verlichting een soort unieke ervaring van nirwana of nirvikalpa samadhi is. Echter, daar mensen zo ervaringsgericht zijn worden zij gemakkelijk door de Yoga-manier van kijken verleid en verwerpen zij makkelijk het werkelijke belang van Vedanta...en dat is: het is onwetendheid, niet het gebrek aan een blijvende ervaring van het Zelf, die verantwoordelijk is voor het gevoel van beperktheid dat rondspookt in de menselijke mind.

Tattva Bodha heeft echter geen last van dit probleem. Het is simpelweg een tekst die het podium voorbereid voor traditioneel onderricht door het introduceren van de taal die gebruikt wordt om onwetendheid van het Zelf weg te werken en het Zelf te onthullen. Het probleem is minder voor de hand liggend; taal heeft zich verder ontwikkeld ... zoals dat gaat ... zodat de vertalingen die dienst deden voor vorige generaties nu niet meer zo goed werken. Vedische teksten

worden al meer dan een goeie honderd jaar in het Engels gepubliceerd. Het Victoriaans Engels waarin de eerste golf van vertalingen is ingebed heeft zijn dienst gedaan maar is voor velen niet langer aantrekkelijk. Daarom heb ik het tot mijn missie gemaakt om het Engels van sommige vertalingen van belangrijke teksten te herzien. Daarenboven voel ik me hiertoe in staat, ten eerste omdat, zoals hiervoor reeds gezegd, mijn liefde voor Vedanta zuiver is. Ten tweede omdat ik het geleerd heb van binnen uit, in India, van Indische wijzen die nog met de oude traditie verbonden waren. Ten derde omdat mijn begrip van de leringen een diep geworteld begrip is; wie ik ben en hoe ik leef is niet afgescheiden van de Vedanta leringen. En ten laatste, ik houd van woorden en ben de altijd-veranderende aard van de Engelse taal blijven volgen. Het blijkt dat ik er iets mee kan, want andere werken die ik up-to-date heb gemaakt hebben een grote invloed gehad op het leven van mensen. Ben je een purist en wil je jezelf ervan verzekeren dat ik hier en daar geen hoeken heb afgesneden, dan kan je altijd een origineel Sanskriet exemplaar opvissen en vergelijken met bovenstaand kopie. Ik voorspel je dat je geen enkel belangrijk verschil zal vinden en dat het in de geest gelijk is aan het origineel.