

EEN VERKENNING NAAR DE BETEKENIS VOOR DE SPIRITUELE ZOEKER VAN DE UPANIṢADS

De vermomde gidsen naar zelfkennis

Ferit Arav

Weergave van de lezing in het kader van 'Dag van de Cultuur', gehouden op 26 mei 2013
School voor praktische Filosofie en Spiritualiteit, Deventer

Samenvatting

De dorst naar kennis in de mens manifesteert zich in zijn zoektocht naar de betekenis van zijn eigen bestaan en van de schepping. Er is veel kennis over de wereld maar slechts enkelen onderwerpen de onderzoeker zelf aan onderzoek: wie ben ik? Het zoeken naar zijn eigen werkelijke identiteit leidt de mens naar binnen waar wereldse kennis nutteloos blijkt. Want dit is de weg naar zelfkennis met als enige begeleider, naast een leraar, de geschriften, waaronder de Upaniṣads.

Upaniṣads vormen het sluitstuk van de Veda's en verwoorden de hoogste kennis die nog te vatten is voor de menselijke intelligentie en herkenbaar op de reis naar de innerlijke werkelijkheid. Ze zijn een onmisbare bron van inspiratie voor de zoeker naar de essentie van zijn bestaan.

Voorwoord

In de loop van vele jaren in mijn zoektocht naar de betekenis van het menselijk bestaan werd ik herhaaldelijk getroffen en geholpen door de kennis die in de Upaniṣads is verwoord. Mijn kennis van de Upaniṣads bestond echter uit niet meer dan brokstukken waarmee ik aanraking kwam gedurende vele jaren. Toen ik de uitnodiging kreeg om in het kader van de 'Dag van de Cultuur' een lezing over de Upaniṣads te houden heb ik die in dankbaarheid aangenomen. Dit gaf me de mogelijkheid om mijn kennis over de Upaniṣads te structureren en met andere belangstellenden te delen. Het in deze lezing aangeboden is uiteraard een weergave van mijn persoonlijke zienswijze.

F.A, Hengelo, mei 2013

Inleiding

De Upaniṣads, worden beschouwd als geschriften die de hoogste kennis over de mens bevatten. Dit is een zeer globale kwalificatie en daarom zullen we ons eerst nader moeten oriënteren om welke kennis het gaat. Voor wie zijn ze bestemd? Wat hebben wij aan deze geschriften?

Laten we eerst kijken wat we van ons zelf en van ons leven weten. Vanaf het moment van het wakker worden tot aan de nachtrust toe zijn we als individu voortdurend bezig met activiteiten en ondergaan talloze gewaarwordingen en ervaringen.

Enkele voorbeelden:

Subject Object

Ik ben wakker
Ik ga ontbijten
Ik heb buikpijn
Ik ben een meter zeventig groot
Ik ga vakantie bespreken
Ik heb problemen op mijn werk

Subject Object

Ik vind deze schoenen niet mooi
Ik vind sterrenkunde zeer interessant
Ik ben geëmotioneerd door dit gebeuren
Ik ga geneeskunde studeren
Ik heb een zuinige auto
Ik heb angst om in het donker te lopen

Als we deze uitspraken nader beschouwen dan zien we dat we onszelf als 'ik' uitdrukken en ons steeds richten op waar dat 'ik' zich mee verbindt zoals wakker worden, ontbijten enz.. We weten alles over waar het 'ik' zich mee verbindt. We kunnen heel veel vertellen over ons ontbijt, werk, onze vakantie, angsten, verlangens, emoties enz. Het 'ik' is hier het subject en het object is dát waarmee het 'ik' zich mee verbindt, een voorwerp, handeling, mening enz. Onze dorst naar kennis is in eerste instantie gericht op het object, de wereld waarin we ons bevinden. Ook de gehele wetenschap richt zich op de objectieve wereld. Natuurkunde, biologie, mechanica, astronomie, geneeskunde en zelfs psychologie en psychiatrie.

Wat weten we echter van het 'ik' aan het begin van elke hierboven genoemde uitspraak? Wat is dat 'ik'? Waar komt het vandaan? Het 'ik' dat altijd als de eerste gedachte in ons opkomt? Het is dat 'ik' dat de wereld ervaart, lijdt en geniet, pijn en plezier ervaart, angsten en verlangens kent. Geen enkele kennis betreffende datgene waar het 'ik' zich mee verbindt kan iets over het 'ik' zelf zeggen. Geen enkele wetenschap, noch geneeskunde noch zelfs psychologie kan iets over het 'ik' zeggen. Want bij al dit soort van kennis opdoen richt de mens zijn aandacht naar buiten en zolang we naar buitengericht zijn ontsnapt het 'ik' aan onze waarneming. Om erachter te komen wat het 'ik' is dient het onderzoek op dat 'ik' gericht te worden. Kan het 'ik' een object van waarneming zijn? Hoe dan wel? Onze instrumenten, bestaande uit de vijf zintuigen en het denkvermogen, die getraind zijn om alleen de uiterlijke wereld te verkennen hebben geen toegang tot het gebied waarin het 'ik' zich bevindt. Het is evident dat ook onze gebruikstaal, die ontwikkeld is voor het kennen van de wereld, hiervoor ontoereikend is. Wanneer we op zoek gaan naar het 'ik' in ons, dat zich in het hart bevindt, is wat daar op volgt alleen stilte. In die stilte openbaart het 'ik' zich op een andere wijze: vrij, grenzeloos, tijdloos en ongebonden. Het is de ware aard van de mens. Dit voelt zo gewoon dat het zich niet leent om er over gesproken te worden. Om meer over deze stille en eenzame staat te weten te komen is de hulp onmisbaar van een gids, of leraar die de weg kent, of kennis die geopenbaard is in geschriften. De ontelbare geschriften verkondigen enkel en alleen het onderscheid tussen wat we denken te zijn, namelijk een gebonden individu, en wat we werkelijk zijn, namelijk vrij, onbegrensd en altijd gelukkig. De Upaniṣads zijn een voorbeeld van het soort geschriften dat ons de weg wijst naar het ontdekken van onze ware identiteit en ons op die weg begeleidt.

Wij allen kunnen de bovengenoemde stille staat ervaren door ons voor een ogenblik van de uiterlijke wereld, fysiek én mentaal, af te wenden. Het in praktijk brengen ervan is heel simpel: evenwichtig en ontspannen zitten, de ogen sluiten en de stroom van de gedachten tot stilstand laten komen. Dus voor een ogenblik het denken laten ophouden actief te zijn, wat neer komt op de afwezigheid van gedachten. Ondanks het feit dat er in deze stille staat geen gedachten zijn is er nog altijd het gevoel van bestaan. Ik ben er altijd, ook als er niets waar te nemen is in de vorm van gedachten. Hier, in deze staat manifesteert het 'Ik' zich vrij van de persoonlijkheid, de wereld, en ook vrij van ideeën, meningen, emoties, angsten enz.

Wat kan er nu geweten of gezegd worden over dat wat zich als dit Ik-bewustzijn openbaart wanneer er geen mentale activiteit is, geen bewegingen in de geest, geen gedachten (inhoudende de rechter zijde van de opgesomde activiteiten boven)? Met welke taal, die bedoeld is voor het wereldse leven, kan dit omschreven worden? Vandaar dat de kennis van dat wat zich in absolute stilte openbaart slechts door middel van een metafoor, mythe, gelijkenis, parabel of legende verwoord kan worden. Dit is de wijze waarop kennis die de wereldse kennis overstijgt in de geschriften is verwoord. Hier ligt echter wel het gevaar dat de letterlijke betekenis van dergelijke teksten gemakkelijk tot onbedoelde interpretaties kan leiden.

Er zijn vele geschriften waarin kennis over het bestaan en de bestemming van de mens is verwoord. Praktisch elke religie kent een geschrift ontstaan uit een bron, zoals bij Christendom, Jodendom en Islam dat meestal naar haar oprichter wordt genoemd. De Vedische geschriften die hieronder nader worden gesproken wijken hier van af.

De Vedische geschriften

De Upaniṣads behoren tot een veertiendelig systeem van geschriften die naar mijn mening voor de hele mensheid bestemd zijn en daardoor niet tot een religie behoren hoewel de aanhangers van hindoeïsme ze beschouwen als hun geschriften. De hoofdingeling van deze geschriften bestaat uit: 1. de vier Veda's (R̥g, Yajur, Sāma, Atharva), 2. de zes tot de Veda's behorende aanhangsels (Vedanga's). De Vedanga's bestaan uit: Sikṣa (intonatie en spelling), Vyākarna (grammatica), Chānda's (metrum, versmaat), Niruktha (etymologie of woordaflleiding), Jyotiṣa (astronomie en astrologie) en Kalpa (procedure van offerrituelen), 3. de Upanga's. De Upanga's bestaan uit Mīmāṃsa (interpretatie van Vedische teksten), Nyāya (logica), Purāna (mythologie) en Dhārma Sāstrā's (gedragcodes).

De Upaniṣads maken deel uit van de Veda's en daarom is het nuttig om eerst enige aandacht aan de Veda's te besteden. Afwijkend van de eerder genoemde tot een religie behorende geschriften die openbaringen inhouden, worden de Veda's beschouwd als heilige teksten of *mantra*'s. Het gaat hier niet om een enkel geschrift; de Veda's maken deel uit van een systeem dat bestaat uit een groot aantal geschriften, op vele niveaus.

In tegenstelling tot andere geschriften worden aan de Veda's enkele bijzonderheden toegekend. Namelijk ze zijn zonder begin (*anādi*), zonder menselijk auteurschap (*śruti*) en zonder einde (*ananta*).

Het zonder begin en van niet menselijke oorsprong zijn van de Veda's kan als volgt worden uitgelegd: zolang het universum bestaat is alles onderworpen aan wetmatigheden zoals de wet van zwaartekracht. Alle materiële voorwerpen die in beweging zijn gedragen zich volgens de wet van zwaartekracht, die geldt voor het simpele balspel tot aan de beweging van ruimteschepen en planeten. Kennis van de wet van zwaartekracht is er altijd geweest vanaf het prille begin van het universum. Toch is die wet pas ca. 400 jaar geleden door Newton ontdekt en pas daarna kon de mens van deze kennis gebruik maken. Over Einstein wordt

gezegd dat hij de relativiteitstheorie niet heeft ontdekt door intellectuele redenering maar dat de formule ineens in zijn geest opflitste. Wat hij zonder wetenschappelijke afleiding poneerde bleek achteraf in de praktijk wel te kloppen. Op vergelijkbare wijze werden ontdekkingen op spiritueel gebied door *Rṣi's* (zieners) gedaan. Het gaat hier dus om het ontdekken, of eigenlijk het zien, van wat er altijd is maar voor het gewone denken onder een deklaag verborgen blijft. Deze ontdekkingen, de Veda's, zijn, net als in het geval van Newtons mechanica, gekoppeld aan de namen van de zieners. Hierdoor ontstaat de indruk dat er vele auteurs van de Veda's zijn. Per definitie zijn de Veda's *apuruṣeyam*, of van niet-menselijke oorsprong. De door *Rṣi's* zelf geschreven mantra's worden *mantra karta* genoemd terwijl die van de Veda's *mantra dr̥ṣhta* worden genoemd, dat 'door de zieners geziene mantra's' betekent.

Over de eindeloosheid van de Veda's kunnen we weer een vergelijking maken met de fysieke wetten van het universum. Kennen we alle wetten die het universum besturen? Na Newton en Einstein kwamen andere geleerden die telkens nieuwe kennis en wetten betreffende het stoffelijke universum hebben aangedragen. Ook op andere gebieden als astronomie, geneeskunde, wiskunde en natuurkunde worden steeds meer ontdekkingen gedaan. Waarom zou dat niet op spiritueel gebied gelden? De *Rṣi's* waren zich kennelijk van de eindeloosheid van al wat bestaat bewust waarover het volgende verhaal bestaat: "De grote wijze Bharadvāja bestudeerde de Veda's gedurende drie levens, die speciaal voor dit doel aan hem waren gegund. Eens verscheen Heer Parameśvara (de opperste Heer) voor hem en zei 'Ik zal je nog een leven schenken, waar wil je dat aan besteden?' Bharadvāja zei dat hij zijn volgende leven eveneens zou besteden aan de studie van de Veda's. Omdat het niet mogelijk is om alle Veda's zelfs in ontelbare levens te bestuderen, kreeg de Heer medelijden met Bharadvāja om zijn voorgenomen vergeefse pogingen en wilde hem een indruk geven van het gigantische karwei waar hij voor stond. Hij liet drie enorme bergen verschijnen, namelijk een handvol aarde en zei: wat je tot nu toe hebt bestudeerd is gelijk aan deze handvol aarde. Wat je nog kunt bestuderen is zo groot als deze bergen".

In de tabel op de laatste pagina van dit artikel is een overzicht gegeven van de aan ons bekende Heilige Boeken die aan de Hindoe traditie worden toegeschreven [1]¹. Slechts als een fractie hiervan zijn dertien belangrijkste Upaniṣads genoemd uit een totaal van over de honderd stuks die bekend zijn. Zeer omvangrijke werken als de *Rāmāyaṇa* en *Mahābhārata* die elk tienduizenden verzen tellen, vormen slechts een beperkt deel van dit overzicht. Inmiddels is een deel van deze geschriften in verschillende talen vertaald en vrij gemakkelijk als boek verkrijgbaar. Men moet echter niet uit het oog verliezen dat deze geschriften van oorsprong als geheim werden beschouwd en door de bevoegde autoriteiten zorgvuldig bewaard. Het is niet onwaarschijnlijk dat we geen weet hebben van het bestaan van een substantiele hoeveelheid van dit soort geschriften.

Wat er verder nog opvalt is dat er tussen de kennis van het tastbare universum en spirituele kennis nog een principiële verschil bestaat. De kennis van het universum dijt steeds meer uit (divergerend) terwijl de kennis van spiritualiteit, ondanks de eindeloosheid van de Veda's, convergerend is, namelijk ze voeren tot één enkele uitkomst: Brahman. Alle als heilig beschouwde boeken behoren in principe tot de z.g. lagere kennis, kennis die verwoord kan worden maar de mens in staat stelt deze kennis te overstijgen en zich te bevrijden van onwetendheid, leidend tot één zijn. Kennis van dat één-zijn, Brahman, of het Zelf, is de hogere kennis dat niet verwoord kan worden omdat dat zich buiten dualiteit bevindt².

¹ Getallen tussen vierkante haakjes verwijzen naar literatuur aan het einde van het artikel.

² Muṇḍaka Upaniṣad I,4,5

Een andere vraag is; in hoeverre de Vedische geschriften, die zeer oud zijn, hun originaliteit tot nu toe hebben weten te behouden. In de oudheid zijn de Veda's alleen geciteerd door ze in melodie te zingen volgens vaste methoden ten einde ze voor altijd foutvrij te behouden. De *pandita's* die zich hiervoor inzetten worden *ganapāti's* genoemd. Een *ganapāti* reciteert de woorden van een *mantra* vooruit en achteruit in verschillende patronen. Bijvoorbeeld bij de methode *Pada Pātha* worden de zinnen ontleed tot enkele woorden. Hiermede neemt de student kennis van de betekenis van elk woord apart. Dan volgt *Krama Pātha* waarbij elk woord achtereenvolgend aan het volgende wordt gekoppeld totdat de gehele zin van de *mantra* is voltooid. De recitatie hiervan stelt de student in staat de betekenis van de *mantra* tot zich te nemen.

De volgende stap is *Jatā Pātha*. Hier wordt het eerste woord en het tweede woord eerst tezamen geciteerd en dan in omgekeerde volgorde geciteerd, en daarna weer in de oorspronkelijke volgorde. *Sikha Pātha* en *Ghana Pātha* zijn nog complexere systemen.

Het doel van deze vele soorten recitaties is het behoud van de oorspronkelijkheid van de *mantra's*. Zoals bekend is de taal van de Veda's Sanskrit. Sanskrit is geen spreektaal en daardoor niet onderhevig aan veranderingen.

Ten slotte moge hier als laatste vermeld worden de Brahma Sūtra's met commentaren, weergave van de essentie van de Veda's door Vyāsa in de vorm van aforismen.

De Veda's

Het woord Veda betekent kennen of weten. Er wordt gezegd dat de zieners voor het welzijn en geluk van de mensheid uit de eindeloze Veda's een viertal hebben kunnen bemachtigen. Deze zijn de **Ṛg Veda**, **Yajur Veda**, **Sāma Veda** en de **Atharva Veda**. Van deze Veda's zijn er echter ook verschillende versies en methoden van recitatie (*pāsthāntharam*). Een school van recitatie wordt een *śākhā*, of tak van de Vedische boom, genoemd. Dit wordt vergeleken met een banyan boom met ontelbare takken (*śākhā's*) waarvan de hoofdtakken uit de vier Veda's bestaan. Bovendien bestaat elke hoofdtak (de Veda's) uit vier delen:

1. Samhitā's ('samengesteld', bestaat uit hymnen aan de goden, tellen in totaal 20500 mantra's voor alle vier Veda's).
2. Brāhmaṇa's ('heilige kennis', voorschriften voor de offerdienst en uitleggingen).
3. Āraṇyaka's ('woudboeken', bestemd voor diegenen die zich op rijpere leeftijd terugtrekken uit het huiselijk en maatschappelijk leven, om zich in het woud te wijden aan godsdienstige overpeinzing).
4. Upaniṣads, de jongste en meest wijsgerige gedeelten van deze woudboeken. Het woord is afgeleid van 'bij-neer-zitten' en duidt een lering aan, die in intieme kring wordt gegeven, waar de leerlingen neerzittend aan de voeten van hun leermeester eerbiedig en aandachtig naar hem luisteren. Net zoals een kleuter op de schoot van de moeder zit en vol geloof en met aandacht naar het fantastische sprookje luistert dat zijn moeder vertelt. Hieruit zou men kunnen afleiden dat de Upaniṣads bedoeld zijn om onderwezen te worden door een leermeester in intieme kring en dat ze niet bedoeld zijn voor zelfstudie. Upaniṣad kan ook betekenen: 'dat wat je naar Brahman brengt'.

De Upaniṣads

De Upaniṣads vormen het sluitstuk van de Veda's en komen na de Āraṇyaka's. Wanneer ook de Veda's als een boomstructuur worden voorgesteld, dan zijn de Samhitā's de takken, de

Brāhmaṇa's de bloesems, de Āraṇyaka's de vruchten in onrijpe staat en de Upaniṣads ten slotte de rijpe vruchten.

De directe methode van zelfrealisatie via de weg van kennis, de niet-dualiteit en van de Opperste Waarheid, zijn in de Upaniṣads uitgelegd. Het hoofdthema van de Upaniṣads is een filosofisch onderzoek naar het menselijk bestaan om de bevrijde staat van de geest te bereiken. De Upaniṣads stellen dat wanneer ātman, of het Zelf, gekend wordt alles zal worden gekend.

De Veda's beschrijven ook een manier van leven en wanneer men volgens de richtlijnen van de Veda's leeft wordt de geest gezuiverd. De studie van de Upaniṣads in deze fase is dan niet een intellectuele activiteit maar een manier van leven, als het ware een bijzondere wijze van de ervaring van het leven. Welke betekenis de Upaniṣads voor de onderzoeker hebben blijft vooralsnog verborgen zoals een wijze wiens ware aard door zijn vermomming niet direct herkend wordt. Uiteindelijk wordt het hoogtepunt van het menselijk bestaan bereikt, de ervaring van non-dualiteit. In deze fase wordt de betekenis van de *mahāvākya's*³ herkend. Het wordt dan duidelijk dat de Upaniṣads de ultieme boodschap en het einddoel van de Veda's inhouden. Om deze reden zijn de Upaniṣads bekend als Vedanta, het woord 'anta' betekent eind, het einde van de Veda's. De uiteindelijke doelstelling van de Veda's is in de Upaniṣads vervat. In tegenstelling tot de wetenschappen die zich richten op de wereld der verschijnselen en uitgaan van het bestaan van een reële tijd en ruimte, zeggen de Upaniṣads dat de waarheid alleen gerealiseerd kan worden, wanneer deze concepten worden overstegen⁴.

De betekenis van de Upaniṣads voor de spirituele zoeker

Laten we nu terugkomen op de vraag: voor wie zijn Upaniṣads bedoeld, en op welke wijze worden ze geraadpleegd? Ze zijn uitsluitend bestemd voor hem die aanvoelt dat er iets van onveranderlijke en eeuwige aard aan dit voorbijgaande en veranderlijke bestaan ten grondslag moet liggen. Hij heeft reeds een lange weg, met intens onderzoek naar de waarheid van zijn menselijk bestaan, afgelegd en kwaliteiten verworven zoals kalmte en onthechting. Om zijn dorst naar kennis over zijn menselijk bestaan te lessen is hij voortdurend bezig met onderzoek met naar binnen gerichte aandacht. Naarmate hij in zijn onderzoek vordert wordt hij steeds meer zijn ware aard gewaar. Toch zit hij met een vraag: in hoeverre is de kennis die hem op zijn zoektocht wordt geopenbaard waar? En hier zijn de Upaniṣads van onmisbare hulp; hij herkent namelijk in deze geschriften de bevestiging van de in hem geopenbaarde kennis. In dat opzicht zijn de Upaniṣads de bakens die hem op zijn zoektocht begeleiden. Ze zijn de gezaghebbende bron van kennis over 'Mijzelf', de mens zelf en de schepping. Net als wanneer een student bij zijn wiskunde leraar naar bevestiging vraagt van de juistheid van de uitkomst van een som die hij heeft opgelost, vindt de onderzoeker de bevestiging van wat zich in hem openbaart in de woorden van de leraar of de geschriften. De bevestiging van het geopenbaarde gaat bij de zoeker gepaard met een onmiskenbaar gevoel van innerlijke vreugde en motivatie om zijn onderzoek voort te zetten.

³ Mahāvākya: letterlijk: 'grote uitspraak'. Deze verklaren de eenheid van Brahman en ātman. Er zijn vele mahāvākya's in de Veda's maar vier ervan, elk behorende tot een van de Veda's, zijn het meest bekend. Deze zijn *Prajñānam Brahma* (Brahman is bewustzijn) uit de Aitareya Upaniṣad (3.3) van R̥g Veda, *Aham Brahmasmi* (Ik ben Brahman) uit Bṛihadāraṇyaka Upaniṣad (1.4.10) van Yajur Veda, *Tat tvam asi* (Dat zij Gij) uit Chāndogya Upaniṣad (6,8.7) van Sāma Veda en *Ayāmātma Brahma* (Dit Zelf (ātman) is Brahman) uit Māṇḍukya Upaniṣad (1.2) van Atharva Veda.

⁴ De onhoudbaarheid van het zelfstandig bestaan van de wereld onafhankelijk van de waarnemer is inmiddels door Quantum Mechanica aangetoond. De relativiteitstheorie heeft bovendien bewezen dat tijd en ruimte geen van elkaar onafhankelijke concepten zijn.

Over de inhoud van de Upaniṣads

Zoals vele andere geschriften verkondigen ook de Upaniṣads in essentie enkel en alleen de éénheid van al het bestaande en dat dualiteit op illusie berust. Om een indruk te geven van de inhoud van de Upaniṣads worden hieronder enkele passages uit een aantal Upaniṣads geciteerd.

Doorgaans begint een Upaniṣad met een invocatie die tekenend is voor de nederige houding van de zoeker naar waarheid die zich geheel open stelt om kennis te ontvangen.

In de volgende invocatie, die aan de Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad wordt toegeschreven, komt het diepe verlangen van de zoeker die zich van onwetendheid wil bevrijden als volgt tot uiting:

*“Leid mij van het onwerkelijke naar het werkelijke!
Leid mij van duisternis naar het licht!
Leid mij van dood naar onsterfelijkheid!”*

De onderzoekende instelling van de leerling komt tot uiting in de volgende vragen aan zijn leermeester in Kena Upaniṣad⁵:

“Wat heeft mijn geest op jacht doen gaan? Wat heeft mijn leven doen beginnen? Wat beweegt de tong? Welke God heeft mijn oog en oor geopend?”

Aan de leerling, die met deze vragen zijn rijpheid voor het ontvangen van het hoogste spirituele onderwijs heeft getoond, begint daarop de leermeester met de volgende woorden de weg te wijzen naar de onveranderlijke essentie van zijn bestaan.

“Het leeft in alles wat leeft. Het hoort door het oor, denkt door de geest, spreekt door de tong en ziet door het oog. De wijze mens hecht zich noch aan dit noch aan dat, stijgt uit boven de wereld en bereikt onsterfelijkheid.

Dat waar in de bovengenoemde uitspraak naar verwezen wordt is Brahman, of het Zelf, de essentie van elk wezen, en wiens natuur bestaan, bewustzijn en gelukzaligheid is. Dat er in essentie geen verschil is tussen elk wezen en Brahman en dat de wezens nadat ze uit Brahman ontsproten zijn en een tijdje een zelfstandig bestaan hebben gehad ten slotte weer tot Brahman terug zullen keren is in de Muṇḍaka Upaniṣad als volgt verwoord.

“Zoals uit een felvlammend vuur de vonken spatten, bij duizenden van gelijke natuur, zo zijn aan het onvergankelijke de veelvuldige wezens ontsprongen, vriend, en keren daartoe weer”.

“Noch zon, noch maan of ster, noch vuur of bliksem verlicht Hem. Als Hij schijnt begint alles te schijnen. Alles in de wereld weerkaatst Zijn licht”.

“Hij die Hem gevonden heeft, zoekt niet meer; daar zijn begeerte verdwenen is, heeft hij vrede. Nadat hij dat wat overal is, van alle kanten benaderd heeft, gaat hij over in het Al.”⁶

In Kaṭha Upaniṣad legt Yama, de God van Tijd en de Dood, aan Naciketas uit dat het Zelf de onveranderlijke, eeuwige, oneindige en alwetende essentie van alles is⁷:

- “Dit Zelf weet alles, wordt niet geboren, sterft niet, is niet het gevolg van enige oorzaak; het is eeuwig, onafhankelijk, onvergankelijk, aloud. Hoe kan de dood van het lichaam Hem doden?”

Het kan alleen gerealiseerd worden wanneer de geest kalm en zonder begeerten is:

⁵ Kena Upanishad I.1.

⁶ Muṇḍaka Upanishad II,1.1 e.v.

⁷ Kaṭha Upanishad II, 18 ev.

- *"Het Zelf leeft in alle harten. Wanneer de zinnen tot rust zijn gekomen, vrij van begeerte dan vindt de mens Hem, en stijgt uit boven verdriet."*

Ons wordt ook verteld waar we Hem niet moeten zoeken:

- *"Het Zelf wordt niet gekend door discussie, door haarkloverij, door geleerdheid, hoe groot ook."*

Voor de realisatie van het doel van dit leven hoeft men zijn plaats midden in de wereld als huishouder niet te verlaten en dat de instructies van de Veda's heel menselijk zijn wordt in de Taittirīya Upaniṣad als volgt verwoord:

Na de Veda's onderwezen te hebben zegt de leermeester tot de leerling: 'Spreek de waarheid. Doe uw plicht. Bestudeer de Veda's. Geef de leermeester wat passend is. Zet uw geslacht voort. Verwaarloos noch uw geestelijke noch uw wereldlijke welzijn. Leer en onderwijs altijd. Vergeet noch de waarheid, noch de deugd. Wees plichtgetrouw jegens de Goden.

Laat uw moeder uw god, uw vader uw god, uw leermeester uw god zijn. Volg alleen onze goede daden na, zo kan u niets verweten worden.

Geef met vertrouwen; indien ge vertrouwen mist, geef dan niets. Geef in verhouding tot uw middelen. Geef met hoffelijkheid. Geef met eerbied. Geef aan hen die het verdienen.

Indien ge in een bijzonder geval twijfelt, bedenk dan welke vriendelijkheid, welk plichtsgevoel, welke onafhankelijkheid van publieke opinie sommige heilige mensen in uw omgeving onder gelijke omstandigheden zouden tonen. Indien ge twijfelt wat ge van iemand moet denken, bedenk dan wat sommige van zulke heilige mensen van hen zouden denken'.⁸

Dat het gehele universum niets anders dan de manifestatie van Brahman is wordt in Chāndogya Upaniṣad als volgt begriepelijk gemaakt:

"Door een brok klei te kennen, kent ge alle dingen die van klei gemaakt zijn; zij verschillen als het ware in taal en in naam, daar zij geen realiteit bezitten dan hun klei".⁹

Het onderscheid tussen het tijdelijke, te wijten aan de duale staat als gevolg van onwetendheid, en het eeuwige in de bevrijde staat vrij van dualiteit, legt Nārada aan Sanatkumāra in dezelfde Upaniṣad als volgt uit:

"Waar een mens iets vindt en niets anders ziet, niets anders hoort, niets ander weet, dat is het onbegrensde; waar hij iets vindt en iets anders ziet, iets anders hoort, iets anders weet, dát is het begrensde. Het onbegrensde is onsterfelijk; het begrensde is sterfelijk".

Het hart is de bron van waaruit het individuele 'ik' oprijst en met de wereld een relatie in dualiteit aangaat. Het ondergaat pijn en plezier, vreugde en verdriet, in een eindeloos proces, *samsāra*. De bevrijding hiervan wordt bereikt wanneer de individualiteit weer in het hart oplost. In Chāndogya Upaniṣad staat:

"Het Zelf blijft in het hart; 'hart', een woord dat schijnt te zeggen: 'Hier is het'. Wie dit weet, geniet dagelijks het hemelse rijk".

Men wordt als volgt verder aangespoord om zich in te spannen voor de realisatie van het Zelf dat het uiteindelijke doel van het menselijk bestaan is:

⁸ Taittirīya Upaniṣad, I.11.

⁹ Chāndogya Upaniṣad, VI. 1.4, VII.24, VIII.3.

“Het Zelf is vrij van zonde en verdriet; van verval en dood; van honger en dorst; Zijn wil is waarheid. Vind Hem; ken Hem. Wie hem vindt en kent, krijgt wat hij wenst, gaat waar het hem zint”.

De eerste woorden in het vierde hoofdstuk van de Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad vertoont grote gelijkenis met het Evangelie van Johannes:

“In den beginne waren alle dingen Zelf, in de gedaante van Puruṣa. Hij keek om zich heen, zag niets dan zichzelf. Het eerste wat hij zeide was: ‘Aham’ (Ik ben). Daarom werd ‘Ik’ zijn naam. Daarom zegt een mens zelfs nu nog, als men hem vraagt wie hij is, allereerst: ‘Ik ben het’ en zegt dan de andere naam die hij heeft. Hij is de oudste van allen. Omdat Hij alle kwaad vernietigt, wordt Hij de Eerste Persoon genoemd. Hij die dit weet, vernietigt alle kwaad en neemt de eerste plaats in”¹⁰.

Door het vergeten van zijn ware natuur als gevolg van onwetendheid zoekt de mens het geluk in de staat van dualiteit in de externe wereld die in werkelijkheid niets anders dan zijn eigen projectie is. Het is de ervaring van het Zelf alleen waardoor de waargenomen objecten aangenaam zijn. Dit wordt in de Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad herkenbaar gemaakt in de volgende dialoog tussen Yājñavalkya en zijn echtgenote Maitreyī:

“Zie, niet omwille van de echtgenoot is de echtgenoot dierbaar, maar omwille van het Zelf is de echtgenoot dierbaar”, “niet omwille van weelde is weelde dierbaar, maar omwille van het Zelf is weelde dierbaar”, “niet omwille van iets is dat ding dierbaar, maar omwille van het Zelf is dat ding dierbaar” enz.

Het verdere gesprek veroorzaakt enige verwarring bij Maitreyī waarop Yājñavalkya zegt:

“Maitreyī! Ik zeg niets dat u in de war kan brengen. Het is gemakkelijk te begrijpen. Want zolang er dualiteit is, ziet men de ander, ruikt men de ander, hoort men de ander, spreekt men tot de ander, denkt men aan de ander, kent men de ander; doch wanneer alles één Zelf is, wat en wie kan dan een ander horen; wat en wie kan dan tot een ander spreken; wat en wie kan dan over een ander denken; wat en wie kan dan een ander kennen? Maitreyī! Hoe kan de kenner gekend worden”.

Over deze kenner spreekt Yājñavalkya tegen Uddālaka als volgt:

“Onzichtbaar ziet Hij; onhoorbaar hoort Hij; ondenkbaar denkt Hij; onnaspeurlijk weet Hij. Geen ander kan zien, horen, denken, weten. Hij is uw eigen Zelf, de onsterfelijke, de bestuurder. Al het andere is van geen belang”.

Upaniṣads en Śaṅkara

Nu de praktische vraag: wat is de manier om uit deze omvangrijke verzameling geschriften dat te raadplegen wat voor mij het meest geschikt is? (Op het Internet zijn 108 Upaniṣads, in het Sanskrit, te downloaden). Naar wat er hierover bekend is blijkt dat in het verleden, zoals eerder aangestipt, de bestudeerders van de Veda's deel uitmaakten van scholen en zich daar toediepend op de specifieke studie en interpretatie van de Veda's. Daarbij bleek dat zelfs in deze scholen het begrijpen van de kennis die in de Veda's besloten ligt steeds moeilijker werd. Dit wijst men aan het tijdperk waarin we ons nu bevinden, namelijk het ijzeren tijdperk, waarin de mensheid het verst van zijn ware natuur is verwijderd en men de aangereikte kennis over zijn ware aard niet meer kan vatten. Het probleem van de ondoorgrondelijkheid van deze geschriften bestaat dus al zeer lang. Śaṅkara (geboren 686 A.D.) heeft om deze reden een aantal Vedische geschriften geselecteerd en ze van uitleg voorzien. Daarnaast

¹⁰ Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad: I.4. 5, IV.5.6, IV.5.14, IV.3.29 e.v.

heeft hij een groot aantal teksten opgesteld die de in de Veda's besloten kennis voor de spirituele zoeker begrijpelijk maken en met praktische aanwijzingen op de weg naar zelfkennis helpen. Hoewel de werken van Śaṅkara als *smṛti*¹¹ worden beschouwd, acht ik persoonlijk deze werken van Śaṅkara niet minder gezaghebbend en op waarheid berustend dan de *śruti*, want ook de *śruti* worden aan Ṛṣi's toegeschreven.

De door Śaṅkara geselecteerde en becommentarieerde tien Upaniṣads zijn: de Īśā Upaniṣad, Kena Upaniṣad, Kaṭha Upaniṣad, Praśna Upaniṣad, Muṇḍaka Upaniṣad, Māṇḍukya Upaniṣad, Taittirīya Upaniṣad, Aitareya Upaniṣad, Chāndogya Upaniṣad, en de Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad [6],[7].

Al deze Upaniṣads zijn zowel in het Sanskrit als in het Engels verkrijgbaar als boek en zijn vaak ook te downloaden van het Internet. Een aantal van deze werken zijn o.a. door deze School in het Nederlands vertaald en in de boekwinkel van de school verkrijgbaar.

Śaṅkara heeft meer dan honderd werken nagelaten. Zijn meest bekende werken waarin de in de Veda's geopenbaarde kennis op praktische en voor de serieuze zoeker op begrijpelijke wijze zijn verwoord zijn Ātma Bodha, Vivekacūḍāmani, Dṛgdrśya Viveka en Aparokṣānubhūti. Van deze en enkele andere werken zijn vertalingen in het Nederlands verkrijgbaar. Het is echter zeer de moeite waard om ook de andere werken van Śaṅkara te raadplegen.

Śaṅkara stelt echter dat, net zo als dat voor de studie van de Upaniṣads geldt, ook voor de studie van zijn werken de student qua rijpheid eerst aan een aantal vereisten moet kunnen voldoen. Het eerste vers van zijn werk Ātmabodha luidt als volgt: "Deze Ātmabodha is bedoeld voor hen die naar bevrijding verlangen. Ze zijn door strenge onthouding bevrijd van alle kwaad, vrij van hartstochten en vervuld van vrede".

Slotwoord

Is het voor de zoeker vereist al deze, onnoemelijk omvangrijke (eigenlijk eindeloze), kennis zich eigen te maken en in praktijk te brengen om de doelstelling van het menselijk bestaan te bereiken? Het antwoord is nee, want alle geschriften verkondigen in essentie enkel en alleen de eenheid van al het bestaande en dat dualiteit op illusie berust. Dit één zijn openbaart zich in de innerlijk geheel stille staat, wanneer alle bewegingen in de geest opgehouden zijn te bestaan, de realisatie van ons ware Zelf, volgens de Vedische traditie de eenheid van ātman en Brahman. Wanneer dit op welke wijze dan ook bereikt wordt, is men van onwetendheid bevrijd en elke vorm van kennis is dan overbodig geworden. De geschiktheid van het geschrift en de leraar hangt nauw samen met de rijpheid en de aanleg van de betreffende persoon. Verder, de studie van geschriften alleen kan nooit tot bevrijding leiden. Verandering is niet het gevolg van intellectuele redenering maar van het in praktijk brengen van de verworven kennis. Van grote hulp hierbij is een gedisciplineerde werkwijze samen met hen die hetzelfde doel nastreven in de vorm van een organisatie zoals deze school.

Het is mijn persoonlijke overtuiging dat alle kennis over het menselijk bestaan in elk van ons besloten is. Hoe zouden anders ontdekkingen kunnen worden gedaan die van onveranderlijke aard zijn, zoals aangetoond door Plato bij het afleiden van de stelling van Pythagoras door een slaaf, de ontdekkingen in exacte wetenschappen zoals door Newton, Einstein en vele anderen, en op spiritueel gebied door de zieners. Het kan niet anders, de mens heeft recht op deze kennis. Echter, door het vaste geloof een apart individu te zijn met de door hem zelf opgelegde beperkingen, zoals een stoffelijk lichaam en een naar buiten gericht

¹¹ *Smṛti*: letterlijke betekenis: 'dat wat onthouden wordt'. Geschriften van menselijk auteurschap worden als *smṛti* aangeduid, in tegenstelling tot de *śruti* die als niet van menselijke oorsprong worden beschouwd.

denkvermogen, blijft deze kennis voor hem bedekt. Een van de middelen die hem kunnen helpen om zijn ware aard te herontdekken is de studie van geschriften. In Yoga Vasiṣṭha, waarin Śrī Vasiṣṭha prins Rāma onderwijst, wordt het nut van studie van geschriften voor de zoeker naar waarheid aan de hand van een verhaal als volgt uitgelegd.

“De bewoners van een zeker dorp kampten voortdurend met tegenslagen, er was armoede en onvoldoende voedsel. Velen stierven van honger. Gekweld door armoede en misère gingen ze mogelijkheden zoeken om in hun levensonderhoud te voorzien. Ze besloten om in een nabij gelegen woud brandhout te verzamelen en dit te verkopen. Gesterkt door dit besluit gingen ze naar het woud, verzamelden wat ze konden vinden, brandhout en ook andere dingen, en verkochten dit. Op deze wijze konden ze van dag tot dag enigszins in hun levensonderhoud voorzien. In dat bos lagen ook edelstenen die soms verborgen en soms open en bloot lagen. Sommige van de zoekers naar brandhout vonden edelstenen, anderen vonden goed brandhout of rijpe vruchten maar sommigen vonden slechts onverkoopbaar brandhout. Zij die edelstenen vonden werden meteen van armoede en ellende bevrijd.

Op een gegeven dag, toen ze brandhout bij elkaar sprokkelde, vonden ze de ‘steen der wijzen’ die alle wensen doet uitkomen. Met behulp daarvan vervulden zij al hun wensen en leefden lang en gelukkig. Ze waren op zoek naar brandhout maar ten slotte hadden ze de meest edele steen, de steen der wijzen, gevonden.

In deze parabel zijn de dorpelingen de mensen op de aarde. Hun armoede is de ergste van alle, namelijk onwetendheid, de oorzaak van alle ellende. Het woud in de parabel stelt de spirituele leraar en de geschriften voor. De dorpelingen gingen naar het woud voor de vervulling van hun behoeften; de zoeker naar waarheid wendt zich tot een leermeester en de geschriften ook voor de vervulling van zijn behoeften. In de loop der tijd, door het in praktijk brengen van de instructies van de leermeester en de kennis in de geschriften verkrijgt hij iets dat zeer zeldzaam en uiterst waardevol is: zelfkennis.

Doch, in waarheid kan noch door de studie van de geschriften noch door het onderricht van een leermeester de opperste waarheid, het Zelf, direct worden gerealiseerd. Door het in praktijk brengen van leringen in de geschriften wordt de geest zuiver en transparant en dan, zonder er naar te verlangen, ziet men ineens de opperste waarheid.

Er is licht overal, maar alleen wanneer licht op een object valt kan dit verlicht worden: op dezelfde wijze, wanneer een geschrift of een leermeester en de zoeker elkaar ontmoeten, is er verlichting. Derhalve: de opperste waarheid wordt verwezenlijkt door het overwegen van de ware betekenis van de woorden in de geschriften met de hulp van de leermeester, *satsaṅga*¹², zelfdiscipline en beheersing van de geest”[2].

Literatuur:

- [1] Sri Chandrasekharendra Sarasvati, ‘The Veda’s’, Bharatiya Vidya Bhavan, India 1998.
- [2] Swami Venkatesananda, ‘Vasiṣṭha’s Yoga’, Suny Press, New York 1993, p. 707.
- [3] J. A. Blok, ‘Oepanisjads’, N. Kluwer, Deventer, 1956.
- [4] ‘Tien Upanishads’, de Driehoek, Amsterdam.
- [5] R. E. Hume, ‘The Thirteen Principal Upanishads’, Oxford University Press, 1995.
- [6] Swami Gambhirananda, ‘Eight Upaniṣads’, volume I+II, Advaita Ashrama, Calcutta 1989.
- [7] Swami Madhavananda, ‘Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad’, Advaita Ashrama, Calcutta 2008.

¹² *satsaṅga*: heilig gezelschap, goed gezelschap.

CHATURDASAVIDYASTHANA THE SACRED BOOKS

VEDAS		VEDĀNGAS		UPAVEDAS	
VEDĀŚĀKHĀ	-SAMHITĀ/BRĀHMĀṆĀ	ĀRAYAKA-	UPANISAD	PRASTHĀNĀTRAYĪ - THE ORTHODOX HINDU TEXTS ON TĀTVĀJĪĀNĀ - METAPHYSICS	
RGVEDĀ	ŚĀKALA - AITREYA - KAUŚTĀKI -	AITREYA - KAUŚTĀKI -	AITREYA - KAUŚTĀKI -	TEXT WITH PRINCIPAL COMMENTARIES	
YAJURVEDĀ	TĀTĪRYĀ - MĀTRĪYĀ - MADHYANDINA - RĀJĀYANĪYA -	TĀTĪRYĀ - ŚĀTĀPĀTHĀ -	TĀTĪRYĀ - BṚHADĀRAṆYAKA -	BṚHADĀRĀNYAKA - THE GREAT FOREST	
SĀMAVEDĀ	DAIVĀTĀ - JĀMINĪYĀ - KĀUTĪHUMĀ -	DAIVĀTĀ - JĀMINĪYĀ - SĀMĪHĪTĒPĀNISAD -	JĀMINĪYĀ - KĀUTĪHUMĀ -	JĀMINĪYĀ - THE HOUSE OF JĀMINĪ	
ĀTHARVAVEDĀ	ŚĀUNAKA - PĪPPLĀIDA -	ŚĀUNAKA - GOPĀTHĀ -	MUNDIRKĒ - PṚŚĀNĒPĀNISAD -	PṚŚĀNĒPĀNISAD - THE HOUSE OF PṚŚĀNĒ	
ŚIKṢĀ	YĀJÑĀVALKYĀŚIKṢĀ, NĀRĀDIŚIKṢĀ, MĀNDUKĪŚIKṢĀ, PĀNĪNĪYĀŚIKṢĀ, ŚIKṢĀSĀMĪGṚHĪ			ŚIKṢĀSĀMĪGṚHĪ - THE HOUSE OF ŚIKṢĀSĀMĪ	
YĀKĀRĀNĀ	PĀNĪNĪSĪ YĀKĀRĀNĀSŪTRĀSĪRĀSĪRĀDĀRĀNĪYĪTHĪ PĚRĀDĀLĪSĪ MĀĪBHĀŚYĀ AND VĀRTIKĀ OF YĀKĀRĪCĪSĪ SIDDHĀNTĀCĀNDRIKĀ SIDDHĀNTĀKĀLMUDI'Ē' BHĀTTODDIRKṢĪTĀ, 'YĀKĀRĀNĀ ANDĒRĀ, PĚRĀDĀTĪPĀDĪPĪĀ'Ē'Ē' KĀLMĪDĒBHĀTĪ YĀKĀRĀDĪVĀ BY BHĀTṚṬṬHĀRĪ PĚRĪBHĀŚĒNĒDĒSKĒRĪNĪ, PĚRĀDĪMĀNĒSĒRĀMĀ, MĀDHĀYĀDĪTHĪVĪRĪTĪ'Ē' OF ŚĀYĀNĀ			YĀKĀRĀNĀSŪTRĀSĪRĀSĪRĀDĀRĀNĪYĪTHĪ PĚRĀDĀLĪSĪ MĀĪBHĀŚYĀ AND VĀRTIKĀ OF YĀKĀRĪCĪSĪ SIDDHĀNTĀCĀNDRIKĀ SIDDHĀNTĀKĀLMUDI'Ē' BHĀTTODDIRKṢĪTĀ, 'YĀKĀRĀNĀ ANDĒRĀ, PĚRĀDĀTĪPĀDĪPĪĀ'Ē' KĀLMĪDĒBHĀTĪ YĀKĀRĀDĪVĀ BY BHĀTṚṬṬHĀRĪ PĚRĪBHĀŚĒNĒDĒSKĒRĪNĪ, PĚRĀDĪMĀNĒSĒRĀMĀ, MĀDHĀYĀDĪTHĪVĪRĪTĪ'Ē' OF ŚĀYĀNĀ	
GHĀNDAS	SĀRVĀNĪKŪRĀMĀNĪKĀ'Ē'Ē' KĀTYĀYĀNĀ GHĀNDĀSŪTRĀSĒ'Ē' OF PĪNGLĀ, GHĀNDĀNĒPĚRĀSĪŚIKĀ, ŚRĪTĪVĒDĒHĀ			GHĀNDĀSŪTRĀSĒ'Ē' OF PĪNGLĀ, GHĀNDĀNĒPĚRĀSĪŚIKĀ, ŚRĪTĪVĒDĒHĀ	
NĪRUKṬĀ	YĀŚKĀS NĪRUKṬĀ OR VĒDĀNĒGHĀNṬU WITH VṚTĪTĪ OF DĪRĒGĀCĀRYĀ			YĀŚKĀS NĪRUKṬĀ OR VĒDĀNĒGHĀNṬU WITH VṚTĪTĪ OF DĪRĒGĀCĀRYĀ	
JYĒTĪŚĀ	SŪRYĀSIDDHĀNṬĀ, SIDDHĀNTĀŚĪRĒMĀNĪ'Ē' OF BHĀŚKĀRĀCĀRYĀ			SŪRYĀSIDDHĀNṬĀ, SIDDHĀNTĀŚĪRĒMĀNĪ'Ē' OF BHĀŚKĀRĀCĀRYĀ	
KĀLPĀ	VĀRĀHMIHIRĀS DĒKṢĀSMĀNĪTĀ'Ē' AND BHĪTṬĀDĪVĀNĀ SIDDHĀNTĀKĀLṬĪBHĀ'Ē' OF SĪNDĒSĀSĒRĀSŪTĪ, ĀRĀVĒBHĀTĪSIDDHĀNṬĀ			VĀRĀHMIHIRĀS DĒKṢĀSMĀNĪTĀ'Ē' AND BHĪTṬĀDĪVĀNĀ SIDDHĀNTĀKĀLṬĪBHĀ'Ē' OF SĪNDĒSĀSĒRĀSŪTĪ, ĀRĀVĒBHĀTĪSIDDHĀNṬĀ	
MĪMĀMŚĀ	UTTĀRAMĪMĀMŚĀ			UTTĀRAMĪMĀMŚĀ	
NYĀYA	NYĀYA-VĀISEŚĪKĀ			NYĀYA-VĀISEŚĪKĀ	
PURĀNĀ	ĪṢ MĀHĀTĚPĚRĀNĀS			ĪṢ MĀHĀTĚPĚRĀNĀS	
	ĪṢ UPĀPĚRĀNĀS			ĪṢ UPĀPĚRĀNĀS	
	ĪTHĪSĀPĚRĀNĀS			ĪTHĪSĀPĚRĀNĀS	
DHĀRMŚĀŚĪSTRĀ	SMṚTĪS DHĀRMŚĀSŪTRĀS			SMṚTĪS DHĀRMŚĀSŪTRĀS	