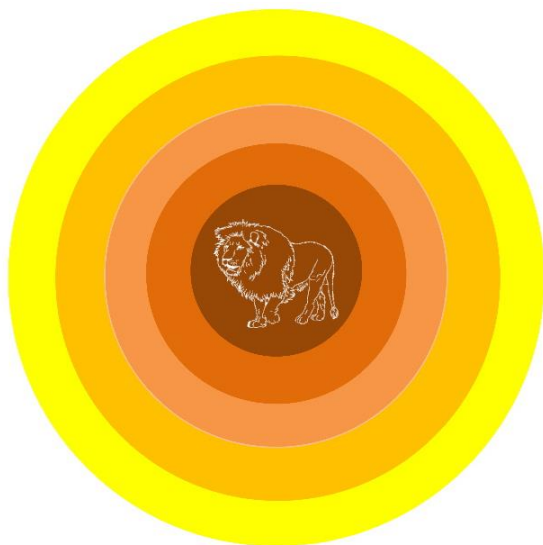


Het geheim van de vijf bedekkingen



Lezing van Swami Sarvapriyananda ('The secret of the five sheaths' videotalk 20 augustus 2016, Hollywood temple, Vedānta Society of Southern California)

<https://www.youtube.com/watch?v=rPtHCCT1SZM&t=2405s>

Uit het Engels vertaald en op schrift gesteld door:
Judith van Dril-Wijbenga en Arie van der Voort

Als vertalers van een lezing uit het Engels naar het Nederlands moet je allerlei 'extra' keuzes maken: het gaat dan niet alleen om de woordkeuze, de zinsconstructie, de gezegdes, e.d. Maar bij het op schrift stellen van een lezing moeten er ook keuzes gemaakt worden voor het gebruik van leestekens, voor een opbouw in alinea's, het weglaten van 'spreekruis', e.d. Ook de indeling in paragrafen (met paragraaftitels) komt voor rekening van de vertalers. Met deze aanpak is gepoogd om de Swami recht te doen, eventuele misinterpretaties en fouten komen uiteraard voor rekening van de vertalers.

Invocatie

Om

Saha nāvavatu

Saha nau bhunaktu

Saha vīryam karavāvahai

Teja svi nāvadhītamastu

Mā vidviṣāvahai

Om sāntiḥ sāntiḥ sāntiḥ

Om, Moge Hij ons beiden beschermen. Moge Hij in ons beiden behagen hebben. Mogen wij tezamen moed betonen. Moge geestelijke kennis ons pad verlichten. Mogen wij elkaar nooit haten. Moge vrede en vrede en vrede overal zijn.

Inleiding

Goedemorgen, het onderwerp vandaag gaat over het geheim van de vijf bedekkingen. In deze lezing zal zeer veel aan de orde worden gesteld en ik kan u verzekeren dat we vanmorgen van een overvloedig Vedisch feestmaal gaan genieten. Het onderwerp is ontleend aan de Taittirīya Upaniṣad. Dit is een van de belangrijkste Upaniṣads en in het tweede hoofdstuk staat de veelbetekenende Vedische zin 'brahmavidāpnoti param': "de kenner van Brahma zal het hoogste bereiken." Dit korte zinnetje beschrijft niet alleen de essentie van Vedānta, maar de essentie van elke religie. De kenner van Brahman bereikt het hoogste. De woordkeuze van deze zin maakt ons meteen duidelijk dat het hier om een spirituele reis gaat en dat het dus niet gaat om een reis in ruimte of in tijd. Het is een reis van onwetendheid naar kennis en daarom is het dus een spirituele reis. Hoe weten we dat? We weten dat omdat in bovengenoemde zin gesproken wordt over de kenner van Brahman, waarbij de nadruk op het woord 'kenner' ligt.

Het gaat niet om een reis in de ruimte waarbij je ergens naar toe gaat. Je hoeft niet naar Benares of een andere stad in India te gaan. In dit land zijn er veel mensen voor wie hun spirituele reis begint met het aanvragen van een paspoort (inclusief visum) voor India. En vervolgens gaan ze backpacken door India. Je hoeft zelfs je koffers helemaal niet te pakken, noch hoeft je een paspoort met visum voor India te regelen. Ook hoeft je niet af te reizen naar Benares, naar een andere stad in India of naar Jeruzalem of Mekka. Nee, je hoeft niet naar een of andere plaats af te reizen. Je hoeft zelfs geen reis naar de hemel te boeken. Het gaat er niet om dat je na de dood naar de hemel of naar de verblijfplaats van Viṣṇu of Śiva gaat. Het gaat niet om een reis in de ruimte.

Het is evenmin een reis in de tijd, bijvoorbeeld dat je zou moeten wachten tot het moment dat God zal reïncarneren en weer terug zal keren op aarde. In het

Hindoeïsme kennen we tal van reïncarnaties van God en dat je moet wachten tot God weer op aarde terugkomt. Neen, je hoeft niet te wachten tot een nader bepaald tijdstip. Je hoeft zelfs niet te wachten tot het moment waarop je sterft, zodat je God zult vinden na de dood. God, die zich soms lijkt te verstoppen achter de sluier van de dood (een post mortem religie). Neen, het is ook geen reis in de tijd en je hoeft niet op een of andere toekomstige gebeurtenis te wachten.

De reis van onwetendheid naar kennis

De Upaniṣad vertelt ons dat het een reis is in termen van kennis; een reis van onwetendheid naar kennis. Je kunt je allereerst afvragen wat er wordt bedoeld met spirituele onwetendheid en met spirituele kennis. De Upaniṣad laat geen misverstand bestaan over wat spirituele onwetendheid inhoudt: het is onze onwetendheid op dit moment over 'wie of wat wij zijn'. Wie ben ik, wat ben ik? In tegenstelling tot wat wij doorgaans geloven stelt de Upaniṣad dat we niet weten wie we zijn. Swami Vivekananda kon de mensen met wie hij in gesprek was soms vol medelijden aankijken en zei dan zeer bedroefd: "ach, als je toch eens wist wie je werkelijk bent, als je je ware Zelf toch eens zou leren kennen".

We weten dus niet wie of wat we werkelijk zijn en dat is onwetendheid. En als je je die kennis verwerft, dan geldt: 'de kenner van Brahma bereikt het hoogste'. Het verwerven van deze kennis betreft spirituele kennis: de kennis over wie of wat we zijn. Het draait in de Upaniṣad om spirituele onwetendheid en om spirituele kennis. Ik heb het hier dus niet over seculiere kennis met betrekking tot bijvoorbeeld natuurkunde, wiskunde of Sanskrit. Dat is een andere soort van onwetendheid en die kunnen we verhelpen door middel van seculiere kennis. Maar hier hebben we het over spirituele onwetendheid en spirituele kennis. We hebben het hier dus over een reis van onwetendheid naar kennis. 'Brahmavidāpnoti param': de kenner van Brahma zal het hoogste bereiken.

Wat is Brahman: "satyam jñānam anantaṁ Brahma"

De definitie van Brahma die we in mijn vorige lezing ('De definitie van God') met elkaar hebben behandeld, luidt: "satyam jñānam anantaṁ brahma". Het is werkelijk een prachtige definitie, misschien wel de mooiste definitie van God die ik ooit ben tegengekomen. De vorige keer hebben we hier al uitgebreid over gesproken. Onlangs las ik een boek van David Benthly Hard, een Engelsman die een theoloog is van de Oosters-orthodoxe christelijke kerk. En die in zijn boek God definieert als bestaan, bewustzijn en gelukzaligheid, waarbij hij aangeeft dat hij deze definitie ontleend heeft aan het Hindoeïstische 'sat, cit, ānanda'. En ook hij stelt dat dit wellicht wel de best geformuleerde definitie van God uit de geschiedenis van de mensheid is.

De woorden ‘anantaṁ Brahma’ uit de zin “satyam jñānam anantaṁ brahma” uit de Taittirīya Upaniṣad hebben we de vorige keer behandeld en we hebben toen gezien dat deze woorden God definiëren als: God is werkelijkheid, God is bewustzijn en God is oneindigheid. Maar daar gaan we het vandaag niet verder op door, want dat staat nu immers niet op de agenda.

Waar kunnen wij Brahman vinden?

De leeuw in de grot

Wat er vandaag aan de orde is, zijn vragen zoals: hoe kunnen we die God realiseren en waar is hij? Waar vinden we die oneindige werkelijkheid, waar is die Brahman dan en hoe kunnen we Brahman leren kennen? Het kennen van Brahman is immers hetzelfde als het realiseren van Brahman. Maar hoe verkrijgen we dan deze kennis waarmee we Brahman kunnen realiseren? En waar moeten we Brahman gaan zoeken? Dat zijn de vragen waar we het vandaag over gaan hebben en de Upaniṣad geeft ons vervolgens de antwoorden op de vraag hoe we Brahman kunnen leren kennen en hoe we deze reis van spirituele kennis moeten volbrengen. Maar dan moet je natuurlijk op de eerste plaats weten waar je Brahman kunt vinden.

De Upaniṣad formuleert het als volgt: ‘yo veda nihitaṁ guhāyāṁ parame vyoman’ hetgeen betekent dat je moet weten dat Brahman verstopt zit in de heilige ruimte van de grot. Een nogal mystieke formulering, laten we daarom nu met elkaar gaan onderzoeken wat het betekent. ‘Yo veda nihitam guhāyāṁ’ betekent: zich in de grot, in de heilige ruimte van de grot bevinden. Maar wat en waar is die grot dan? Laten we eens in die grot gluren om te zien of we Brahman kunnen vinden.

Śaṅkarācārya noemt deze grot de ‘buddhi guhā’, de grot van het intellect. Maar meer in lijn met de Upaniṣad legt een opvolger van de Śaṅkarācārya, de beroemde advaita-geleerde Vidyāraṇya in zijn boek Pañcadaśī uit dat de grot eigenlijk gezien moet worden als een systeem van vijf in elkaar genestelde grotten. Guhā betekent de 5 bedekkingen van de menselijke persoonlijkheid. De Upaniṣad vertelt ons dat we als we eens goed naar onszelf kijken we dan zullen zien dat onze persoonlijkheid uit vijf bedekkingen is opgebouwd. En dat wordt op een poëtische manier vergeleken met een grot, beter nog met een systeem van grotten. En de vraag die we nu gaan onderzoeken is wat die vijf bedekkingen dan wel mogen zijn.

In de Himalaya’s bestaat er een Sanskrit-spreekwoord waarin de Vedānta wordt vergeleken met een leeuw (Vedānta Kesari). “Wanneer de leeuw van de Vedānta brult in het diepe duistere woud van de filosofie, dan vluchten alle jakhalzen van de andere filosofieën voor hun leven.” De aanhangers van de Vedānta mogen namelijk graag pochen dat de andere filosofieën niets voorstellen in vergelijking met de Vedānta. Welnu de leeuw van de Vedānta bevindt zich in die grot. En zoals gezegd

gaat het eigenlijk niet om één grot, maar om een systeem van vijf in elkaar genestelde grotten, om een systeem van vijf in elkaar genestelde en met elkaar verweven bedekkingen van de menselijke persoonlijkheid.

Hoe gaan we te werk?

Wat we daarom vanmorgen gaan doen is dat we dit grotten-systeem diep binnen gaan dringen om daar naar deze leeuw van de Vedānta te gaan zoeken. Er is echter geen reden om bang te zijn voor die leeuw, want die leeuw dat ben je zelf! We zullen vanmorgen gaan ontdekken dat dát is wie je werkelijk bent, dat dát je ware natuur is!

De methode die in de Upaniṣad wordt gebruikt is de leermethode van een erg goede leraar. Een goede leraar neemt de leerling altijd mee van het punt waar de leerling nu is naar het punt dat de leerling moet gaan bereiken: van hier naar daar, van waar je nu bent naar waar je naar toe moet, van het bekende naar het onbekende. Een slechte leraar zal zeggen: God is oneindigheid, bewustzijn en gelukzaligheid. Waar heeft U het over? Gelukkig neemt de Upaniṣad ons mee aan de hand, zodat we dat zelf stap voor stap kunnen gaan ontdekken. We moeten beginnen met dat wat al zonneklaar voor ons is, met dat wat geen van ons kan ontkennen. Bij de vraag 'wie ben ik' stelt de Upaniṣad ons de wedervraag: wie denk je dat je bent? En ons directe antwoord is: dit lichaam. Datgene waar we het meest vertrouwd mee zijn. Wie ben ik? Ditkijk maar naar dit lichaam, dát ben ik. Dit is het meest voor de hand liggende antwoord en daarom is dat het vertrekpunt van de Upaniṣad.

Ter illustratie wil ik u vertellen over een ritueel dat in vroegere tijden (en misschien nu nog wel eens) bij de huwelijksvoltrekking in India werd uitgevoerd. De bruidegom nam de bruid mee naar buiten om haar een zwakke ster aan de nachtelijke hemel aan te wijzen. Deze ster wordt de Arundhati genoemd. De bruidegom wijst de bruid deze ster stap voor stap aan: eerst wijst hij haar een boom aan, dan wijst hij haar een tak van die boom aan, dan een heldere ster die naast de punt van de tak goed zichtbaar is, dan een zwakke ster die daar iets onder zichtbaar is en dan pas wijst hij haar de nog zwakkere ster aan die hij feitelijk bedoelt. Als je meteen naar die zwakke ster zou wijzen, dan weet jij wel waar je moet kijken maar het meisje weet het dan nog steeds niet. Je zult haar daar stap voor stap heen moeten leiden. Het doel is niet de tak van de boom, het doel is ook niet de heldere ster, het doel is de zwakke ster Arundhati. In het Sanskrit wordt het proces (ofwel de methodiek) om van het bekende naar het onbekende te gaan Arundhati Nyāya genoemd. Elke goede leraar kent deze methodiek en past haar toe.

Annamāyā-kośa, de bedekking in de vorm van het lichaam

We nemen het lichaam als vertrekpunt, maar ben ik wel het lichaam?

De Upaniṣad zegt dus dat ons lichaam het vertrekpunt is, omdat we het meest vertrouwd zijn met het lichaam. Ons primaire gevoel en ons primaire antwoord op de vraag 'wie ben ik' is immers dat ik het lichaam ben en daarom beginnen we met het lichaam. In het Sanskrit wordt het lichaam Annamāyā genoemd en dat betekent letterlijk: voortgebracht door voedsel. Dit lichaam is wat je eet en drinkt. Ik luisterde eens naar een college van een wetenschapper die stelde: "Jij bent een herordening van voedsel. Door het voedsel dat netjes geordend op tafel staat als ontbijt of lunch opnieuw te ordenen kom jij tot bestaan."

De Vedānta is het bijna helemaal eens met deze wetenschapper, want de Vedānta zegt: dat klopt inderdaad, met dien verstande dat het jouw lichaam is dat het product is van wat je eet en drinkt. En daarom wordt het lichaam in het Sanskrit Annamāyā genoemd: het product van voedsel, een nieuwe samenstelling van wat we eten en drinken. Ik gebruik in dit verband dikwijls een uitspraak van een Italiaanse actrice, die zei: "weet u wat het geheim is van mijn lichaam, het geheim van mijn schoonheid: dat is pasta!" Dit fysieke lichaam (bestaande uit huid, botten en vlees) wordt dus Annamāyā genoemd. En de Upaniṣad nodigt ons uit om dit eens goed te onderzoeken: zijn we écht dit lichaam? En dan blijken er veel sterke argumenten te zijn die dat tegenspreken.

Het lichaam verandert, maar ik blijf dezelfde persoon

Allereerst verandert ons lichaam voortdurend. Een en hetzelfde lichaam ontwikkelt zich van baby tot kind, van een tiener tot een volwassen man of vrouw, vervolgens tot een persoon van middelbare leeftijd en ten slotte heb je het lichaam van een oude man of vrouw. Ons lichaam ondergaat ingrijpende veranderingen gedurende onze ontwikkeling van kleuter tot bejaarde: en toch voel je je steeds dezelfde persoon. Ik ben degene die een klein kind was en ik ben degene die nu een oude man is. In de 10^e eeuw leefde de beroemde Vedānta geleerde die naast de Vedānta ook andere Hindoeïstische filosofieën bestudeerde en daar meerdere boeken over schreef. Hij werd daarom ook wel de sarvatantrasatantra "de meester die boven alle filosofieën staat" genoemd. Hij is ook de auteur van het prachtige boek 'Brāhmādi' met daarin een uitleg over Advaita Vedānta; het boek is een commentaar op Śaṅkarācārya's commentaar op de Brahma Sūtras. Van deze geleerde komt de ontroerende uitspraak: 'ik was de kleine jongen die speelde op de schoot van mijn grootvader en nu zit ik hier met mijn eigen kleinzoon op mijn schoot. En toch ben ik nog steeds dezelfde'.

Enige maanden geleden ontmoette ik een oudere dame. Zij vertelde me dat zij langs een etalage liep, opzij keek en haar eigen spiegelbeeld in het raam zag. Het eerste wat ze dacht was: 'wie is die oudere dame' en meteen daarop besepte ze: maar natuurlijk, ik ben het zelf! Ongelofelijk! Dertig jaar geleden was ik nog dat kleine meisje. Sta er eens in psychologisch opzicht bij stil welke enorme veranderingen ons lichaam doormaakt! Ik denk niet dat ik een andere persoon ben dan die peuter die bij zijn opa op schoot zat, ik denk niet dat ik een andere persoon was toen ik later een volwassene werd en ik denk niet dat ik een andere persoon ben nu ik een oudere man ben geworden. Maar ik denk steeds dat ik nog dezelfde persoon ben: dat geldt echter beslist niet voor mijn lichaam. Het lichaam verandert voortdurend, maar ik blijf een en dezelfde persoon. Hoe zou ik dan dit lichaam kunnen zijn?

Het lichaam is een object

Het tweede argument dat ik niet dit lichaam kan zijn, is dat het lichaam een object is. Ken ik mijn lichaam? Ja, mijn lichaam is altijd een object dat ik kan zien, een object dat ik kan kennen: ik kan het aanraken, ik kan het van binnenuit voelen (bijvoorbeeld als ik pijn heb) en helaas kan ik het lichaam soms ook ruiken. Met mijn vijf zintuigen kan ik het lichaam duidelijk waarnemen en daardoor ken ik mijn lichaam. Het lichaam is daarom het gekende en ik ben de kenner. In het Sanskrit: ik ben de *dr̥ṣṭā* en het lichaam is *dr̥śyam*. Hoe zou ik dan het lichaam kunnen zijn? De kenner en het gekende zijn twee aparte entiteiten. Het is duidelijk dat ik de kenner ben, want ik voel het lichaam. Ik heb nooit het gevoel gehad dat het lichaam mij kent. Ik kijk naar mijn hand en ik voel dat ik naar mijn hand kijk. Ik heb nog nooit het gevoel gehad dat de hand naar mij kijkt. Dat zou toch erg raar zijn? En dat wat voor je hand geldt, geldt voor je hele lichaam. Jij kijkt naar je lichaam en jij voelt je lichaam en het is nooit andersom. Jij bent de *dr̥ṣṭā*, de ziener en het lichaam is dat wat gezien wordt. Wij zijn niet het lichaam.

Het lichaam is inert

Ten derde. We denken altijd van onszelf dat we bewust zijn en nooit dat we onbewust zijn. En het lichaam is iets waar we ons bewust van zijn. Het derde argument – dat net iets anders gaat dan het zojuist behandelde onderscheid tussen *dr̥ṣṭā* en *dr̥śyam* – betreft het inert zijn van het lichaam. In het Sanskrit wordt dat *jada* genoemd. Het lichaam is inert, zonder bewustzijn. Wij denken altijd aan onszelf als *cetanā* als een bewust wezen, met waarnemings-vermogen. Wat we verder ook van onszelf mogen denken, we beseffen altijd en in de allereerste plaats dat we bewust zijn en dat we waarnemen. En dat geldt niet voor het lichaam. Voor zover het lichaam bewust is komt dat doordat het doortrokken is van mijn

bewustzijn. Ik doordring namelijk het lichaam als een bewust wezen. Daarom ben ik dus niet het lichaam.

De wet van Karma

Aanvullend op de drie nu besproken ‘eenvoudige’ argumenten worden niet alleen in de Vedānta, maar in elke filosofie van India (het Hindoeïsme, Boeddhisme, Jāinisme, Sikhisme, maar niet de Cārvāka-filosofie: dat is een uitzondering op de regel) vele pagina’s vol geschreven met nog tal van andere argumenten waarom we niet het lichaam zijn.

Een wat ingewikkelder argument waarom wij niet ons lichaam zijn gaat bijvoorbeeld als volgt. Elke Indiase filosofie gelooft in de wet van Karma, de wet van oorzaak en gevolg. Datgene wat we vandaag ervaren zijn de gevolgen van oorzaken uit het (verre) verleden. Het geluk en het verdriet dat we vandaag ervaren is het gevolg van wat we in het verleden hebben gedaan. Als je vandaag blij bent, dan zegt de wet van Karma dat het komt omdat jij ooit – in dit leven of in eerdere levens - iemand anders bijzonder goed hebt behandeld en blij hebt gemaakt. En als je je vandaag ellendig voelt of als jou vandaag iets naars overkomt dan komt dat omdat je in het verleden ooit een slechte jongen of een slecht meisje bent geweest, maar je hebt daar geen herinnering meer aan. De wet van Karma betreft dus deze keten van oorzaak en gevolg. Wat er ook met ons lichaam gebeurt sinds dat het geboren is, komt door wat ik ooit heb gedaan: het moet een of andere oorzaak hebben. Probeer dit goed te begrijpen. Alle gebeurtenissen die ik ten aanzien van mijn lichaam bemerk, vanaf het prille begin van onze geboorte, moeten volgens de wet van Karma een oorzaak hebben.

Het leven voor en na de dood

En ook voor onze geboorte als zodanig moet er volgens de wet van Karma een oorzaak zijn. Daarom moeten er dus oorzaken bestaan die besloten liggen in de tijd voorafgaande aan de geboorte. Dit impliceert dan weer dat ik dus ook al voor mijn huidige geboorte in een of ander daaraan voorafgaand leven moet hebben bestaan. En in dat leven moet ik het Karma hebben verkregen dat de oorzaak is van de geboorte in dit lichaam. Kunt u me tot zover volgen? Als ik met betrekking tot mijn lichaam iets meemaak in termen van blijdschap en verdriet (sukha en dukkha) dan moet er sprake zijn van een oorzaak die daaraan vooraf gaat. Mensen doen gedurende hun leven veel dingen, zowel goede als slechte dingen. De gevolgen daarvan lijken echter niet altijd in hun huidige leven tot uiting te komen. Maar aangezien ze volgens de wet van Karma die gevolgen ooit eens moeten gaan ervaren, impliceert dit dat zij na hun dood weer opnieuw zullen worden geboren. Hun lichaam kunnen zij bij hun overlijden immers niet behouden. Zij moeten dus iets anders zijn en kunnen daarom niet hetzelfde zijn als hun lichaam. De Vedānta

zegt daarom dat als we de heilige wet van Karma volgen we dan ook zullen moeten erkennen dat we al voor de geboorte van ons lichaam hebben bestaan en dat we na het sterven van dit lichaam ook zullen blijven bestaan. Elke religie, zonder uitzondering, stelt dat er iets moet zijn na de dood van het lichaam: een leven na de dood, ofwel een post mortem bestaan. Er moet een of andere hemel en hel bestaan, niets blijft zonder gevolg. Als de dood van het lichaam het einde zou zijn, zou je het zelfs geen religie mogen noemen.

Ik ben niet het lichaam

Dus de Vedānta en alle andere religies gaan ervan uit dat we niet het lichaam zijn. De argumentatie hiervoor hebben we zojuist aan de orde gehad en kort samengevat zijn de argumenten als volgt:

- het lichaam verandert voortdurend (vikārīn) vanaf de prille jeugd tot aan de ouderdom, ik ben echter onveranderlijk (nirvikārīn);
- het lichaam is dṛśyam, een object dat ik ervaar, ik ben degene die ervaart (dṛṣṭa);
- het lichaam is inert (acetanā, jada), ik ben bewust (cetanā);
- het lichaam is onderhevig aan de wet van Karma, het komt en gaat, maar ik besta reeds voor de geboorte en ik besta na de dood.

Kortom ik kan dus niet het lichaam zijn dat door voedsel wordt voortgebracht (annamāyā). En daarom zegt de Upaniṣad dat ik in werkelijkheid iets anders ben dan de annamāyā. De Upaniṣad zegt vervolgens ‘anyontara ātmā prāṇamāyā’, hetgeen betekent dat we naar een diepere bedekking, naar een diepere grot moeten graven, dieper dan het lichaam. Wat is dieper dan het lichaam? Iets dat binnen in dit lichaam zit (prakyak antara), iets dat subtieler (sūkṣma) is, iets dat nog doordringender is (viyātaka). En dan hebben we het over de levenskrachten.

Prāṇamāyā-kośa, de bedekking in de vorm van de levenskrachten

De prāṇa doen ons in- en uitademen

Het Sanskrit woord voor levenskrachten is prāṇa. Wat doordringt dit lichaam (annamāyā)? Het leven zelf, de ademhaling! De prāṇa doen ons in- en uitademen. Als we aan Yoga doen leren we om op een goede manier adem te halen, we leren prāṇayama. Dat wil zeggen we leren hoe de levenskrachten te beheersen. Er is bloed dat door onze aderen stroomt, er is zuurstof dat in het bloed wordt opgenomen, er is voedsel dat wordt verteerd en waarmee het lichaam in stand wordt gehouden. Er gebeurt zó verschrikkelijk veel in ons lichaam! Er wordt in ons lichaam onder andere een heel scala aan biochemische stoffen geproduceerd. Een dokter vertelde me eens dat één lever zoveel verschillende biochemische stoffen produceert dat er een fabriek van 200 hectare nodig zou zijn om een gelijk aantal

stoffen te kunnen produceren. En dat alleen al gebeurt in ieder van ons in de lever! Al die levensprocessen stromen continue door ons lichaam heen en zij houden ons lichaam in leven, zij onderhouden het lichaam en voorzien het lichaam van energie. Het ervaren van onze ademhaling wordt prāṇa genoemd. Het ervaren van een hongergevoel wordt prāṇa genoemd. Onze ervaringen van dorst, gezondheid, energie, ziekte of lusteloosheid komt allemaal door prāṇa. Het lichaam is wat het is, de prāṇa's zijn het getij dat voortdurend door ons lichaam heen stroomt. Onze gezondheid is niet zozeer een kwestie van het lichaam, maar onze gezondheid is veeleer een kwestie van de prāṇa. Yoga, ayurveda, al die holistische gezondheid systemen (niet alleen van India, maar van de gehele wereld) grijpen niet rechtstreeks in op het lichaam. Zij proberen in te grijpen op de prāṇa, op wat in China 'chi' en in Japan 'qi' wordt genoemd. Het ingrijpen op de prāṇa's leidt tot een goede fysieke gezondheid van het lichaam.

De Upaniṣad zegt dus dat je de prāṇamāyā bent, je bent het leven als zodanig! En je zou – gegeven de argumentatie - daarom best eens tot de conclusie kunnen komen dat het op waarheid zou kunnen berusten. En ik zou kunnen gaan geloven dat ik 'het leven' ben!

Ben ik de prāṇa?

Maar als we een en ander nauwkeurig bezien en de prāṇamāyā nader gaan onderzoeken dan kunnen we daar de nodige vragen bij stellen. Is de prāṇamāyā wel/niet aan verandering onderhevig? Nou en of, de ene keer zit je vol energie en de andere keer voel je je doodmoe. Soms voel ik me kerngezond en een andere keer voel ik me hondsberoerd. De prāṇa stromen voortdurend in en uit ons lichaam en zij veranderen continue! Maar ikzelf blijf onveranderd; ik ben dezelfde persoon die ziek was en ik ben dezelfde persoon die nu weer genezen is. Maar de prāṇa's zijn wel veranderd! Ik ben een en dezelfde persoon die hongerig was, maar nu kan ik geen hap meer door mijn keel krijgen. Ik ben dezelfde persoon, maar de prāṇa's zijn wel veranderd.

Ook nu weer blijkt dezelfde redenatie van toepassing te zijn. De prāṇa's zijn dṛśyam, want ik ben me bewust van de prāṇa. Ik ben me immers voortdurend bewust van de activiteiten van de prāṇa. Neem bijvoorbeeld de boeddhistische meditatie methode waarin je gevraagd wordt om je ademhaling te volgen. En het waarnemen van de in- en uitademing is hetzelfde als het waarnemen van de prāṇa! Jij bent dus de waarnemer van de prāṇa. De prāṇa zijn dṛśyam en jij bent dṛṣṭa. Jij bent de kenner en de prāṇa zijn iets dat wordt gekend. De prāṇa zijn veranderlijk, vikarī. Jij bent onveranderlijk, nirvikarī. En voor de prāṇa geldt dat ze ook jada zijn, ze zijn inert. Maar jij, jij bent bewust. Om al deze redenen kun jij niet de prāṇa zijn.

Jij bent iets dat dieper gaat. En ook de Upaniṣad komt tot de conclusie dat je niet de prāṇa bent.

De Upaniṣad begon met ons ervan te overtuigen dat we de prāṇa zijn. Maar vroeg ons toen vervolgens om dat grondig te gaan onderzoeken en dan ontdek je dat – net als het lichaam – ook de prāṇa een object is. Prāṇa kun je weliswaar niet zien zoals je het lichaam kunt zien, maar je kunt de prāṇa wel degelijk voelen. Het is een subtiel object en daarom ben je ook dat niet!

Manomāyā-kośa, de bedekking in de vorm van de geest

Mijn geest, respectievelijk mijn persoonlijkheid

De Upaniṣad zegt vervolgens: ‘anyóntara ātmā manomāyā’. Antara betekent dat je in jezelf nog dieper in de grot moet graven. Duik diep naar binnen, dieper dan de bedekking van de levensprocessen. Pratyak betekent binnen; sukṣma betekent subtieler; dhyāpaka betekent doordringender. Wat kan er nog subtieler en dieper gaan dan de levensprocessen? Dat is de geest! Onze geest, onze gedachten, onze emoties, onze herinneringen, onze hele persoonlijkheid.

Ben ik mijn geest, respectievelijk mijn persoonlijkheid?

En als ons gevraagd wordt of we onze persoonlijkheid zijn, zeggen we ‘ja natuurlijk, dat is wat ik ben’. Nou heb ik mezelf gevonden! En het is immers toch zo dat wij net als de meeste volwassen, goed opgeleide en ontwikkelde mensen ons inderdaad met onze persoonlijkheid identificeren? Dat is toch wat wij geloven? Is het niet onze diepste overtuiging dat we onze persoonlijkheid zijn? Zelfs als we voortdurend de Vedānta bestuderen, dan nog blijft onze persoonlijkheid voor ons meestal een onoverkomelijke blokkade. Het geheel van mijn voorkeuren en afkeuren, van mijn ideeën, van mijn gedachten, van mijn herinneringen, van mijn gevoelens, van mijn identiteit, van mijn persoonlijkheid: dat is wat ik ben!

Je ziet wel eens de volgende advertentie in de krant: ‘Ontdek wie je bent’. Wat ze dan meestal bedoelen is je persoonlijkheid, je geest. De Upaniṣad zegt: maar wacht eens even, wees niet te snel. Ben je je bewust van je geest? Ja! Als ik gelukkig ben, dan weet ik dat ik gelukkig ben. En als ik ongelukkig ben, dan weet ik dat ik ongelukkig ben. Als ik naar bepaalde dingen verlang, dan weet ik zonder enige twijfel dat ik verlangens heb. etc. Neem als voorbeeld dat ik trek heb in chocolade, dat ik chocolade wil eten. Het verlangen is daar en ik ben degene die dit wil. De chocolade is het object en ik ben degene die naar dit object verlangt. Hiermee wordt duidelijk dat ik de geest niet kan zijn. Waarom niet? Daar zijn weer een heleboel redenen voor aan te voeren.

Natuurlijk in de eerste plaats omdat de geest iets is wat je kunt ervaren: net zoals jij je lichaam en je prāṇa kunt ervaren, ervaar jij ook zelf je gedachten en ervaar jij ook zelf je persoonlijkheid. En dat kun je natuurlijk alleen maar zelf doen, een ander kan dat niet voor je doen! Een ander kan slechts van buitenaf waarnemen hoe de geest zich manifesteert: een ander kan bijvoorbeeld zien hoe jij je gedraagt. Maar wijzelf kunnen de geest (ook) van binnenuit ervaren, wij hebben als het ware een bevoorrechte en geprivilegieerde positie om de geest in de eerste persoon te ervaren. Ik ervaar de geest en dus is de geest dṛśyam, het object van mijn kennis en ik ben dṛśta, de waarnemer van de geest.

Een tweede reden waarom ik de geest niet kan zijn: is dat de geest iets is dat veranderlijk is. Dat is natuurlijk zo klaar als een klontje! Iemand zei dat we als we overdag wakker zijn, we in deze periode ongeveer 16.000 gedachten hebben voor we weer gaan slapen. Het zijn natuurlijk niet 16000 verschillende gedachten, de meeste van onze gedachten vormen immers repeterende patronen en onze gedachten zijn vaak nutteloos. Als elk van onze gedachte nuttig was, dan zouden we waarschijnlijk slimmer zijn dan willekeurig welke Nobelprijswinnaar dan ook! Maar hoe dan ook, we hebben wel zo'n 16.000 gedachten per dag! En ik ben degene aan wie de gedachten zich tonen en dus ben ik die gedachten niet.

Zo ervaren we elke dag ook tal van verlangens en de enige die ze ervaart ben ik alleen. Ik ben niet vele, ik ben één: ik ben 'de verlanger' van deze verlangens. Ik geloof immers echt niet dat ik vele ben, ik ben één (als dat niet zo was, dan zou ik een gespleten persoonlijkheid hebben)! Ik ben dus maar die éne persoon, maar er zijn zeer veel verschillende gedachten en verlangens. Ik herinner me het eerste wat we destijds op school in de economielessen moesten leren: de menselijke behoeftes zijn ontelbaar, maar de middelen om al deze behoeftes te bevredigen zijn schaars. Dat is de grondslag van de economische wetenschap. Het punt waar het om draait is dat hoewel de verlangens ontelbaar zijn ik toch slechts één ben. Dus hoe zou ik mijn verlangens kunnen zijn? Ik ken mijn verlangens, zij bestaan in mijn geest en zij maken deel uit van mijn persoonlijkheid. Maar dat ben ik niet!

Ik ben niet de persoonlijkheid, ik ben evenmin de geest. De achtergrond van het woord 'persoon' is interessant, want het stamt af van het Griekse woord 'personae' en dat betekent 'masker'. In het Griekse theater was het kennelijk zo dat de acteurs het podium opkwamen om daar de tekst van hun naar het publiek te roepen (er waren toen nog geen microfoons). De acteurs stonden achter grote maskers die zij voor zich uit droegen. En deze maskers werden de 'personae' genoemd en daar komt het woord persoonlijkheid vandaan. Je persoonlijkheid is dus een masker, een masker die je opdoet om de wereld tegemoet te treden en het is niet wat jij bent en evenmin ben jij de geest.

Vijñānamāyā-kośa, de bedekking in de vorm van het intellect

Het intellect

Maar wie ben je dan wel en de Upaniṣad zegt: je hebt inderdaad helemaal gelijk dat je de geest niet bent, je moet nog dieper graven. In eerste instantie liet de Upaniṣad ons dus geloven dat we de geest zijn, maar nu zegt ze ons dat we de geest niet zijn! Binnen in de geest zit nog iets anders, iets dat nog subtieler is dan de geest. De Upaniṣad zegt ‘prakyaḥ antara’ dat wil zeggen: keer naar binnen. De Upaniṣad zegt dan: ‘Anyontara ātmā vijñānamāyā’, graaf dieper. Vijñānamāyā betekent de bedekking in de vorm van het intellect. De geest en het intellect zijn eigenlijk hetzelfde want ze behoren tot een en hetzelfde innerlijke instrument van de mens, maar ze voeren elk een andere functie uit. De Vedānta maakt binnen het ene innerlijke instrument een nader onderscheid gebaseerd op de functie. De vijñānamāyā is ‘dat wat begrijpt’, het is het intellect en het is ook de doener. Als ik nu voel ‘ik ben nu aan het praten’ dan is dat niet de geest als zodanig, maar het is een zekerheid die zich toont aan mijn geest en die zekerheid ontstaat in de bedekking van het intellect, de vijñānamāyā. De beste manier om ernaar te kijken is als volgt: op dit moment ben je aan het proberen om deze tekst te begrijpen. En dat doe je met behulp van de buddhi, dat een onderdeel is van de vijñānamāyā. Dus het intellect waarmee je deze tekst probeert te begrijpen is de vijñānamāyā.

Ben ik het intellect?

Maar ben ik het intellect? Ik lijk het immers wel te geloven als ik bijvoorbeeld zeg: ‘ik ben Swami Sarvapriyananda’. Maar deze uitspraak komt voort uit de vijñānamāyā. Of neem uitspraken zoals: ‘ik begrijp wel/niet waar hij het nu over heeft’. Ook deze uitspraken komen voort uit de vijñānamāyā, want dat is wat begrijpt of niet begrijpt! Het is een andere functie van het innerlijk instrument, de anṭaḥkarana. Ook nu moeten we weer dezelfde logica toepassen. Zijn we ons bewust van het intellect? Jazeker! Ik ben me er immers van bewust of ik iets snap. En ik ben me ervan bewust of ik in de war ben als ik iets niet begrijp. Ook dat is weer het intellect en dus ben ik me ook bewust van mijn intellect! Ben ik me ervan bewust dat ik meneer of mevrouw ‘zus en zo’ ben? Ja natuurlijk wel. Als ik me ervan bewust wordt dat ik iets wel/niet begrijp, dan wordt het intellect een object. Het is weliswaar een uiterst subtiel object, maar het is wel degelijk een object. Het is een object dat schijnt in het licht van het bewustzijn. Het is een object dat schijnt in jouw licht en jij kunt daarom niet jouw intellect zijn.

Het intellect is van jou, het functioneert in jouw licht en jij verleent aan het intellect het bewustzijn, het gevoel en het gewaarzijn. Maar jij kunt het intellect niet zijn. Het intellect verandert voortdurend. Denk aan al die dingen die we op school moesten leren en weer vergeten zijn. Denk aan de dingen die we vroeger op school

niet konden begrijpen, maar die we nu inmiddels wel snappen. Denk aan al die dingen die we nog moeten leren. Dus het intellect verandert voortdurend. Ik voel me nog steeds dezelfde als het jongetje die op de lagere school niks van rekenen snapte, die op de middelbare school de rekenkunde leerde en die de rekenkunde nu weer is vergeten. Ik ben dezelfde persoon, maar mijn intellect is veranderd. Het intellect is dus een object dat voortdurend verandert en ik ben de onveranderlijke getuige van het intellect. Het intellect is daarom ook een object van kennis, *drśyam*. En ik ben de *drśta*, de getuige van het intellect. En al de overige argumenten zijn eveneens van toepassing. *Vikarīn*, *nirvikarīn*. *drśyam*, *drśta*. *Jada*, *cetanā*. Al deze zaken zijn eveneens van toepassing op het intellect. Het intellect bevindt zich in de directe nabijheid van de *ātman*, het schijnt in het licht van de *ātman* en het lijkt erg alert en bewust te zijn. Het intellect is weliswaar bewuster dan het lichaam, maar het blijft desalniettemin iets dat zijn bewustzijn aan jou ontleent. Het is niet je ware zelf, het is niet je ware natuur.

Ānandamāyā-kośa, de bedekking in de vorm van gelukzaligheid

De diepe slaap

En ook nu weer zegt de Upaniṣad voor de zoveelste keer: je hebt gelijk, je bent ook niet het intellect. Maar mijn lieve hemel, wat zijn we dan wel?? Laten we nog dieper graven. De Upaniṣad zegt daarom: ‘*Anyontara ātmā anandamāyā*’ We moeten graven naar iets dat nog subtieler is dan het intellect!

De Upaniṣad zegt dat we als we naar bed gaan en op een gegeven moment diep slapen, dat we dan de wereld om ons heen vergeten en dat we ook het lichaam vergeten dat daar op bed ligt te slapen en misschien wel snurkt. Je lichaam is er dus wel, maar jij bent je er in het geheel niet van bewust. En er zijn ook geen dromen, want je bent in een diepe droomloze slaap gevallen. Er is dan een absolute leegte, er is dan geen intellect. Je bent je niet bewust van een identiteit en je denkt ook niet dat je de doener bent. Immers, zodra je voelt ‘ik ben aan het slapen’, dan slaap je niet!

Ben ik de gelukzaligheid van de diepe slaap?

Dus het intellect is dan stilgevallen, maar toch is er nog iets overgebleven. Immers wat is het dat na het ontwaken oprijst en zegt: ‘ik heb diep en lekker geslapen, ik wist nergens meer van’? De Upaniṣad zegt: “Ik ben als een blok in slaap gevallen, ik heb heerlijk geslapen, ik wist nergens meer van”. Maar dit impliceert dat ‘nergens vanaf weten’ als zodanig toch nog steeds een soort ‘weten’ is! Er moet in de diepe slaap dus nog wel iets zijn achtergebleven! Als dat gedurende de diepe slaap niet zo zou zijn, dan konden we immers alleen maar zeggen: ‘ik ging slapen en ik werd

weer wakker'. In de diepe slaap heb ik echter een gevoel van een leegte, dan heb ik een gevoel van niets meer weten en er is dan toch nog iets dat de afwezigheid van het intellect belicht. Er is dus iets gedurende de diepe slaap een gevoel van een leegte, dat een diepe rust ervaart.

En de Upaniṣad noemt dat de ānandamāyā, de bedekking in de vorm van gelukzaligheid. Waarom wordt dat de bedekking van gelukzaligheid genoemd? Omdat de diepe slaap wordt geassocieerd met een ongestoorde en diepe rust. En volgens de Vedānta bevindt deze bedekking van gelukzaligheid zich het dichtste bij de ātman en het is de subtielste bedekking. Dit is ook de bron waardoor we in de wakende staat blijdschap en geluk ervaren. Als er iets fijns gebeurt, bijvoorbeeld als we een hapje nemen van een stuk chocolade-cake, dan ervaren we even een flits van geluk en dat komt voort uit de ānandamāyā. Maar ook de ānandamāyā is een object. Het wordt ervaren, maar wie is degene die het ervaart? Je bent dus ook niet deze bedekking van gelukzaligheid.

Wie ben ik?

Ik ben geen van de vijf bedekkingen

We hebben zojuist de vijf bedekkingen besproken: de bedekking in de vorm van het lichaam (annamāyā); de bedekking in de vorm van de levenskrachten (prāṇamāyā); de bedekking in de vorm van de geest, van onze persoonlijkheid, van onze ideeën, van wie we echt denken te zijn, maar dat niet waar blijkt te zijn (manomāyā); de bedekking in de vorm van het intellect dat ook op dit moment gebruiken (vijñānamāyā); en het duister van de diepe slaap, die de bedekking in de vorm van gelukzaligheid wordt genoemd (ānandamāyā).

En de Upaniṣad zegt dan: je bent geen van deze bedekkingen! Want het zijn immers allemaal objecten die komen en gaan; het zijn objecten die veranderen; het zijn objecten die je waarneemt; het zijn objecten waarvan jij je bewust bent, maar die zelf jada, dat wil zeggen niet bewust zijn (hoewel doordrongen van ons bewustzijn). En nu we al deze vijf bedekkingen een voor een hebben verworpen komen we nu natuurlijk op het punt waarop de Upaniṣad ons gaat vertellen wie we zijn! We leggen alles aan de kant en zijn één en al oor: vertel het ons nu maar! En dan zwijgt de Upaniṣad en het blijft stil. Net als bij die Russische matroesjka-poppetjes die in elkaar zijn genesteld (en waarbij je steeds opnieuw een kleiner poppetje vindt als je het dan grootste poppetje hebt openmaakt) verwachten we het geheim van de vijf bedekkingen aan te treffen. We hebben de vijf bedekkingen weggenomen en we rekenen erop dat het geheim nu tevoorschijn komt. Maar wat doet de leraar, wat doet de Upaniṣad nu? Het blijft stil, ssst! Wat vreemd!

Zit er eigenlijk wel iets onder de vijf bedekkingen?

We proberen de ware ātman, het ware Zelf te vinden als antwoord op de vraag 'wie ben ik?' We hebben een voor een de vijf bedekkingen aan een onderzoek onderworpen en ze stuk voor stuk verworpen en terzijde geschoven. We zijn op zoek naar de ultieme werkelijkheid die door de Upaniṣad als volgt naar voren werd gebracht: 'satyam jñānam anantam Brahma'. We zouden toch mogen verwachten dat deze nu tevoorschijn komt? Maar er komt niets tevoorschijn!

Er zijn nu twee verschillende reacties denkbaar. De eerste en nogal voor de hand liggende reactie op de constatering dat we niets vinden, is om daar onmiddellijk uit te concluderen dat er ook niets te vinden is! Er bestaat helemaal geen Zelf, er is slechts een leegte, śūnyam. De ātman die de Upaniṣad ons beloofde bestaat dus helemaal niet. Het is net als bij de schil voor schil afpellen van een ui: er blijft tenslotte niets van de ui over. En van het schillen van een ui krijg je tranen en ook nu eindigen we met tranen. Dat had u ons wel eens eerder mogen vertellen. Ik trotseerde het drukke verkeer van deze mooie ochtend om het geheim van de vijf bedekkingen te horen te krijgen. En nu blijkt dat u ons niets heeft te vertellen, u blijft stil en u vertelt ons niet welk geheim er onder de vijf bedekkingen verborgen ligt. En ook de leerling vraagt aan zijn leraar: vertel me toch alstublieft over het geheim onder de vijf bedekkingen. En diezelfde vraag wordt ook in de Upaniṣad gesteld. Bestaat er wel een Zelf?

Voor de tweede reactie is het goed om de hulp van Vidyāraṇya in te roepen. Vidyāraṇya leefde ongeveer 700 jaar geleden en schreef de Pañcadaśī. En daarin brengt hij vijf prachtige punten naar voren. We gaan deze vijf punten bespreken en besluiten daarmee deze lezing. We zullen het geheim onder de vijf deklagen ontdekken en we gaan ook onszelf vinden! Op z'n minst zullen we gaan begrijpen wat de Upaniṣad ons probeert te vertellen en waarom de Upaniṣad stil bleef. En als we geluk hebben krijgen we ook een korte flits van verlichting.

In het derde hoofdstuk van de Pañcadaśī heeft Vidyāraṇya een student als opponent die hem vragen stelt. En de opponent zegt: we kennen nu de vijf bedekkingen, die u me zo mooi hebt uitgelegd. Maar verder valt er niets te kennen! Er is verder niets om te kennen, we hebben onszelf immers zeer grondig onderzocht en we hebben alleen deze vijf deklagen gevonden. Wat zijn deze vijf bedekkingen? Kijk bijvoorbeeld eens naar je hand: wat ik zie is de huid en de botten, het vlees en het bloed onder de huid. Dit is de annamāyā, de bedekking in de vorm van het lichaam (voedsel). Wanneer ik mijn hand optil dan is de energie die me in staat stelt om de hand te laten bewegen de prāṇamāyā. De gedachte: ik moet mijn hand optillen is de manomāyā, de bedekking in de vorm van de geest. Het gevoel 'ik beweeg mijn hand' doet me beseffen en geeft me de identiteit van

de doener en dat wordt de vijñānamāyā genoemd. En als je enige blijdschap voelt als je je hand optilt, dan is dat een uitvloeisel van de ananadamāyā kośa.

Je kunt je natuurlijk afvragen in hoeverre het bewegen van je hand een reden voor blijdschap is? Maar laat ik u vertellen dat als je onverhoopt geen blijdschap voelt dat je je hand kunt bewegen, dan heb je beslist een fysiotherapeut nodig! Leef je maar eens in in iemand die door een hersenbloeding verlamt is geraakt en pas na vele dagen, weken en maanden langdurig en moeizaam oefenen toch zijn hand weer enigszins kan bewegen. Wat een enorme vreugde geeft dat dan! En die vreugde ontspringt dus uit de anandamāyā kośa.

We vergeten onszelf

Dat zijn dus de vijf lagen van onze persoonlijkheid, wat zou er verder nog kunnen zijn? Er is verder niks! Dat is de vraag waar het om draait.

Ik zal u het verhaal vertellen over tien mensen die de rivier oversteken. Ik heb u dat verhaal al eens verteld, maar het is hier ook relevant. Tien vrienden zwemmen naar de overkant van de rivier. En als ze naar de overkant zijn gezwommen vraagt een van hen zich af of ze inderdaad allemaal veilig de rivier zijn overgestoken, òf is er misschien iemand verdronken? Hij besluit om te gaan tellen en hij vraagt zijn vrienden om in een rij te gaan staan en hij telt: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9. En hij herhaalt dat een paar keer, maar komt telkens niet verder dan 9. Oh lieve help, we zijn maar met z'n negenen, vriend nummer 10 is verdronken! Een andere vriend zegt: laat mij maar eens tellen, je hebt vast verkeerd geteld. En ook hij telt: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9. Ze gaan verdrietig bij elkaar zitten en beginnen te huilen: zij treuren om de vriend die verdronken is. Dan passeert er een wijze man. Hij vraagt waarom ze moeten huilen en de vrienden vertellen dat ze met z'n tienen probeerden om de rivier over te steken, maar omdat ze nu nog maar met z'n negenen zijn overgebleven moet er iemand zijn verdronken en daarom zijn ze verdrietig. De wijze laat zijn blik even over de groep vrienden glijden en telt er natuurlijk tien! Hij vraagt hen hoe ze weten dat de tiende persoon verdronken is? En ze antwoorden: omdat we hebben geteld, mijnheer, en we kunnen de tiende niet vinden: we komen met tellen steeds niet verder dan tot negen. De wijze begrijpt dan hoe het misverstand is ontstaan en zegt dan: kalmeer alstublieft.

En juist deze woorden zijn van groot belang. Vergelijk het maar met de guru die ons vertelt dat je niet het lichaam of de geest bent en dat je niet sterfelijk bent, maar dat je zuiver bewustzijn bent. Neem het maar van me aan en geloof me maar!

De wijze zegt vervolgens: u kunt gerust zijn, er is geen enkele reden om te huilen. Geloof me maar, de tiende persoon is er ook! U kunt gerust zijn ik zal het u laten zien. De vrienden vertrouwen hem en zeggen: laat het ons zien. De wijze verzoekt

ze om weer in de rij te gaan staan en vraagt een van de vrienden om opnieuw te tellen. Maar ik heb al geteld! Geeft niks, tel nog maar eens. Prima, als u dat wilt: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9: maar dan pakt de wijze de hand van degene die telt en laat hem naar zichzelf wijzen en zegt: jij bent de tiende. En dan wordt er opnieuw geteld: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 en vervolgens wijst de teller op zichzelf: 10! We hebbende tiende persoon gevonden, wat een blijdschap! En dan willen alle andere vrienden het ook proberen en ook zij komen tot tien. Door dit inzicht werden ze allemaal verlicht. Dolgelukkig vervolgen de tien vrienden hun weg.

De vijf argumenten van Vidyāraṇya

We zoeken altijd naar een object

Vidyāraṇya vertelt ons: nu lach je misschien om dit verhaal, maar weet dat jij keer op keer hetzelfde doet. En hier komen we bij het geheim. Wat is het antwoord van Vidyāraṇya aan degene die de vraag stelde: we zien en ervaren de vijf bedekkingen, maar waar is de ātman, waar is ons Zelf dat u ons beloofde? En Vidyāraṇya zegt: let nu goed op, wat zei je zojuist? Zei je niet 'ik ervaar de vijf bedekkingen'? En dat de vijf bedekkingen in de vorm van het lichaam, van de geest, van het intellect, etc., worden ervaren? Jawel. En dan antwoordt Vidyāraṇya: als ze worden ervaren, dan moet er ook iemand zijn die ze ervaart! Het klopt immers dat als er een ervaring is, er ook iemand moet zijn die dat ervaart? En wie is dan degene die ervaart? Wat is dat wat ervaart?

En dat is dus het eerste punt dat Vidyāraṇya wil maken: je bent op zoek naar een object. Welke fout maakte de persoon die ging tellen? Hij telde 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 en ging 'ergens anders' op zoek naar nummer 10. Maar de 10^e persoon is niet 'ergens anders', hij is degene die telt! Vidyāraṇya vertelt ons dat wij precies hetzelfde doen ten aanzien van het lichaam, de levenskrachten, de geest en het intellect en het duister voorbij het intellect: wie is degene die dit allemaal waarneemt? Diegene is geen object! Onze fout is zeer fundamenteel en tegelijkertijd ook heel natuurlijk: we zoeken naar een object. Als Vidyāraṇya ons vertelt dat er een ātman, een Brahman moet bestaan, dan is het onze onbewuste, natuurlijke en instinctieve reactie om buiten onszelf een object te gaan zoeken, om ātman en Brahma te gaan zoeken als iets dat we kunnen kennen. En we vinden het niet. Vidyāraṇya zegt we vinden het niet, niet omdat het niet bestaat, maar omdat het degene is die zoekt. Het is niet een object dat gezocht wordt, maar het is degene die zoekt!

De kenner behoort niet tot het domein van kennis

Het tweede punt dat Vidyāraṇya wil maken is dat wanneer je het subject wilt leren kennen er zich dan een probleem voordoet met betrekking tot 'het domein van kennis' (NB we hebben het hier nog steeds over een spirituele reis en over spirituele kennis). Vidyāraṇya ontleent aan de Kena-Upaniṣad een belangrijk punt, namelijk dat 'het domein van kennis' opgedeeld is tussen het bekende enerzijds en het onbekende anderzijds. Er bestaan zaken die we weten, boeken die we hebben gelezen, mensen die we kennen, maaltijden die we hebben gegeten, plaatsen die we hebben bezocht. Dat zijn allemaal zaken die we kennen. Maar anderzijds zijn er ook plaatsen die we niet hebben bezocht, boeken die we niet hebben gelezen, theorieën die we niet begrijpen, mensen die we niet kennen en ervaringen die we niet hebben opgedaan. En dat zijn allemaal zaken die toebehoren toe aan het veld van het onbekende.

Dus ons domein van kennis is opgedeeld in het bekende en het onbekende. Maar bestaat er behalve het bekende en onbekende misschien nog iets meer??? Ja, de kenner! Het gehele domein van kennis kan worden opgesplitst in het bekende en het onbekende. Maar de kenner behoort niet tot dat domein, die staat daar geheel los van! Daarom zegt de Upaniṣad dat iemand die denkt dat de ātman gekend kan worden (net zoals een object kan worden gekend), die kent de ātman niet! Degene die zegt dat de ātman niet gekend kan worden, ook die beschouwt de ātman als een object dat je wellicht zou kunnen kennen en die kent de ātman dus ook niet! De ātman behoort noch tot het bekende, noch tot het onbekende: het is de kenner. Dit tweede punt van Vidyāraṇya is echt heel mooi. De ātman is het subject van kennis en geen object van kennis. De objecten van onze kennis zijn hetzij bekend, hetzij onbekend. Er zijn veel zaken die we kennen, er zijn zaken die we nu zullen leren kennen en er zijn zaken die we van al onze levensdagen nooit zullen kennen. Maar het Zelf, dat wil zeggen jij, hoort niet in dat rijtje objecten thuis. Je bent het subject. Dus jij bent noch het bekende noch het onbekende. Vidyāraṇya citeert de Kena-Upaniṣad, die zegt: 'anyadeva tadviditādatho aviditādadhi' het Zelf (ik en ook jij) staat los van alles wat ik ken en los van alles wat ik niet ken. Ik ben slechts het Zelf als zodanig.

Het bewustzijn is uit zichzelf lichtgevend

Maar wat als je je er nog steeds in vastbijt en volhoudt: ok, ik weet dat het Zelf geen object is, maar ik wil het desalniettemin toch kennen? Vidyāraṇya geeft ons in dit verband een prachtig voorbeeld: stel we hebben suiker, water en melk. Als ik suiker bij het water doe, dan wordt het zoet. Als ik suiker bij de melk doe, dan wordt dat ook zoet. Dus hoe maak je water zoet? Door er suiker bij te doen. Hoe

wordt melk zoet? Door er suiker bij te doen. Dus om iets zoet te maken moet je er suiker bij doen.

De wereld zit vol met objecten en hoe ken ik die? Door er bewustzijn aan toe te voegen: door een object in relatie te brengen met bewustzijn word je je immers bewust van dat object. Neem bijvoorbeeld deze microfoon, hoe weet ik dat dat een microfoon is? Door het in relatie te brengen met mijn bewustzijn! Het is een bijzondere manier om er zo naar te kijken. Ergens naar kijken houdt in dat mijn bewustzijn zich dat object gewaarwordt. Dus om iets te kennen moet je er bewustzijn aan toe voegen. Net zoals je suiker moet toevoegen om iets zoet te maken. Vidyāraṇya staat vervolgens stil bij de vraag ‘maar hoe maak ik die suiker op haar beurt dan zoet?’ Moet ik dan wellicht ook suiker toevoegen aan de suiker om de suiker zoet te maken? En moet ik aan die suiker dan ook weer suiker toevoegen, etc, etc.? Dat is een zinloze vraag! De zoetheid van suiker is inherent aan suiker! En de suiker geeft deze zoetheid aan andere zaken.

Voor wat betreft bewustzijn geldt naar analogie hetzelfde: je hoeft je niet bewust hoeft te worden van je bewustzijn! Bewustzijn is wat ‘svaprakāśa’ wordt genoemd: uit zichzelf lichtgevend. Het verlicht alles en toont zichzelf in deze handeling, in dit verlichten van al die andere zaken. Laat ik dit nog eens herhalen: Jij, je Zelf, wordt getoond bij elke keer dat je iets kent. Jij - het bewustzijn - wordt getoond bij alles wat je kent. Neem bijvoorbeeld je ogen, hoe worden deze getoond, hoe weet je dat je ogen hebt? Doordat je dingen ziet. Wat zie je dan? Het eerste antwoord is dat je je eigen ogen ziet, maar je hoeft je eigen ogen echt niet te zien om te weten dat je ogen hebt. Immers alles wat je ziet, om het even wat, vormt het bewijs dat je ogen hebt. En op dezelfde manier geldt dat ik bewustzijn ben, het zuivere Zelf is bewustzijn en toont zich elke keer dat ik iets ken. Je hoeft daar geen bewustzijn aan toe te voegen, je hoeft van bewustzijn geen object van bewustzijn te maken.

Het is beschamend en schandelijk om je Zelf te ontkennen

Het vierde punt dat Vidyāraṇya naar voren brengt is dat het schandelijk en beschamend zou zijn als ikzelf hardop zou zeggen ‘ik heb geen tong’. Het simpele gegeven dat ik praat, dat maakt die uitspraak ‘dat ik geen tong heb’ immers tot een leugen! Daarom wordt mijn hardop uitgesproken zin ‘ik heb geen tong’ gekwalificeerd als een uitspraak die beschamend, die ‘lajja’ is. Het is iets schandelijks om te zeggen dat je geen tong hebt, want als ik iets (willekeurig wat) hardop zeg moet ik immers ook een tong hebben. Want anders zou dat immers niet kunnen. Śaṅkarācārya zegt: “Wie kan het Zelf ontkennen?” Het Zelf is het bewustzijn, dus hoe zou je dat kunnen ontkennen? En dat is het vierde punt van Vidyāraṇya: wie of wat wordt er ontkend als je het Zelf ontkent?

Verdwijnt de opponent in het niets?

En het vijfde punt van Vidyāraṇya is best grappig. Het is een technisch punt dat hij in de vorm giet van een debat met ‘de boeddhistische nihilist’. In het debat zegt deze boeddhistische nihilist: ‘śūnyam’, er bestaat geen ware natuur van de ātman, er bestaat slechts pure leegte. Om de boeddhistische nihilist geen onrecht aan te doen, merk ik hierbij op dat dit door hem (śūnyam) niet letterlijk zo wordt gezegd. Als wij dat in de Vedānta wel zo stellen, dan leggen we hem ten onrechte bepaalde woorden in de mond. Want als we daadwerkelijk hun geschriften nauwkeurig bestuderen dan wordt daar in werkelijkheid iets gezegd dat zeer sterk lijkt op hetgeen wij in de Advaita Vedānta ook zeggen. Maar hoe dan ook, stel dat er iemand is die zegt dat het Zelf niet bestaat. Er zijn wel vijf bedekkingen, maar als je die – net zoals de schillen van een ui – een voor een wegdoet, dan blijft er niets over. Niks, nada.

In een ‘debat’ heb je naast de hoofdpersoon ook een opponent, een tegenstander nodig. In het Sanskrit wordt dat tweetal ‘vadi – prativadi’ genoemd. De vadi is de hoofdpersoon van het debat (in dit geval Vidyāraṇya) en de prativadi (in dit geval is ‘śūnyavadi’ de opponent van Vidyāraṇya die in het debat de tegengestelde mening verdedigt. In het geval van dit debat beweert ‘śūnyavadi’ dus dat de ātman ofwel het Zelf niet bestaat. Maar dat impliceert dat ‘śūnyavadi’ dus ook niet bestaat, de opponent in het debat bestaat niet! En dus stelt Vidyāraṇya dat hij daarmee het debat heeft gewonnen. Want aan wie zou ik mijn antwoorden moeten geven, de opponent bestaat immers niet? Vidyāraṇya brengt hier (min of meer voor de grap) een technisch punt naar voren: als het inderdaad zo is (zoals mijn opponent beweert) dat er geen ātman, geen Zelf bestaat en als beweerd wordt dat er in ons binnenste slechts pure leegte, niets, bestaat, dan doet de opponent zichzelf door die bewering als het ware teniet. Hij bestaat niet meer, hij is in rook opgegaan en aan wie moet ik dan antwoorden? En dat is natuurlijk een retorische vraag. Dus de prativadi is door zijn eigen bewering in het niets opgegaan.

Ik wil hier nogmaals benadrukken dat de boeddhistische nihilist het bovenstaande niet beweert, in werkelijkheid is hij geen nihilist. Een van de manieren om de śūnyavadi school van het boeddhisme (het madhyamaka boeddhisme) te interpreteren komt in veel opzichten sterk overeen met het de Vedānta. Swami Śrī Ramakrishna, de auteur van ‘De grote meester’ zegt: dat wat zij leegte noemen, wordt door ons volheid, heelheid, pūrnam genoemd. Wat zij śūnyam noemen, noemen wij pūrnam en dat is een en hetzelfde.

Het geheim onder de vijf bedekkingen

Hiermee hebben wij de vijf punten van Vidyāraṇya behandeld. En we hebben gesproken over een probleem dat zich voordoet zodra wij zeggen dat we niet de

bedekking van het fysieke lichaam zijn, dat we niet de bedekking van het leven zijn, dat we niet de bedekking van de geest en niet de doener zijn, dat we niet de bedekking van het intellect of de bedekking van de gelukzaligheid zijn. En dat probleem is tweevoudig. Ten eerste blijven we zitten met het gevoel ‘en waar of wie is de ātman dan?’: we blijven voortdurend zoeken naar een object. En ten tweede – als we zeggen dat ātman geen object is – is er onze primaire reactie om dan te concluderen dat er dus geen ātman bestaat.

En deze twee aspecten van het probleem heeft Vidyāraṇya afdoende behandeld met zijn vijf punten: Het eerste punt betreft het verhaal van de 10 vrienden die de rivier oversteken, het Zelf dat je zoekt is geen object dat zich ergens anders bevindt. Het tweede punt is dat je noch tot het domein van het gekende, noch tot het domein van het ongekende behoort. Je bent de kenner. Het derde punt is dat je (teneinde de kenner te kennen) geen bewustzijn aan bewustzijn hoeft toe te voegen, net zomin als dat er suiker aan suiker hoeft te worden toegevoegd om suiker zoet te maken. Het bewustzijn toont zichzelf, elke keer als je iets kent. Het vierde punt is dat het schandelijk en beschamend is om van jezelf te beweren dat je niet bestaat. Want wie zegt dat dan? Er moet immers iemand zijn die dat beweert! Het is zoiets als hardop zeggen dat je geen tong hebt. Het vijfde en laatste punt is van meer technische aard: in een debat tussen de vadi en prativadi, verdwijnt de prativadi in het niets zodra hij beweert dat er in ons binnenste slechts leegte is.

We kunnen nu de volgende conclusie trekken. Het geheim onder de vijf bedekkingen is dit bewustzijn. Dit bewustzijn dat ook op dit moment de bedekkingen verlicht.

Afronding van de lezing

Voor de duidelijkheid, maar zonder hier nu dieper op in te gaan, wil ik voor ik mijn lezing beëindig nog wel opmerken dat het niet zo is dat de Upaniṣad de vijf bedekkingen van het bewustzijn afsplitst: met het ene bewustzijn aan de ene kant en met de vijf bedekkingen aan de andere kant. Neen, de Upaniṣad vervolgt haar verhaal met te vertellen dat slechts het ene bewustzijn bestaat. Het ene bewustzijn toont zich in de vorm van de vijf bedekkingen. Deze vijf bedekkingen (het lichaam, de geest, etc.) die we onze persoonlijkheid noemen, die bedekkingen rijzen slechts op in ons bewustzijn: het zijn geen aparte objecten die buiten het bewustzijn bestaan.

Eigenlijk is het zo dat de Upaniṣad ons een beetje lijkt te misleiden door ons te vragen om diep naar binnen te keren teneinde daar het getuige-bewustzijn, dat wil zeggen het bestaan, het bewustzijn en de gelukzaligheid te gaan ontdekken. Het getuige-bewustzijn dat de toeschouwer is van de vijf bedekkingen. En op aanraden van de Upaniṣad zijn we inderdaad diep naar binnen gekeerd, wat is daar dan

misleidend aan? Nou, stel je eens voor dat je op het strand staat en dat er een enorme golf aan komt rollen. En neem daarbij als uitgangspunt dat ‘het water’ een synoniem is voor ‘de werkelijkheid’. Het is alsof de Upaniṣad op dat punt dan zegt: duik nu diep in deze golf, duik vervolgens nog dieper en pas dan zal je water ontdekken. Neen, je hoeft die golf natuurlijk helemaal niet diep in te duiken: de hele golf – weliswaar met een eigen naam en vorm – is immers water. En ook voor wat betreft deze bedekkingen in de vorm van het lichaam, van het leven, van de geest, van het intellect en van de leegte voorbij het intellect geldt dat alles oprijst in ons bewustzijn en dat alles weer wegzinkt in ons bewustzijn. Alles is bewustzijn.

Als vervolg op ‘het geheim onder de vijf bedekkingen’ komt dit onderwerp in de Upaniṣad aan de orde. Ontdek het zuivere bewustzijn en ontdek dat dit grottenstelsel niets anders is dan het zuivere bewustzijn. Namen en vormen, lichaam en geest, zij rijzen op en tonen zich in het bewustzijn en zakken weer terug in het bewustzijn. Alles is bewustzijn. Alles is bestaan, bewustzijn en oneindigheid: satyam jñānam anantam Brahma. Je hoeft echt niet diep in de tafel te zagen om het hout te ontdekken, je hoeft echt niet naar een speciaal stukje aardewerk te zoeken om de klei te vinden, je hoeft echt niet diep in de golf te duiken om het water te ontdekken. Het is allemaal hout, klei of water.

En hetzelfde gaat ook op voor de vijf bedekkingen: zodra je je realiseert wat zuiver bewustzijn is, zijn zij ook het zuivere bewustzijn. Dat is onze ware natuur. En zodra je dat hebt ontdekt, realiseer je ook een onsterfelijke, onveranderlijke werkelijkheid. Sterfelijkheid behoort tot het lichaam, ziekte en verval behoren tot de levenskrachten, geluk, verdriet, begeerte en frustratie behoren tot de geest, onwetendheid en kennis behoren tot het intellect. Al het bovengenoemde behoort tot de vijf bedekkingen en niets van dat alles behoort tot het zuivere bewustzijn en dat is wat we op dit moment al zijn! Wij zijn onsterfelijk, zuiver, oneindig, bewustzijn, bestaan. Zoals Swami Vivekananda al zei: “If only you knew who you really are.” Maar dit komt allemaal in mijn volgende lezing aan de orde. Het gehele spirituele leven is erop gericht om ons dit te doen begrijpen. Niet door middel van een lezing of door middel van een geschrift, maar door je dat als een levende werkelijkheid te laten ervaren. Net zoals we nu ons lichaam ervaren, moeten we ook voelen, weten en realiseren dat we oneindigheid, bestaan en bewustzijn zijn.

* * *