

# KARMA

en

# TRIGUṆA

door

**Ātma Muni**

**ĀTMA VIDYĀ BHĀVANA  
YOGA NIKETAN BELGIUM**  
VZW

---

Lucien Mertens (Atma Muni) Otterstraat 7 2800 Mechelen – Belgium  
Tel.: 015 339 379 - Gsm: 0486 539 559

E-mail: [atma.muni@telenet.be](mailto:atma.muni@telenet.be)  
URL : <http://www.yoganiketan.be>

# कर्म & त्रिगुण

## KARMA & TRIGUᅇA

KARMA .....blz. 1

TRIGUᅇA .....blz. 21

# Karma

door Ātma Muni



Ātma Muni

## EEN OMSTREDEN BEGRIP

Karma uitleggen in de beperkte ruimte van een artikel is onbegonnen werk. Daarmee zal ongetwijfeld elke ‘kenner’ het eens zijn. Men kan met karma alle richtingen uit, van zeer eng en beperkt tot zeer ruim en allesomvattend.

Was het woord zo’n dertig tot veertig jaar terug nog onbekend in onze omgeving, dan staat het nu reeds in het ‘Groene boekje’ van de Nederlandse taal. Men hoort het te pas en te onpas gebruiken, maar vooral *misbruiken*. Het is hét stopwoord in gesprekken tussen vrienden onderling en het gepaste wapen om naar het hoofd te slingeren van diegene die men diep wil kwetsen...

Wanneer iemand tegenslag heeft of een ongeluk, hoort men hautain opmerken: “Dat zal je karma zijn.”

De vraag is of dat wel zo is. Is alles wat mij overkomt mijn karma? En als het mijn karma is, is het dan ook *mijn schuld*? Of met andere woorden: betekent *karma* hetzelfde als *schuld*?

Laat ons beginnen met een onderzoek naar de betekenis van het Sanskrietwoord volgens het Sanskrietwoordenboek.

## BETEKENIS VAN HET WOORD KARMA

Het woord *karma* komt van de wortel *kr* (lees: *kri*). Zoals bijna alle Sanskrietwoorden heeft het een grote variëteit aan betekenissen, zoals: actie, handeling, prestatie (Ṛg Veda, Atharva Veda, Mahābhārata), karwei, taak, plicht, dienst, speciale plicht, bezigheid, religieuze rituelen, werk, activiteit, beweging, resultaat, oorzaak, gevolg, enz.

De belangrijkste van deze betekenissen, die allemaal wel verwant zijn aan mekaar, zijn: actie of handeling, plicht, speciale plicht, werk en vooral: oorzaak en gevolg.

Dat is ook de algemene bepaling van karma: ***de wet van oorzaak en gevolg***.

Alles in het heelal, in de fysische wereld, de wereld der verschijnselen, is aan deze wet onderworpen. Vanaf het allereerste begin stellen we vast dat er overal oorzaken zijn en dus ook gevolgen. In het geëvolueerde heelal is er dus een caleidoscoop aanwezig van met mekaar verweven en steeds mekaar beïnvloedende, oneindige reeks van oorzaken en gevolgen.

Het is duidelijk dat hier dus zeker geen sprake kan zijn van *schuld*, op welke manier dan ook.

Dat ik op deze planeet (aarde) geboren ben is niet mijn schuld. En als je met je hoofd schudt en dit betwijfelt, dan is het zeker niet mijn schuld dat, wanneer ik omhoog spring om naar de maan te reiken, ik op de kortste keren terugval op de grond. Het is niet mijn schuld dat de zwaartekracht bestaat.

In de Sāṃkhya Darśana wordt de eerste schepping (het eerste gevolg van de heterogene interactie van de guṇa's) *Mahat* genoemd (het kosmische *Buddhi* of Intelligentie). De guṇa's zijn de eerste oorzaak en Mahat het eerste gevolg en dus op zijn beurt de eerste oorzaak van al de rest van de evolutie van het heelal. Zoals je ziet is ook hier het grondidee weer identiek aan wat onze moderne wetenschap ons voorhoudt.

Want één ding moet duidelijk zijn: elk gevolg is opnieuw oorzaak van één of meerdere andere gevolgen.

Hier moet je even bij stilstaan en het rustig overdenken en op je laten inwerken, om de consequenties te beseffen.

Dit gigantisch en ongelooflijk complex van oorzaken en gevolgen is een onontwarbaar kluwen, waar wij absoluut geen overzicht van hebben. Het is dus niet evident daarin één oorzaak en zijn gevolgen in kaart te brengen, *omdat een gevolg meerdere oorzaken en een oorzaak meerdere gevolgen kan hebben.*

Om het nog moeilijker te maken kunnen we stellen dat volgens de modernste inzichten (die weer overeenkomen met de duizenden jaren oude) van de kwantummechanica we de relatie oorzaak en gevolg in vraag kunnen stellen. Tenminste in zoverre dat het niet rechtlijnig duidelijk is of *het gevolg niet de oorzaak is van de oorzaak...*

## PERSOONLIJK KARMA

Laat ons vooral onthouden dat wij leven in een kosmos die geregeerd wordt door fysische en psychische (geestelijke) wetten, waarvan wij het *slachtoffer* zijn. Wij maken er deel van uit en *ondergaan* dus mee deze wetmatigheden. We zijn dus zelf ook *oorzaak en gevolg*.

En daar begint de relatie van karma en onze persoonlijkheid. Karma dus en onze **eigen verantwoordelijkheid**. *Want elke door ons gestelde daad (gedachte, woord of daad) creëert zijn eigen gevolgen.*

Hier ligt dus wel degelijk een addertje onder het gras.

Elke daad die ik als individu stel, heeft dus onvermijdelijk een sleep van gevolgen. Dit betekent dat hier de schuldvraag kan beginnen mee te spelen. Immers, wat ik nu doe is de oorzaak van wat ik straks, morgen of later ga erven. *Wat ik vandaag doe bepaalt (mee) mijn toekomst.*

Ik ben dus (voor een deel althans) de schepper van mijn leven, maar ook van anderen hun leven die mijn weg kruisen.

Meer nog, mijn leven wordt gevormd door wat ik vandaag doe, maar eveneens, en voor een nog groter deel, door wat ik gisteren, verleden jaar heb gedaan. Kortom, door al mijn daden uit het verleden, waarvan ik nu en morgen de gevolgen ervaar. En, door de onvermijdelijke oorzaken van de fysische en psychische wetten, waaraan ik nooit kan ontsnappen.

Een wel erg ingewikkeld patroon...

Iemand stelde het ooit zo: *wij zijn ons gekristalliseerd verleden.*

Maar dat stelt grote problemen en vraagtekens voor ons ‘heden’.

Mijn daden van vandaag bepalen mijn toekomst, maar zichzelf worden bepaald door mijn verleden. Dit is het probleem waar een intelligente rechtspraak mee geconfronteerd wordt. De opvoeding (of het gebrek eraan) is veelal de oorzaak van jeugdcriminaliteit. De jonge misdadigers zijn het slachtoffer van hun verleden. Zij kunnen slechts denken en handelen met hun conditionering.

Voor conservatieve, rechtlijnige opvattingen, is een misdaad een misdaad en die moet bestraft worden. Denk maar aan de voorschriften van de bijbel, de koran, de Manu Smṛti en andere. Iedereen gelijk voor de wet en voor dezelfde fout dezelfde straf. Of dit intelligent is?

Maar niet iedereen is gelijk.

Als gevolg van ons verleden (en dat begint niet bij onze geboorte, maar ruim gezien vanaf de eerste oorzaak) zijn wij nu wat we zijn. We worden geboren met weinig of veel talenten, met weinig of veel verstand. We zijn geestelijk gehandicapt of we zijn een genie. We komen uit een straatarm gezin of we worden geboren als prins of als schatrijke erfgenaam. Ik kan zo nog lang verdergaan. De ongelijkheid is gewoonweg enorm. En toch word ik geacht in alle omstandigheden *juist* te handelen of ik word gestraft.

Dit is volkomen onrechtvaardig.

Voor de mogelijke problemen zijn niet wij verantwoordelijk, maar de lieve God die ons met zoveel tekortkomingen heeft opgezaald. Niet wij moeten dan gestraft worden, maar Hij.

Of houden we het misschien beter bij karma in plaats van bij de lieve God?

Tijdens mijn opleiding voor onderwijzer werden wij geïndoctrineerd met de theologische opvattingen van de Kerk (die van vóór het tweede Vaticaans concilie). De verklaring die wij er kregen voor de erfzonde luidde zo: door de ongehoorzaamheid van Adam en Eva (zij aten van de verboden vrucht) was God in Zijn oneindige Majesteit oneindig beledigd. Daardoor verloor de mensheid zijn relatie (band) met God. De kleine mens kon door geen enkele daad deze oneindige smaad ongedaan maken. Daarom moest God Zijn Zoon mens laten worden om met Zijn oneindige waarde deze oneindige smaad teniet te doen.

Knappe redenatie, niet? Maar zó ongelooflijk dom en mank, dat men zich terecht vragen moet stellen bij het theologisch gedrocht dat de christenheid (lees: de Kerk) doorheen de eeuwen geschapen heeft.

Vraag één: “Kan de oneindige Majesteit van God ooit beledigd worden? Staat God daar niet oneindig ver boven en buiten?”

Vraag twee: “En zo ja, kan een klein schepsel dat dan doen?”

Laat ons even een vergelijking maken: als Jan-met-de-pet (klein Pierke) zegt dat onze koning een nar is, zal de koning daar niet van wakker liggen. Van zo iemand wordt de mening niet au sérieux genomen. Zo iemand weet niet wat hij zegt. Maar als de eerste minister hetzelfde zegt, staan in alle kranten in binnen- en buitenland de voorpagina’s daar vol van, en ontstaat er een regelrechte rel.

Wij hebben van God een karikatuur gemaakt. Een *verheven* wezen naar onze normen.

In het oosten zou men zeggen dat God mededogend glimlachte toen hij hoorde van de misstap van Adam en Eva.

En toch... Als we God er even buiten laten, kunnen we wel begrijpen dat een fout, gemaakt in het begin, zijn consequenties heeft tot op heden. Dit is de wetmatigheid die in de schepping aanwezig is – en je mag de vraag stellen vanwaar die dan wel komt...

In de Bhagavad Gītā zegt Śrī Kṛṣṇa dat dit alles het werk is van de guṇa's (sattva, rajas en tamas). Daardoor is het Bewustzijn versluierd. Wij worden bevrijd op het moment dat wij dit realiseren. Als God (de Zoon) geboren (bewust) wordt in ons, om het wat christelijker te zeggen.

In feite komt het op hetzelfde neer, maar hoeveel meer lucide en realistischer klinkt het hier.

## VRIJE WIL?

Een ander argument dat steeds wordt aangehaald is dat van de vrije wil.

Volgens de christelijke theologie zijn wij geschapen met een vrije wil. Ondanks alle gebreken waarmee wij behept zijn, hebben wij toch in alle omstandigheden de vrije keuze tussen goed en kwaad.

Maar is dat wel zo?

Wij zouden het vanzelfsprekend graag hebben. Wij wensen geen fatalistische voorstelling van de wereld en onze plaats daarin. Wij verwijten hoogmoedig de Hindoes die ten gevolge van hun *geloof in karma* bij de pakken gaan zitten, en niets ondernemen om de levensomstandigheden te verbeteren. Als men arm is of ziek is daar niets aan te doen. Dat is karma, en men moet zich daar bij neerleggen. Maar wij zijn anders, want wij weten dat wij een *vrije wil* hebben. Dat maakt dat wij een voorspoedige samenleving hebben en zij niet...

Was het maar zo simpel.

Hierover een juist begrip hebben is niet eenvoudig. Dat vraagt onderzoek en kennis en inzicht. Geen *geloof*.

Aan de andere kant is het waar dat veel van de miserie in de Indische samenleving te maken heeft met een verkeerd begrip van karma. Met een *geloof*.

Bij een juist inzicht in de wet van karma zou men zo niet handelen of denken. Maar onderschrijft dit het voorgaande niet, daar waar ik sprak van de macht van 'ons gekristalliseerd verleden' en de ongelijkheid tussen onze talenten en verstand?

Laten wij even stilstaan bij de zagezegde vrije wil.

*God schiep de wereld voor Zijn eigen glorie en voor het welzijn van zijn redelijke schepselen.* Zo stond het vroeger ongeveer in onze oude catechismus, die ik ooit vanbuiten kende, met de leestekens inbegrepen. Hij schiep de mens met de beste bedoelingen, maar gaf hem tevens de vrije wil om al dan niet zijn geboden en verboden te volgen. Kortom, te kiezen voor hemel of hel.

Weer moet ik wijzen op de ongerijmdheden. De almachtige, alwetende God schiep de mens voor zijn welzijn en geluk, en gaf hem de vrije wil om te kiezen. Maar Hij wist perfect op voorhand dat de mens, onvolmaakt als hij is, juist door die onvolmaaktheid de verkeerde keuzes zou maken. En dan straft Hij hem?

Volg je nog?

Zo'n God lijkt mij meer een sadist dan een Oneindige Goede God...

Hoe vrij is echter mijn wil als ik vandaag een keuze maak? Wordt mijn keuze niet hoe dan ook bepaald door mijn gebrekkige kwaliteiten, mijn gebrek aan verstand en inzicht, en door de conditionering van mijn gekristalliseerd verleden? Is mijn keuze dan vrij? Kan zij ooit vrij zijn?

Als wij de *wet van karma* als iets louter mechanisch zien, kan er helemaal geen sprake zijn van vrije wil. Mijn keuze is het gevolg van mijn verleden.

Maar de *wet van karma* is niet louter mechanisch.

De hele evolutie is een intelligent proces, met een intelligent doel en geleid door een Alomtegenwoordige Intelligentie in alle omstandigheden. Deze karmische wetten zijn een subtiële sturing (leiding) door wat we zouden kunnen noemen de *Goddelijke Intelligentie*. Deze sturing noemen we *Dharma*. Dharma is doel en weg.

Probeer het met een modern, hedendaags beeld zó te zien: de schepping is een oneindig intelligent en kosmisch computerprogramma, geschreven of ontworpen door een oneindig intelligente programmeur (God?). Het is dan ook een oneindig ingewikkeld en gevarieerd programma, dat zich doelgericht ontwikkelt naar een vooraf geprogrammeerd doel (de Zelfrealisatie). Via dat programma is God Zich onophoudelijk bewust van ZichZelf. Niets in dat programma kan ontsnappen aan de sturing of aan het doel (staat er niet ergens in het Evangelie dat er "*geen vogel uit de lucht valt zonder dat de Vader het weet*"?). Alleen zijn er op elk kruispunt een oneindig aantal mogelijkheden, oplossingen, keuzes, ingebouwd. Wat wij ook kiezen, wij zijn altijd onderweg naar de realisatie van het doel (onze Zelfrealisatie). Daaraan kunnen wij uiteindelijk niet ontsnappen. De weg er naartoe is oneindig gevarieerd door de oneindige keuzemogelijkheid. Dit noem ik ons *kosmisch dharma*.

Als we gaan elimineren kunnen we deze oneindige keuze uiteindelijk herleiden tot de keuze tussen goed en kwaad, licht en donker. Maar welke keuze we ook maken, het is geen echte vrije keuze. Het is een schijnbare vrije keuze tussen de toegestane mogelijkheden van het programma. De enige vrije keuze, echte keuze, is die van de programmeur, van God. Daarom is de enige oplossing niet *mijn vrije keuze*, maar *Zijn vrije keuze*, of anders gezegd, *overgave aan Zijn Wil*.

Ik weet dat deze uitleg niemands geest gaat verlichten totdat hij of zij die zelf verlicht.

## EEN SIMPELE VOORSTELLING

Laat ons nu heel deze ingewikkelde, wat zwaartillende uitleg, vereenvoudigen.

We stellen dat we dus een schijnbaar vrije wil hebben, die op elk kruispunt duizenden richtingen uitkan, die we kunnen herleiden tot twee: de basisverscheidenheid van de dualiteit. Ik kan dus in alle omstandigheden, met heel mijn gekristalliseerd verleden en mijn onvolkomenheden, kiezen tussen goed en kwaad.

Ik moet mij wel bewust zijn van het volgende:

**Elke keuze die ik maak is de oorzaak van *meervoudige* gevolgen in de ruimte.**

**Elke keuze die ik maak is de oorzaak van *meervoudige* gevolgen in de tijd.**

Een voorbeeld zal het duidelijk maken. Ik heb dit verhaal vijfendertig jaar lang in alle mogelijke variaties in mijn lessen verteld.

Op een avond geef ik een lezing over karma en vertel ik aan mijn gehoor wat ik zojuist beschreven heb. Onder mijn toehoorders is er een man die zich blijkbaar verschrikkelijk ergert aan wat ik zeg, die het er helemaal niet eens mee is. Op een gegeven ogenblik kan hij zich niet meer beheersen en begint hij me uit te schelden voor domkop, stommerik, bedrieger, en nog meer van dat fraais. Ik roep hem tot de orde, wat hem alleen maar woedender maakt, totdat hij vlak voor mij staat te schelden.

*Alhoewel ik als Yogadocent een voorbeeld van Ahimsā hoor te zijn, vergeet ik dat even en in een opwelling geef ik de man een ferme klap in zijn gezicht en zeg hem dat hij de zaal moet verlaten, wat met de hulp van een aantal onthutste toehoorders gebeurt.*

Dit was de **oorzaak**.

Nu komen de **gevolgen**.

*Wanneer de man met zijn gekneusd aangezicht thuiskomt, vraagt zijn vrouw bekommerd wat er gebeurd is. Nadat hij zijn versie van het gebeuren heeft gegeven, reageert ze met: “Zie je nu wel, ik had je toch gezegd dat je daar beter weg kon blijven. Dat oosters gedoe... Had beter naar mijn raad geluisterd.”*

*’s Anderendaags wordt het hele gebeuren, vertekend en gekleurd, in de verf gezet bij de bakker, de kruidenier en via de telefoon, bij vrienden en kennissen: “Je weet wel, mijn man volgt Yoga bij die Mertens of Ātma Muni. Weet je wat er gisteren is gebeurd?”*

*Eer er een week voorbij is weten alle kennissen, vrienden en hun kennissen en vrienden het. Niet alleen in Mechelen, maar in een wijde kring er omheen...*

Dit waren de gevolgen **in de ruimte**.

*De tijd schrijdt voort, de jaren gaan voorbij. Bij iedereen is deze gebeurtenis of dit verhaal in het onderbewustzijn weggezonden. Heel af en toe wordt het nog eens verteld.*

*Twintig jaar later zet mijn zoon – ik heb geen zoon – een punt achter zijn studies en gaat op zoek naar werk. Hij stuurt zijn CV naar verschillende firma’s en heeft verschillende gesprekken. Op een gegeven ogenblik heeft hij een zeer vriendelijk en interessant gesprek met een personeelschef van een firma. Het werk staat hem aan. De man ziet het blijkbaar wel zitten met mijn zoon, en denkt: “Dit is de geschikte kandidaat.”*

*Als laatste aanvullende inlichting over de achtergrond van mijn zoon vraagt hij naar zijn ouders. Mijn zoon vertelt trots over zijn moeder en over mij, en zegt terloops ook dat ik Yogadocent ben, waarmee hij meent te zullen scoren.*

*Nu wil het **toeval** dat deze personeelschef een kennis is van een vriend van degene die ik twintig jaar voordien een flinke klap gegeven had. Ooit heeft hij dat verhaal eens horen vertellen, zonder er veel aandacht aan te besteden. Hij heeft echter het woordje ‘Yoga’ verbonden aan ‘onfrisse geschiedenis’ en zo zit het sedertdien in zijn onderbewustzijn.*

*Het verhaal komt zelfs niet in zijn geest naar boven, maar een onbehaaglijk gevoel van wreveldringt zich op, en op dat moment zakt het enthousiasme over mijn zoon weg.*

*Hij zegt: “We zullen alles nog eens rustig bezien en we laten je zo snel mogelijk iets weten.”*



*Mijn zoon heeft de job niet...*

Dit waren de gevolgen **in de tijd**.

Ik hoop dat het duidelijk is dat voorgaande enkel een aan mijn fantasie ontsproten verhaal is. Zoals gezegd: ik heb geen zoon.

Maar het verhaal illustreert hoe gevolgen van een daad zich in de ruimte én in de tijd verspreiden.

We beseffen het niet, maar elke handeling of daad, hoe klein ook (bijvoorbeeld als ik mijn rechterarm omhoog steek), verandert het heelal.

Daarom schreef ik vele jaren geleden deze wijsheidsdruppel:

***Twee vrouwen wandelen  
Met elke stap verandert de wereld...***

Dat elke daad een veelvoud aan gevolgen creëert blijkt ook duidelijk uit een uitspraak van Jezus in het Evangelie: “Wie **wind** zaait, zal **storm** oogsten.”

## **DHARMA**

We zegden reeds dat de hele evolutie, de schepping, gebeurt onder leiding en sturing van de goddelijke intelligentie. Ze is weg en doel. We noemden dit *dharma*.

Wat betekent dit woord?

Reeds in de R̥g (Rig) Veda – de oudste Veda – komt het woord *dharman* voor, met als betekenis: dat wat gevestigd is, wat onwrikbaar is, wat vast is. Het betekent tevens statuut, verordening, gebruik, gewoonte of voorgeschreven gedrag. Verder nog: deugd, zedelijk gedrag, religie, plicht, gerechtigheid, goede werken, enz.

Wij worden geroepen om aan deze ingebouwde spirituele wet te beantwoorden. Het is onze taak te handelen in overeenstemming met dharma. Dan nemen we de snelweg naar een verlicht leven en naar de realisatie van het Zelf. Wanneer wij daaraan niet beantwoorden, handelen en leven we in *adharma*, niet beantwoordend aan de universele opdracht. Dan beschadigen we onszelf en anderen alsook de kosmische ordening.

Vergelijk het voorgaande met het al dan niet beantwoorden aan de geboden en verboden van God.

Let wel op: de wereld van de dualiteit kan niet uitsluitend dharma zijn. Er is altijd een zoeken naar evenwicht tussen dharma en adharma. Als het evenwicht verstoord wordt, wordt er ingegrepen – denk daarbij aan de zogenaamde incarnaties van Viṣṇu (Vishnoe) en van Jezus.

Als wij leven in overeenstemming met dharma, leven wij een goed leven, een deugdzaam en intelligent leven. Als wij leven in overeenstemming met adharma, leven wij een slecht en misdadig leven. Een ongelukkig leven.

Aan ons de keuze.

Het al dan niet volgen van dharma is dus onverbrekkelijk verbonden met karma, onze handelingen of de door ons gecreëerde oorzaken en gevolgen.

Vandaar dat wij de keuze hebben in het maken van ‘goed’ karma of van ‘slecht’ karma.

Vandaar onze grote verantwoordelijkheid voor onze daden – in overeenstemming met onze kwaliteiten en verstand.

Er is hiervoor geen universele en rechtlijnige gids.

En, vergis je niet: dharma heeft niets van doen met menselijke en/of door mensen ontworpen wetten.

Niet de maatschappij met haar wetten en voorschriften is norm. De maatschappij moet zich aanpassen aan de roeping van dharma.

Het voorgaande maakt duidelijk dat wij dus niet het recht noch de mogelijkheid hebben om te oordelen over de daden van anderen.

Denk daarbij ook aan de uitspraak van Jezus: *“Oordeel niet, om zelf niet geoordeeld te worden.”*

Het enige oordeel ligt bij Dát of God.

Maar dat neemt onze verantwoordelijkheid niet weg. Integendeel: wij zouden moeten beseffen dat het volgen van dharma alleen maar in ons voordeel is. Alleen al ons egoïsme zou ons moeten tonen hoe belangrijk het voor ons is om te handelen in overeenstemming met dharma.

Toch zal blijken dat handelen uit eigenbaat nog steeds gebondenheid en lijden insluit. *Ook het ondergaan van de gevolgen van egoïstisch geïnspireerde goede daden is nog een bron van lijden.*

Beter dan te kiezen voor het maken van slecht karma of goed karma, is het kiezen voor die handelingen die ons niet binden of geen gevolgen dragen. Men noemt dit **Niṣkāma Karma**, *karmaloos handelen* of *handelen zonder gehechtheid...*

Hierover onderricht de Bhagavad Gītā ons op een verheven en onnavolgbare wijze. Eén van de meest essentiële bepalingen van Yoga uit de Gītā is hier dan ook op gebaseerd:

*Eén geworden met de zuivere rede (buddhi), laat men hier af van goede zo-wel als van boze daden; houd u daarom aan Yoga; **Yoga is vaardigheid in handelen.** (Bhagavad Gītā, hfdst. II, vers 50)*

Let wel op: het voorgaande is niet licht te verstaan. Noteer dat het karma nooit kan gestopt worden. Het is het mechanisme van de werking van de guṇa's (sattva, rajas en tamas). Wat echter wél gestopt kan worden, is **onze binding met het karma**. *Wanneer wij inzien dat de ganse schepping het werk is van de drie guṇa's en niet van ons (het) Zelf, betekent dit bevrijding.*

Lijkt het voorgaande je te ingewikkeld, dan zullen we nu proberen één en ander op een eenvoudiger manier duidelijk te maken aan de hand van enkele verhalende voorbeelden.

## **ENKELE EENVOUDIGE VOORBEELDEN**

Ik heb redelijk wat afgereisd in mijn leven en zo heb ik dus heel wat leerrijke ervaring opgedaan in verschillende landen op verschillende continenten. Dat is realiteit.

## **Wat nu volgt is pure fantasie. Een paar nieuwe verhalen uit ‘Duizend en één Nacht’.**

Ooit doorkruiste ik de Sahara, heel alleen, om mezelf te bewijzen. Ik had me uiteraard goed voorbereid. Ik had geleerd mij te oriënteren aan de hand van de zon en de sterren. Ik was goed uitgerust met gepaste kledij, kaarten en hulpmateriaal en ik beschikte over een voldoende voorraad water.

### **Verhaal A: SLECHT KARMA**

*Door toeval vond ik op mijn tocht een echte ‘drenkeling op het droge’. Ik hoorde een gekreun en gesteun en kwam terecht bij een hoopje mens dat nog nauwelijks leefde. Uitgedroogd was het juiste woord. Droge, gebarsten lippen die nog nauwelijks hoorbaar konden stamelen: “Dorst, dorst, water...”*

*Eerst herkende ik de man niet, maar toen ik me over hem boog zag ik dat het uitgerend dezelfde man was met wie ik jaren geleden een zwaar conflict had en die mijn goede naam en reputatie had beschadigd.*

*Een groeiend gevoel van leedvermaak kwam over mij. Het besef van mijn macht en van het feit dat dit het moment van wraak was, proefde als nectar op mijn tong.*

*Terwijl hij snakkend naar water naar mij opkeek, nam ik mijn veldfles met lekker, gekoeld water, en nam voor zijn ogen een paar lekkere slokken, waarna ik hem zei: “Ja, vriend, misschien herken je me nog, je vroegere yogaleraar. Ja, ik kan best begrijpen dat je snakt naar water in deze omstandigheden. Ik moet zeggen dat het heerlijk smaakt. Zo, ik wens je het allerbeste toe en tot ziens.” Waarna ik vrolijk gestemd mijn reis verder zette.*

Ik denk niet dat ik hier enige verdere toelichting moet verschaffen. Dit was een daad geïnspireerd door kleingeestige en egoïstische wraakgevoelens en leedvermaak. Deze lage en slechte daad zal mij ooit als rekening gepresenteerd worden en mijn hele leven zal het besef van mijn eigen slechtheid mij blijven bezwaren.

### **Verhaal B: GOED KARMA**

*Door toeval vond ik enige tijd later weer een echte ‘drenkeling op het droge’. Ik hoorde een gekreun en gesteun en kwam terecht bij een hoopje mens dat nog nauwelijks leefde. Uitgedroogd was het juiste woord. Droge, gebarsten lippen die nog nauwelijks hoorbaar konden stamelen: “Dorst, dorst, water...”*

*Eerst herkende ik de man niet, maar toen ik me over hem boog, zag ik dat het uitgerend de Sjah van Perzië was (het verhaal speelt zich af in de vroege jaren zeventig).*

*Onmiddellijk rezen er beelden op van de onmetelijke rijkdom van de Sjah. Als ik deze man kon redden, zou dat voorpaginanieuws zijn in de hele wereld en misschien zou er dan wel één of andere edelsteen van de pauwentroon als dank in mijn hand vallen...*

*Ik boog naast zijn uitgedroogde lichaam neer en legde voorzichtig zijn hoofd in mijn schoot. Ik bevochtigde een propere zakdoek met fris water en bette er zijn aangezicht mee en liet enkele druppels water op en tussen zijn lippen vallen. Ondertussen sprak ik hem moed in en vertelde hem dat ik hem zou helpen en redden. Nadat de Sjah na enige*

*tijd wat gedronken had en wat vloeibaar voedsel had genuttigd, hielp ik hem voorzichtig overeind, ondersteunde hem en hielp hem op weg.*

*Bij aankomst in het eerste - gelukkig dichtbijgelegen - dorp bazuinde ik uit dat ik de Sjah van Perzië in de woestijn had gevonden en dat ik hem gered had. Nadat de Sjah was opgevangen en de nodige medische zorgen kreeg, deed ik mijn verhaal in het lang en in het breed aan de pers.*

Ook hier moet ik geen tekeningetje bij maken. Ik heb duidelijk een goede daad gesteld. Ik heb de man zijn leven gered, ontegensprekelijk. Maar ik heb het uit eigenbelang gedaan, of, indien niet uit eigenbelang, dan toch in de hoop op een flinke beloning. Ik heb het niet gedaan om niet. Ik heb het niet gedaan omdat het vanzelfsprekend was in de gegeven omstandigheden. Ik verwacht de vruchten van mijn daad.

Deze goede daad creëert zonder twijfel goed karma, maar bindt mij door mijn gezocht recht op beloning.

### Verhaal C: **KARMALOOS HANDELEN**

Alle 'goede' dingen bestaan uit drie, zegt het spreekwoord. Zo ook hier...

*Door een nog groter toeval vond ik enige tijd later voor de derde maal een echte 'drenkeling op het droge'. Ik hoorde een gekreun en gesteun en kwam terecht bij een hoopje mens dat nog nauwelijks leefde. Uitgedroogd was het juiste woord. Droge, gebarsten lippen die nog nauwelijks hoorbaar konden stamelen: "Dorst, dorst, water..."*

*Ik herkende de man niet, zelfs niet toen ik me over hem boog. Het was een vreemde die ik nog nooit gezien had. Geen enkel gevoel van aversie of enige bijbedoeling welke in me op. Hier lag een mens in nood en ik was op de juiste plaats om hulp te bieden. Deze man had dringend behoefte aan water en ik had water bij me.*

*Ik boog neer naast zijn uitgedroogde lichaam en legde voorzichtig zijn hoofd in mijn schoot. Ik bevochtigde een propere zakdoek met fris water en bette er zijn aangezicht mee en liet enkele druppels water op en tussen zijn lippen vallen. Ondertussen sprak ik hem moed in en vertelde hem dat ik hem zou helpen en redden.*

*Nadat hij na enige tijd wat gedronken had en wat vloeibaar voedsel had genuttigd, hielp ik hem voorzichtig overeind, ondersteunde hem en hielp hem op weg.*

*Bij aankomst in het eerstvolgende - gelukkig dichtbijgelegen - dorp droeg ik de man over aan de goede zorgen van medisch personeel, en vóór iemand me vragen kon stellen vervolgde ik in alle stilte mijn weg...*

Dat dit een totaal ander verhaal is moet voor iedereen duidelijk zijn. Alhoewel ook hier nog heel wat nuances mogelijk zijn.

Onder karmaloos handelen (**niṣkāma karma**) verstaan we dus **handelen zonder eigenbelang** of met andere woorden **onbaatzuchtig handelen**. Daden stellen zonder pro's of contra's. Zonder gehechtheid aan de vruchten, goed noch kwaad.

Niemand heeft het ooit beter en kernachtiger uitgedrukt dan Jezus, die door de christenen, tengevolge van gebrek aan inzicht, aanbeden wordt als de Zoon van God. Zo lezen we in Mattheüs, hfdst. VI, vers 3:

***“Maar laat, als gij aalmoezen geeft, uw linkerhand niet weten wat uw rechter doet.”***

Dit laatste is het natuurlijke en *spontane handelen*. De Chinezen noemen het **woe wei**.

Dit is iets heel anders dan impulsiviteit. Impulsiviteit wil zeggen: ondoordacht, zijn prikkels volgen. Ongeacht de oorsprong van de impulsen. Men kan dus impulsief de grootste stomiteiten uitsteken.

Spontaneïteit betekent handelen zonder voorbedachtheid, zonder eigenbelang. Het is het natuurlijke handelen in overeenstemming met het dharma.

Een voorbeeld maakt het misschien duidelijk.

## **VAARDIGHEID IN HANDELEN**

Overal in India leeft het grote verlangen minstens eenmaal in het leven op bedevaart te gaan naar de heilige plaatsen aan de Ganges. Mensen sparen soms een leven lang om bijvoorbeeld naar Haridwar te gaan en van daaruit Gangeswater mee naar huis en naar het dorp te nemen. Meestal zijn het uitverkoren jonge mannen die op pad gestuurd worden. Sommigen leggen daarvoor duizenden kilometers af, zo nodig te voet. Het is een ongelooflijke belevenis om bij gelegenheid al deze mensen, beladen met kruiken Gangeswater, aan stokken opgehangen die over de schouder gedragen worden, langs de wegen te zien stappen. Uitgelaten, vreugdevolle gezichten. Sommigen blootsvoets. Thuis wacht de gemeenschap vol ongeduld op hun terugkeer. Denk hier maar aan onze bedevaarten naar Lourdes en het Lourdeswater dat de pelgrims meebrengen. Echter, vermenigvuldigd de waarde die daaraan gehecht wordt maar met honderd of duizend.



**Pelgrims op weg met Gangeswater (in de buurt van Rishikesh - juli 2001)**

*Zo had een man de bedevaart naar Haridwar gedaan vanuit Zuid-India. Hij was maanden onderweg geweest en had nu de terugkeer naar zijn dorp aangevat. Hij droeg met een ongelooflijke lichtheid de stok die op zijn rechterschouder rustte en waaraan verschillende koperen kruiken hingen, gevuld met het heilige water uit de Ganges. Water dat reinigt van de zonden.*

*Op een gegeven moment maakt hij aanstalten om even te rusten. Op dat ogenblik merkt hij een ezel die op de grond ligt te zieltoegen. Het stervende dier lijdt een onvoorstelbare dorst.*

*De pelgrim plaatst zijn kruiken op de grond, opent ze één voor één, en geeft het kostbare water aan het arme dier.*

Een eenvoudig verhaal zul je denken. Maar hier gebeurt iets fantastisch.

Voor deze man was het water meer waard dan juwelen, geld en rijkdom. Maar toch geeft hij het aan de stervende ezel. Niet om goed te doen. Niet om verdiensten te verwerven. Niet om beloond te worden. *Hij geeft water omdat het dier dorstig is.*

Is er iets eenvoudiger? Iemand, een levend wezen, heeft dorst en ik heb water. Dan is het vanzelfsprekend en spontaan om drinken te geven. Geen overwegingen. Niet over de heiligheid van het water, die alleen in de geconditioneerde geest van de gelovige bestaat; niet over het wachtende en hopende dorp; niet over het mislukken van een wens die een leven lang gekoesterd werd. Alleen: dorst en water geven.

Denk even terug aan het derde voorbeeld hierboven: de man redt de stervende mens en verdwijnt *zonder sporen na te laten*.

Zo moeten wij leren door het leven te gaan: ***zonder sporen na te laten***.

Het is vanzelfsprekend dat dit niet gemakkelijk is en dat niemand hier volmaakt in kan slagen. Maar dat is van generlei belang. We moeten leren te doen wat we moeten doen, met onze mogelijkheden. We moeten leren te volharden doorheen meeval en tegenslagen.

Misschien begin je te begrijpen wat Śrī Kṛṣṇa bedoelt met ***vaardigheid in handelen*** ?

Om daar te geraken moet men eerst door een lang proces van purificatie, van reiniging. We moeten werken aan de Yama's en de Niyama's, die ook niemand perfect kan beoefenen. Idealiseer niets, creëer geen mythen waar niemand iets aan heeft. Maar doe rustig je sādhana, zo goed je kan. *Oefening baart kunst* zegt één van onze spreekwoorden.

Hierbij moet ik terugdenken aan de jaren zestig, aan de periode na het Tweede Vaticaans Concilie. De katholieken waren toen het noorden kwijt door de drastische reiniging die het Concilie had teweeggebracht. Het was een echte revolutie. Je moet het meegemaakt hebben om het te beseffen. En natuurlijk, wat er ook gebeurt en hoe ernstig het ook is, onze samenleving heeft een heel gezonde zin voor humor, die ons leert de dingen te relativiseren door er mee te lachen.

Je had toen de onemanshow van Fons Janssens: *De lachende Kerk*.

Daarin deed hij een parodie op de afroepingen van op de kansel of preekstoel, op de heel speciale toon die daaraan eigen is. Eén daarvan was:

*“Vanavond is er oefening tot eerherstel.*

*We zullen net zolang moeten oefenen tot het spontaan gaat...!”*

Dit lijkt volgens onze gangbare opvattingen een zinloze tegenspraak. Er volgde dan ook een bulderend gelach op.

Maar toch is dit in alle ernst waar: *we moeten net zolang ‘oefenen’ tot het spontaan gaat...*

## **COLLECTIEF KARMA**

We hebben al gezien hoe ongelooflijk ingewikkeld het weefsel is van oorzaken en gevolgen. Hoe eigenlijk alles met alles samenhangt of verbonden is in het heelal. Hoe dingen, klein of groot, die waar dan ook gebeuren, een klein of groot gevolg hebben op alles op alle plaatsen. Natuurlijk moeten we relativeren. Natuurlijk hebben het oneindig aantal kleine oorzaken dan ook een nauwelijks of niet waarneembaar gevolg.

Toch zullen we, als onze waarnemingen zich in grote mate verfijnen, ontsteld staan over de impact.

Aan de andere kant zijn de reeksen oorzaken en gevolgen die zich afspelen in het veld van een reeks nauw met elkaar verbonden elementen, eveneens sterk met mekaar verweven.

Zij vormen dan wat we het groeps karma of collectief karma kunnen noemen.

Immers nauw met elkaar verbonden groepen plegen gemeenschappelijke en verbonden acties of handelingen.

Neem bijvoorbeeld kleinschalig een familie of gezin. Daarvan maken al de leden onafhankelijk van mekaar hun eigen karma. Maar als familie of groep roepen zij ook nog een collectief karma in het leven. Hun gezinskarma en ruimer, in de grotere gemeenschap van familieleden, hun familie karma.

Zo kunnen we het collectieve karma van alle groepen of gemeenschappen (op menselijk, dierlijk, mineraal en andere vlakken) afzonderlijk interpreteren.

Zo heeft een stad een stadskarma, een land een landskarma. De aarde heeft haar specifiek karma zowel als elk ander hemellichaam in de ruimte. Er is het karma van de zon, van de planeten, van de galactische stelsels, enz.

Kortom, het collectieve karma van alle onderdelen van de kosmische hiërarchie.

En vergeet niet dat wij als individu deel uitmaken van al deze overkoepelende karmagemeenschappen.

Maar ook naar onderen toe.

Wij vertegenwoordigen het collectieve karma van al onze stelsels en organen, van al onze opbouwende cellen en atomen.

Lijkt dit overdreven? Vergelijk het dan maar met de samenhang en de interactie van alle energieën en atomaire en subatomaire vormen uit het heelal, en van alle galactische stelsels of melkwegen met elk hun miljarden zonnestelsels.

## **NIET ALLES WAT JE OVERKOMT IS JE PERSOONLIJK KARMA**

Je begint nu wellicht te beseffen dat karma dus niet enkelvoudig en rechtlijnig werkt, maar dat het een weefsel is van jouw persoonlijk karma en dat van het collectief waarvan je deel uitmaakt en van al de andere collectieven tezamen.

Dus mijn hedendaags karma is het gevolg van mijn gekristalliseerd verleden en mijn collectief gekristalliseerd verleden en heden.

Laat ons even proberen wat klaar te zien in deze onontwarbare jungle. Daartoe geef ik je weer enkele erg gesimplificeerde voorbeelden.

### **Eerste scenario**

*Ik rijd met mijn wagen aan de toegelaten snelheid op de steenweg in mijn buurt. Ik ben ook heel alert voor wat er zich op de weg afspeelt.*

*Plots loopt van tussen twee geparkeerde wagens een jongetje van een jaar of tien de steenweg over zonder uit te kijken.*

*Ik reageer onmiddellijk: ik trap stevig op de rem en probeer mijn stuur nog om te gooien om het kind te vermijden.*

*Spijtig, het jongetje komt onder mijn wagen terecht.*

*Ik spring uit de wagen en probeer me te ontfemen over het roerloze lichaam van het kind. De ziekenwagen is bijna direct ter plaatse.*

*Niets kan nog gedaan worden: het kind is dood. En ik, de autobestuurder, ben in shock en getraumatiseerd voor de rest van mijn leven.*

Gelukkig heb ik dit in werkelijkheid nog nooit meegemaakt.

Al is het zien gebeuren van zo'n accident bijna even traumatisch...

Jaren geleden (vooraan in de jaren tachtig) reed ik op een zaterdagmorgen naar onze Yoga-academie om les te geven. Ik bevond mij op een drukke steenweg waarop ik, verplicht door het drukke verkeer, zeer langzaam reed.

Toen gebeurde plots iets gelijkaardigs als wat ik hierboven vertelde. Uit de tegenovergestelde richting kwam een lichte bestelwagen aangereden, toen een jongetje van een jaar of tien plots van tussen twee geparkeerde wagens de steenweg overliep naar zijn vader, die aan mijn kant van de weg wachtte op zijn zoontje dat voor hem de krant gehaald had.

De bestuurder van de bestelwagen remde uit alle macht en probeerde het kind nog te ontwijken. Maar ondanks zijn snelle en efficiënte reactie raakte hij het jongetje. Ik was er schuin tegenover toen het gebeurde. Ik hoorde de droge klap en zag het kind schuin over de weg gekapulterd worden, zodat het rakelings langs de achterkant van mijn wagen langs vloog en in de straatgoot terecht kwam tegen een daar geparkeerde wagen.

Mijn hart stond even snel stil als mijn wagen.

De ziekenwagen en de politie arriveerden. De jonge, wat nozemachtig uitzienende bestuurder en enkele vrienden werden uit de auto gehaald en naar de politiecombi overgebracht voor het proces verbaal.



Ongeacht het feit dat ik verschrikkelijk vond wat er met het kind gebeurd was, was ik toch begaan met het lot van de jonge bestuurder. Het zag er niet goed uit voor hem, alleen al wegens zijn sociaal ongunstig uitzicht. Ik heb mijn wagen langs de kant van de weg geplaatst en ben naar de combi gegaan om te getuigen. Niemand had een beter zicht gehad op wat er gebeurd was. Ik getuigde dat niemand beter had kunnen reageren op het totaal onvoorziene gedrag van de plots overlopende jongen. Ik denk dat het er voor de bestuurder anders heel slecht had uitgezien. Ik kon nu reeds vaststellen hoe de politie zonder reden (behalve het uitzicht) deze jongeman verkeerd beoordeelde en behandelde.

Ik vond het achteraf een wonder dat het jongetje buiten een buil en wat pijn aan het lichaam helemaal niets bleek te mankeren.

### **Tweede scenario**

*Ik rijd met mijn wagen aan de toegelaten snelheid op de steenweg in mijn buurt. Ik ben ook heel alert voor wat er zich op de weg afspeelt.*

*Op een gegeven ogenblik zie ik de man, die jaren geleden mijn naam als Yogaleraar besmeurd heeft, aan de kant van de weg staan en aanstalten maken om over te steken.*

*Ik denk bij mezelf: "Verdorie, nu heeft die nog de woestijn overleefd ook." Op 't moment dat hij oversteekt denk ik: "Maar nu heb ik hem." Ik versnel en rijd pal over hem heen.*

*Ik spring uit mijn wagen, doe alsof ik diep geschokt ben en kijk naar het roerloze lichaam van mijn 'vijand'. De ziekenwagen komt. De man is dood...*

Wanneer we deze twee scenario's vergelijken, zien we dat het tweemaal gaat over een ongeval met een auto. In beide gevallen is het slachtoffer dood. In beide gevallen ben ik de oorzaak (of medeoorzaak). Maar verder is er een hemelsbreed verschil!

In het eerste geval gaat het om een niet te vermijden ongeluk. Ik blijf achter in shock en getraumatiseerd. Ik zou alles doen wat ik kan om de klok terug te kunnen draaien.

Toch is de koele vaststelling: ik rijd en het slachtoffer is dood.

In het tweede geval gaat het om een gewild ongeval. Ik ben wraakzuchtig en geniet van de gekregen kans.

Toch is ook hier de koele vaststelling: ik rijd en het slachtoffer is dood.

Beide gevallen maken deel uit van mijn karma. Een oppervlakkige betweter zou het mij in het aangezicht kunnen slingeren bij alle twee de scenario's.

Iedereen begrijpt nu wel dat het karma in deze twee gevallen wel erg verschillend is en dat het bepaald wordt door de al dan niet aanwezige motivatie en verwachting.

In scenario één is er voor mij geen motivatie en geen verwachting. Het is een volledig ongewild ongeval en mijn gedrag (het rustige rijden) draagt daar niet toe bij.

Dat het kind dood is, is ook het gevolg van zijn handeling: het onvoorzichtig oversteken. De dood van het kind is zijn karma, ook al ben ik er door ons collectief karma bij betrokken.

Dat het kind niet beter weet, onschuldig is omdat het onwetend en kinderlijk onvoorzichtig is, verandert niets aan de zaak. Begrijp je: het gaat hier niet om **schuld**.

Als ik met een zaagmachine werk en ik steek per ongeluk mijn hand onder de zaag, is mijn hand er onherroepelijk af. Dat is wel karma (oorzaak en gevolg), maar geen schuld. Je zou kunnen zeggen: “Jawel, je had maar alert moeten zijn.” Maar daar staat tegenover dat ik niet volmaakt ben, noch volmaakt kan zijn, en ik het dus met dat gebrek aan alertheid moet stellen in mijn leven.

Begrijp je: het kind is ook dood door mijn toedoen. Maar het was niet gewild. Het is ook mijn karma, maar niet mijn *schuld*.

Bij het tweede scenario liggen de zaken duidelijk anders. Hier is van mijn zijde een duidelijke (slechte, wraakzuchtige) motivatie aanwezig. Hier gaf ik gas bij om die man te hebben. Hier pleeg ik duidelijk en gemotiveerd een moord, via mijn wagen. De dood van de man is hier ook zijn karma. Dat ik hem gedood heb, is mijn karma. Maar hier heb ik opzettelijk slecht karma gemaakt. Hier ben ik *persoonlijk* bij betrokken en **hieraan heb ik duidelijk schuld**. Ik heb gehandeld omwille van het resultaat, of omwille van de vruchten. En daarvan zegt de Bhagavad Gītā dat dit strikt te mijden is.

In het tweede hoofdstuk geeft Śrī Kṛṣṇa hierover duidelijke aanwijzingen:

*Gij hebt uitsluitend te maken met de handeling, nooit met de vruchten van de handeling; laat dus het verkrijgen van de vruchten van handeling nimmer uw beweegreden zijn; maar wees evenmin gehecht aan niet handelen. (47)*

*O Dhananjaya, handel in eenheid met het goddelijke verblijvend; geef alle gehechtheid op, wees evenwichtig in succes en mislukking: evenwichtigheid wordt Yoga genoemd. (48)*

– Weergave in vette druk is van mij. Dit is één van de belangrijke bepalingen van het begrip Yoga.

*Handeling staat ver beneden het beoefenen van intelligentie (Buddhi Yoga). Zoek uw toevlucht in de zuivere rede (buddhi); beklagenswaardig zijn zij, die ter wille van de vruchten handelen. (49)*

*Eén geworden met de zuivere rede (buddhi), laat men hier af van goede zowel als van boze daden; houd u daarom aan Yoga; Yoga is vaardigheid in handelen. (50)*

– Ook bij dit laatste vers, dat ik tevens reeds hierboven aanhaalde, is de vette druk van mij.

Dit is een fundamentele raadgeving: handel nooit omwille van de vruchten (verdiensten), of ze nu *goed* of *slecht* zijn...

### **Derde scenario**

*Ik ben een gerenommeerde chirurg, dé specialist in mijn vak.*

*Op een gegeven moment wordt een patiënt in het ziekenhuis binnengebracht die in levensgevaar is. Alleen een dringende ingreep kan het leven redden. Wat een geluk dat ik aanwezig ben!*

*Ik word er dringend bijgeroepen en ik stel vast dat het **dé** vrouw is die voor mij **alles** betekent. De vrouw van wie ik uitzinnig veel houd en zonder wie mijn leven uitzichtloos wordt.*

*Ik geef mijn dringende richtlijnen en binnen de kortste keren begin ik aan **de ingreep** die voor de patiënt zowel als voor mij van levensbelang is. Ik werk met al de kennis en vaardigheid waarover ik beschik om deze geliefde en onmisbare vrouw te redden.*

*Maar ik misluk. Zij sterft op de operatietafel...*

Hier speelt dus ook ons gemeenschappelijk karma.

Haar karma is dat zij sterft.

Mijn karma is dat ik haar leven niet kan redden (de beoogde vruchten) omdat mijn hooggeprezen vakkennis en begaafdheden ontoereikend blijken.

Maar ik heb geen **schuld** aan haar dood...

### **Vierde en vijfde scenario**

*Ik en mijn beste vriend zitten als soldaten aan het front in de loopgravenoorlog van de eerste wereldoorlog. [We gaan er voor het gemak zonder discussie van uit dat het gaat om een **rechtvaardige oorlog**.] Tegenover ons zitten de Duitsers, die, als ze de kans krijgen, ons een kopje kleiner zullen maken. Dat doen ook wij met hen als het lot ons gunstig gestemd is.*

*Ik ken die mensen niet aan de overzijde. Wanneer ik ze vroeger of later, in andere omstandigheden tegenkwam, konden we misschien vrienden worden. Maar nu moet ik mijn plicht volbrengen tegenover mijn **vaderland** – wat ook mijn familie en mijn vrienden insluit.*

*Ik zie een onvoorzichtig hoofd boven de loopgraaf uitkomen. Ik leg vlug aan en vuur en de man verdwijnt plots met een dodelijke wond in zijn hoofd.*

*Mijn vriend staat naast mij. De Duitsers hebben zijn hele gezin uitgemoord. Ze hebben zijn vrouw en kinderen neergeschoten, nadat ze eerst zijn vrouw verkracht hebben. Vrienden hebben het trieste nieuws per brief laten geworden.*

*Mijn vriend is gekwetst en vervuld van wraakgevoelens. Bij elke Duitser die zich onvoorzichtig laat zien, schiet hij raak, terwijl hij denkt of roept: “Dat is uw verdiende loon, smeerlap!”*

Ook hier zien we dat het verschil bestaat in onze ingesteldheid, onze motivatie.

Ik schoot, zonder enige emotionele binding, zonder haat, zonder enige verwachting. Ik deed wat ik geacht werd in deze speciale omstandigheden te doen. Ik handelde karmaloos.

Mijn vriend echter handelde uit baatzucht, uit betrokkenheid, met verwachtingen, met verlangen naar de vruchten van zijn daad. Mijn vriend maakte slecht karma.

*Zo moeten we ons dus bewust worden van het belang van onze motivatie bij ons handelen. Afhankelijk daarvan leven we een degenererend leven vol verdrongen complexen, wanneer we handelen uit baatzucht en met slechte intenties, of we leven met het uitzicht op onze hemelse beloning, wanneer we handelen uit baatzucht met goede intenties. Of, we leven een vreedzaam, rustig en actief leven, wanneer we handelen zonder baatzucht en zonder verlangen naar welke beloning dan ook.*

Als je de zaken zó kan bekijken, dan moet je de gedrevenheid van gelovigen wel met andere ogen bekijken. Immers, het geloof leert ons daden te doen die goed zijn en waarvoor de belo-

ning groot is: een eeuwig verblijf bij God in de hemel. Het geloof leert ons af te laten van boze daden omdat de vruchten niet aantrekkelijk zijn: eeuwig branden in de hel.

Yoga leert ons te handelen zoals het gepast is, zonder wakker te liggen van de gevolgen, goed of kwaad en zonder hoop op een beloning.

Het hoeft niet gezegd dat dit slechts aan weinigen gegeven is.

## EEN VERHAAL UIT DE BOEDDHISTISCHE SCHRIFTEN

Voorgaand heb ik er op gewezen dat vooral de instelling en de motivatie belangrijk zijn. Eigenlijk is het onbelangrijk *wat* je doet. Het komt neer op *waarom* en *hoe* je het doet. Hier komen we stilaan tot de kwintessens van het verhaal over karma. Volgend oud verhaal kan dit duidelijk maken.

### KWAAD MET GOED VERGELDEN

*De Boeddha bezag de wegen der mensen en bemerkte hoeveel verdriet voortvloeide uit boosaardigheid en dwaze beledigingen, ter bevrediging van ijdelheid en zelfzuchtige trots. En hij sprak: "Als een mens, in zijn dwaasheid, mij leed doet, zal ik hem zonder wrok de bescherming van mijn liefde geven; hoe meer kwaad ik van hem zal ondervinden, hoe meer goed hij van mij zal ontvangen; de welriekende geur van het goede zal steeds tot mij komen en de kwalijke geur van het boze zal steeds tot hem gaan."*

*Een dwaas die hoorde dat de Boeddha het beginsel van de grote liefde, die kwaad met goed vergeldt, naleefde, kwam om Hem te beschimpen. De Boeddha zweeg en had medelijden met zijn dwaasheid. Toen de man uitgesproken was, ondervroeg de Boeddha hem, zeggende: "Mijn zoon, als iemand een geschenk weigert dat hem wordt aangeboden, wiens eigendom is het geschenk dan?" De man antwoordde: "Van degene die het geschenk heeft aangeboden." "Mijn zoon," antwoordde de Boeddha, "gij hebt mij beschimpt, maar ik weiger uw scheldwoorden te aanvaarden en verzoek u deze voor uzelf te houden. Zal dit geen bron van ellende voor u zijn? Evenals de echo bij het geluid hoort en de schaduw bij het voorwerp, zo zeker zal de ellende het deel zijn van de boosdoener."*

*Degene die hem beschimpt had, gaf geen antwoord en de Boeddha ging voort, zeggende: "Een boosaardig man die een deugdzame man aanvalt is als iemand die omhoog ziet en naar de hemel spuwt: zijn speeksel bezoedelt de hemel niet, maar valt terug en bevuilt hemzelf. De lasteraar is als een man die zand werpt naar een andere man tegen de wind in; het zand keert terug naar degene die het wierp. De deugdzame kan geen leed geschieden en de ellende, die de ander over hem wil brengen, valt terug op hem zelf."*

*Toen ging de tegenstander beschaamd zijns weegs, maar hij kwam terug en zocht zijn toevlucht in de Boeddha.*

Uit "De Soetra der tweeënveertig delen", *De Grote Godsdiensden der Wereld*, Redactie 'LIFE', uitgave W. Gaade, Den Haag, 1957

## CONCLUSIE

De Indische Schriften, de Dharma Śāstra's, vertellen ons dat we moeten werken aan de zuivering van geest en lichaam. Vooral, dat we de juiste *Bhāva* moeten ontwikkelen. Dit betekent: de juiste instelling, de juiste innerlijke omgeving, de juiste houding, gerelateerd (in overgave) aan God, of aan het Wezen der dingen, aan het Onuitsprekelijke, het Onnoembare.

Het betekent ook leven vanuit innerlijke Vrede, Dienstbaarheid, Vriendschap.

Verder nog onze mentale houding, onze gevoelens, ons wezen, onze staat van realisatie in hart en geest. En ten slotte: juiste gevoelens, juiste intenties, zuiverheid van denken.

Eigenlijk kunnen we het samenvatten door te zeggen dat we moeten leven van uit Innerlijke Goedheid. Al onze handelingen van daaruit laten vertrekken.

Denk hierbij aan de inspirerende boodschap die vervat is in het duidelijk symbolische kerstverhaal over de geboorte van Jezus.

Van uit de Yoga-ervaring kan men dit symbolische verhaal van de Verlichting gemakkelijk verstaan. We zijn nu wel niet in de kerstperiode, maar in deze context is het nuttig om het te vertellen.

Maria en Jozef worden volgens de verordening van Keizer Augustus naar hun plaats van herkomst geroepen om daar geregistreerd te worden voor de grote volkstelling van de keizer.

*Wij worden allemaal door de Grote Keizer geroepen om terug te keren naar de plaats van onze afkomst: God zelf.*

Zij vonden geen plaats in de herberg, terwijl Maria hoogzwanger was.

*In de herberg van het dagdagelijkse leven, temidden tussen het lawaai en de onrust, is er geen plaats voor degenen die zwanger zijn van het Licht of de Verlichting of de Realisatie van het Zelf.*

Zij vinden ver weg van de drukte een onderkomen in een stal of grot, te midden van de dieren, en daar wordt het Kind geboren.

*De spirituele zoeker trekt zich beter terug in de stilte van zijn (innerlijke) grot, in contact met de grote Natuur. Daar kan de geboorte van het Licht, de Zelfrealisatie, plaatsvinden.*

De Drie Wijzen komen op bezoek, gegidst door de ster, en bewijzen eer.

*Alleen wie de Wijsheid heeft kan deze innerlijke geboorte verstaan, vinden en eer bewijzen.*

Ook de herders komen eer bewijzen, want zij hebben een hemelse boodschap gekregen die zegt: 'Vrede op aarde aan alle mensen die **tot het goede geneigd zijn**'.

*Ook de eenvoudigen van hart, die tot het Goede geneigd zijn, die leven van uit Goedheid, begrijpen dit innerlijk wonder.*

Er is echter een 'maar'!

*Men kan slechts 'goed doen' als men 'goed is'.*

Men moet dus eerst deze bhāva ontwikkelen. Pas dan kan men van daar uit leven.

In Shivananda Ashram te Rishikesh staat een pilaar met daarop (samengevat) volgende tekst:

**Be Good** (Wees Goed)

**Do Good** (Doe Goed)

**Serve** (Dien)

**Love** (Heb Lief)

**Meditate** (Mediteer)

**Realize** (Realiseer)

Zoals je ziet gaat ‘wees goed’ vooraf aan ‘doe goed’. Dan pas heb je de instelling die je toelaat te dienen, lief te hebben, te mediteren en te realiseren. Patañjali begint zijn Achtvoudig Pad niet voor niets met Yama en Niyama.

We komen nu terug op onze uiteenzetting en vatten samen: karma is oorzaak en gevolg. Elke daad of handeling heeft veelvoudige gevolgen in ruimte en in tijd en is zelf gevolg van veelvoudige oorzaken.

Van al deze karmische processen zijn wij een stuurloze speelbal. Onze zagezegde vrije wil is erg bedenkelijk omdat wij elke keuze maken met ons gekristalliseerd verleden, onze conditioneringen en dus beperkingen en met onze verbondenheid met het collectieve karma.

Op elk moment, op elke plaats, van en in het Kosmisch computerprogramma kunnen wij een oneindig aantal richtingen nemen, schijnbare keuzes maken, die we uiteindelijk kunnen herleiden tot *twee*: de keuze tussen goed en kwaad, tussen licht en donker, enz.

De karmische gevolgen van onze keuzes helpen ons om bij te sturen en te kiezen voor de weg van het Dharma.

Slecht en goed karma zijn beide het gevolg van onze handelingen met baatzucht, gericht op de vruchten van de handeling, en brengen ‘straf’ en ‘beloning’ mee als gevolg.

De juiste, maar zeer moeilijke weg is die van *Niṣkāma Karma*, het stellen van handelingen zonder gehechtheid aan de vruchten. Het stellen van onbaatzuchtige daden, ook ‘vaardigheid in handelen’ genoemd.

Om dit laatste te bereiken moeten wij ons innerlijk zuiveren via Yama en Niyama en moeten wij de juiste bhāva (innerlijke instelling) ontwikkelen. Het ontwikkelen van innerlijke ‘goedheid’.

Van daaruit moeten wij onthecht handelen naar onze kwaliteiten met wat voor ons en volgens ons, met onze goede instelling en motivering, juist is – wat anderen daar ook mogen van denken.

De christelijke theologie vat het zo samen: *‘Doe wel en zie niet om.’*

In AUM en PREMA!

# Trisuma



Ātma Muni

## SCHEPPINGSVERHALEN

Scheppingsverhalen vinden we terug over de hele wereld.

Elke godsdienst heeft er minstens één. Maar ook kleine, geïsoleerde samenlevingen – of het nu stammen zijn uit Australië of uit Afrika, Azië, enz. – hebben één of meer scheppingsmythen. Denken we maar aan het boek Genesis van de Bijbel waar we, nauwelijks van mekaar te onderscheiden, twee van elkaar afwijkende (op sommige punten althans) scheppingsverhalen terugvinden. Of aan de verbijsterende teksten uit de Veda's over het ontstaan van de wereld<sup>1</sup>. Verder zijn er de scheppingsmythen uit de *Popol Vuh* van de Maya's en de oeroude mythen van Soemerië en Babylon, de zogenaamde *Enuma Elisj*.

Kortom, een fascinerende literatuur wacht diegene die er meer wil van weten.

Ter illustratie volgen hier enkele korte uittreksels uit sommige van deze scheppingsmythen:

### 1. Uit de Bijbel (het boek Genesis)

*In den beginne schiep God den hemel en de aarde. De aarde nu was woest en ledig, en duisternis lag op den vloed, en de geest Gods zweefde over de wateren. En God zeide: Er zij licht; en er was licht...*

(Bijbel in de nieuwe vertaling – Het Nederlands bijbelgenootschap – 1955)

### 2. Het Babylonische scheppingsverhaal *Enuma Elisj*

*Toen daarboven de hemel nog niet was genoemd,  
Vasteland beneden geen naam had,  
En Apsu, de oeroude afgrond, de oorsprong der goden,  
En vrouwe Tiámat, de zee, die hen allen baarde,  
Hunne wateren nog met elkaar vermengden,  
Geen rietland bijeen was, geen polder te zien,  
Toen geen enkele der goden tot aanzijn was geroepen  
Noch zijn naam had verkregen en geen lot was bepaald,  
Toen vormden zich goden daar in de diepte.*

(vert. Böhl -

<http://www.xs4all.nl/~dap/Werkstukken/Opdrachten/12Scheppingsverhalen.html>)

---

<sup>1</sup> Zie 'Lied van de Schepping' uit de Ṛg (Rig) Veda – Mandala X, Hymne 129 - AUM-Magazine, vol. 7, februari 2001.

### 3. De Germanen

*In den beginne was er een lege ruimte waarin een magische potentie verborgen lag. Ijs en vuur vermengden zich en het leven openbaarde zich als een oerreus, Ymir, die gevoed werd door een mythische koe (vier melkrivieren met als bron haar uiers). Uit Ymir werden de wezens geboren die de stamvaders van het reuzengeslacht werden. En de koe deed door het likken van zilte stenen de eerste goddelijke wezens ontstaan. Dan wordt Ymir gedood en uit zijn lichaam ontstaat de wereld: zijn beenderen vormen de rotsen, zijn bloed de zee, zijn vlees de aarde. Dan scheppen de goden uit boomstammen het eerste mensenpaar: Askr en Embla...*

<http://www.xs4all.nl/~dap/Werkstukken/Opdrachten/12Scheppingsverhalen.html>

### 4. Het Scheppingsverhaal van de Maya's

*Voordat de wereld een vaste vorm kreeg waren er twee goden: Tepeu, de Schepper en Gucumatz, de Gevederde Geest.*

*Terwijl de wereld om hen heen nog donker was, glinsterden de prachtige blauwe en groene veren van deze twee goden. Gezamenlijk maakten Tepeu en Gucumatz de wereld.*

*Alles wat in hun fantasie opkwam ontstond onmiddellijk nadat ze het bedacht hadden. Ze dachten aan 'Aarde' en spontaan ontstond er land in de duisternis. Verder bedachten ze de bergen, valleien, pijnbomen en water en lucht. Zo ontstond de hele wereld.*

Wat we in al deze verschillende verhalen zien, is de aan de basis liggende overeenkomst. Het kan, ondanks de verschillen, vooral in de benadering van de goden, ergens geen toeval zijn. Alles wijst erop dat er ooit, in een ver verleden, een gemeenschappelijke 'cultuur' of 'beschaving' moet geweest zijn, die de gemeenschappelijke oerbron was van deze onwaarschijnlijke overeenstemming.

Wat ook opvalt is dat het steeds gaat om een mengeling van realisme en symboliek, waarachter op hun beurt reële kennis verborgen ligt. Zeker nu, nu we in een zó rationeel tijdperk leven waarin schijnbaar geen plaats meer is voor symbolisch denken, is het zeer moeilijk, zo niet onmogelijk, om deze symboliek op een correcte manier te verklaren, om er terug de wetenschappelijke kenniselementen uit te halen. Dankzij het feit dat er toch enige overlevering bestaat en dat er ook historische bronnen zijn, is het wel voor een redelijk deel mogelijk. En onvoorstelbaar boeiend!

## DE MODERNE EN WETENSCHAPPELIJKE BENADERING

We hebben in vorige artikels al ruim stilgestaan bij het ontstaan van het heelal (de schepping).

Als we vertrekken van het begin (de oerknal of de *Big Bang*), krijgen we na de explosie van het oeratoom de in alle richtingen weggeslingerde energie die zich begint om te zetten naar de allereerste subatomaire deeltjes en vervolgens tot de vorming van de eerste en eenvoudigste atomen waterstof.



Als we de omgekeerde weg volgen, vertrekken we van de elementen, die de bouwstenen zijn van het hele ‘zichtbare’ heelal. Al wat we kunnen waarnemen is opgebouwd uit deze reeks van ongeveer honderd basisbouwsteentjes, de elementen van de ‘tabel van Mendelejev’<sup>2</sup>.

Vanuit de ‘zware’ elementen dalen we af tot het lichtste van allemaal, het atoom waterstof, dat – zoals alle elementen – dan verder uiteenvalt in subatomaire deeltjes, zoals protonen en neutronen.

Van deze subatomaire deeltjes zijn er die *op hun beurt weer samengesteld zijn* uit nog kleinere subatomaire deeltjes, *quarks* genoemd, die niet vrij voorkomen in het heelal, maar steeds in een *gebonden* vorm. Er zijn zes soorten quarks: up (u), down (d), strange (s), charm (c), bottom (b) en top (t) genoemd, volgens hun *smaak*. Hiermee kunnen we alle soorten van materie opbouwen. Wanneer quarks (er zijn er altijd drie nodig) een groter subatomair deeltje vormen, noemt men dit **hadronen** (bijvoorbeeld een proton is een hadron). Hadronen zelf bestaan op hun beurt uit twee soorten: *baryonen* en *mesonen*. Baryonen bestaan uit drie quarks (eender welke drie van de zes voornoemde). Zo bestaat een proton uit twee up en één down quark (uud). Een meson bestaat uit een quark en een antiquark.

***Belangrijker is het zich bewust te worden dat wij zijn samengesteld uit baryonen.***

Noteer ook nog dat men de quarks uiteindelijk kan herleiden tot drie of zelfs tot twee.

Tot zover de huidige stand van zaken bondig samengevat.

## EEN OUDINDISCHE PARALLEL

Het zou een grove vergissing zijn te denken dat de grote culturen uit de oudheid geen realistische beeld probeerden te vormen naast de voornoemde mythen. Zowel in Egypte als in de andere oude beschavingen betond er een soort van ‘*wetenschappelijke*’ benadering. Wij zijn vooral meer vertrouwd met de pogingen van de Grieken.

Maar geen oude beschaving bracht een zo ongelooflijke parallel voort aan onze moderne kennis als de Indische. Naast de overvloedige bronnen van *mythisch en symbolisch denken*, omvangrijker dan in welke andere cultuur dan ook, bracht India een onafgebroken traditie van *logisch, rationeel en wetenschappelijk denken* voort.

Klassiek spreekt men over de zes **darśana’s** of zogeheten filosofische stelsels, namelijk:

- **Nyāya** (± 300 v. Chr.) – (grondlegger: **Gautama** of ook Akṣapāda)  
Het betekent **bewijsvoering** en het werd vastgelegd in de **Nyāya-Sūtra**.
- **Vaiśeṣika** (± 300 v. Chr.) – (grondlegger: **Kaṇāda** of Ulūka of Kāśyapa)  
Het is afgeleid van **Viśeṣa**, wat **bijzonderheid** betekent of ook **onderscheid**, en werd vastgelegd in de **Vaiśeṣika-Sūtra**
- **Sāṃkhya** (± 700 v. Chr.) – (grondlegger: **Kapila**)  
Het komt van **Samkhyā**, wat betekent: **juiste kennis** of ook **nummer**, en het werd vastgelegd in de **Sāṃkhya-Sūtra**.

---

<sup>2</sup> Dmitri Ivanovitsj Mendelejev, 1843-1907, Russisch chemicus, hoogleraar te Sint-Petersburg.

- **Yoga** (± 300 v. Chr.) – grondlegger: **Patañjali**  
Het betekent **vereniging** en het werd vastgelegd in de **Yoga-Sūtra**.
- **Mīmāṃsā** (± 400 v. Chr.) – (grondlegger: **Jaimini**)  
Betekenis: **diepe overweging** of **onderzoek**. Vastgelegd in de **Mīmāṃsā-Sūtra**.
- **Vedānta** (± 400 v. Chr.) – (grondlegger: **Bādārāyaṇa**)  
Het betekent **Veda-anta** of **Veda-einde** of **ultieme Veda** of **uiterste kennis** en werd vastgelegd in de **Brahma-Sūtra** of ook **Vedānta-Sūtra**.

In deze klassieke indeling is geen plaats voorzien voor enkele van de grootste en/of meest wetenschappelijke benaderingen, zoals het **boeddhisme** en **Tantra**, omdat ze niet thuishoren in het kader van het hindoeïsme, dat steunt op de **Veda's**.

Deze zes systemen vertegenwoordigen elk een aparte benadering van de werkelijkheid. Geen van alle pretenderen ze de correcte neerslag daarvan te zijn, maar eerder *een rationele poging om de ervaring van de werkelijkheid, die centraal staat, zo goed mogelijk te vertolken*. Men gaat ervan uit dat de éniige échte kennis van de werkelijkheid de *ervaring* is, en dat deze de mogelijkheden van het verstand transcendeert.

Gewoonlijk worden ze voorgesteld in paren van twee die met mekaar verbonden zijn. Zo gaat Vedānta samen met (Pūrva) Mīmāṃsā (Pūrva betekent *vroegste*), Nyāya met Vaiśeṣika en tenslotte Yoga met Sāṃkhya.

Vedānta wordt beschouwd als de meest sublieme verklaring van de werkelijkheid en Sāṃkhya als de meest wetenschappelijke. Het is dit oudste van de filosofische stelsels dat een verrassende parallel biedt aan de moderne, wetenschappelijke verklaringen over het ontstaan van het heelal, en het begrip **triguṇa** speelt daarin een enorm grote rol.

## SĀṂKHYA DARŚANA

De *Sāṃkhya Darśana* van Kapila was oorspronkelijk waarschijnlijk gebaseerd op de Upaniṣaden, die zelf een onderdeel zijn van de Veda's. De begrippen *Sāṃkhya* en *Yoga* staan in de Veda's letterlijk voor *kennis* en *actie*.

Als systeem is het dualistisch. Dit wil zeggen, dat het een onderscheid maakt tussen **Puruṣa**, het principe van **Bewustzijn** (hét Universeel of Kosmisch Bewustzijn), en **Prakṛti**, de onbewuste worteloorzaak, de potentialiteit van de natuur of een ruimer begrip voor **materie**. In meer eenvoudige mensentaal, het onderscheid tussen geest en materie. Daar waar voor Vedānta materie niet écht bestaat, maar slechts een verschijningsvorm is van *bewustzijn*. Vedānta wordt daarom aangeduid als *spiritualistisch monisme*.

Volgens Sāṃkhya ontstaat uit deze Prakṛti dus de hele wereld der verschijnselen of de schepping. Zelf is het niet intelligent.

Het zegt zonder blikken of blozen dat er veel Puruṣa's (Zelven of zielen) zijn en dat men God niet nodig heeft om de wereld en de schepping te verklaren.

Puruṣa en Prakṛti zijn beide oorzaakloos en eeuwig.

Puruṣa is het wezen der dingen, de ziel, de geest, de *kenner*. Het is de *stille getuige*, de *neutrale ziener*, de *vredevolle eeuwige*. Het is *voorbij ruimte en tijd* en *voorbij verandering en activiteit*. Het is *zelf-lichtend*.

Puruṣa is noch het *lichaam*, noch de *zintuigen*, noch het *verstand* of het *denkvermogen* (*manas*), noch het *intellect* (*buddhi*), noch het *ego* (*ahaṃkāra*). Kortom: denken, voelen, willen, enz., worden beschouwd als vormen van Prakṛti, of in onze termen: als materie.

Prakṛti is essentieel dynamisch en is dus altijd veranderend en in beweging. Het bestaat uit drie *eigenschappen* (*guṇa's*) waarvan het de eenheid vormt. Men spreekt van **triguṇa**. Omdat zij de samenstellende delen zijn van Prakṛti, wil dat zeggen dat alle geschapen objecten uit deze triguṇa zijn opgebouwd.

Deze drie guṇa's zijn: **sattva**, **rajas** en **tamas**, respectievelijk *lichtheid*, *activiteit* en *zwaarte*.

Het is hier gepast even te verwijzen naar de overeenkomst met de ultieme drie quarks van de moderne wetenschap of naar de drie eigenschappen van *positief*, *negatief* en *neutraal*, die onze hele wereld opbouwen. We gaan op deze begrippen nu wat dieper in.

## TRIGUṆA

**SATTVA** betekent letterlijk *écht*, *bestaande*, en het veroorzaakt de manifestatie van de objecten in het *bewustzijn*. Het is het principe van de *manifestatie*.

Het wordt *goedheid* genoemd en het brengt *vreugde* voort.

Het is *licht* en *stralend* en *verlichtend*.

*Lichtend zijn*, *kracht*, *reflectie*, *opwaartse beweging*, *vreugde*, *geluk*, *tevredenheid*, *zaligheid*. Zijn kleur is **wit**.

**RAJAS** betekent letterlijk *smerigheid*, *laagheid*, *begeerte*, en het is het principe van beweging.

Het veroorzaakt **pijn**.

*Rusteloze activiteit*, *koortsachtige inspanning* en *wilde prikkels* zijn de resultaten.

Het is *beweeglijk* en *aansporend*. Zijn kleur is **rood**.

**TAMAS** betekent letterlijk *duisternis* en is het principe van *inertie*.

Het veroorzaakt **apathie** en **onverschilligheid**.

*Onwetendheid*, *luiheid*, *verwardheid*, *verbijstering*, *passiviteit* en *negativisme* zijn de resultaten.

Het is *zwaar* en *verhullend* en dus tegengesteld aan *Sattva*. Het is ook tegengesteld aan *Rajas* daar het de activiteit lamlegt. Zijn kleur is **donker**.

De drie guṇa's die Prakṛti samenstellen, zijn *nooit van elkaar gescheiden*. Zij botsen en werken met elkaar samen, en zijn altijd gemengd.

Zij worden vergeleken met de olie, de wick en de vlam van een lamp, die, alhoewel verschillend, toch samenwerken om licht te geven.

De natuur van iets wordt bepaald door het overwicht van een bepaalde guṇa.

## DE SCHEPPINGS- OF EVOLUTIELEER VOLGENS SĀṂKHYA

De overheersende gedachte is dat schepping en evolutie verlopen in een cyclisch patroon van schepping of sṛṣṭi (shrishti) en oplossing of pralaya. Sedert alle eeuwigheid ontstaat het heelal, groeit het, zet het uit, om daarna, na een lange tijd van miljarden jaren een culminatiepunt te bereiken, waarna het opnieuw inkrimpt en oplost. Het keert terug tot een potentiële toestand. In deze ongemanifesteerde toestand noemt men het avyakta (onontwikkeld, niet-gemanifesteerd, onzichtbaar). Nu zijn de drie guṇa's in evenwicht. Ze zijn echter niet zonder activiteit.

In deze toestand is de activiteit of de verandering homogeen (sarūpa-pariṇāma). Dit wil zeggen dat sattva zich omzet in sattva, rajas in rajas en tamas in tamas. Deze interne wijzigingen verstoren het evenwicht niet. Geen enkele guṇa is dominant ten opzichte van een andere en er kan dan geen evolutie plaatsvinden.

Evolutie (schepping) begint met de aanvang van heterogene activiteit door het dominant worden van rajas ten opzichte van de andere twee. Hierbij worden de guṇa's nu onderling omgezet. Dit veroorzaakt een verschrikkelijke beroering of tumult in Prakṛti, te vergelijken met de "Big-Bang"-theorie.

Dit is een zeer boeiend onderwerp in een paar eenvoudige woorden uitgelegd. Ik begrijp dat dit ons onderwerp echter ondoorzichtiger maakt, eerder dan het te vereenvoudigen. We kunnen er hier niet dieper op ingaan, zoals evenmin op de leer van de manvantara's of de Manu-perioden, de verschillende tijdsindelingen in verband met de wereldcatastrofen en herscheppingen, waarvan het ons bekende zondvloedverhaal slechts een summier weergave is. Het omvat de leer van de verschillende kalpa's, yuga's en mahāyuga's (verschillende tijds aanduidingen, gaande van 432.000 jaar tot 4.320.000.000 jaar, om te eindigen bij een leven van Brahma, bestaande uit niet minder dan 311.040.000.000.000 jaar).

Heel vreemd is dat deze mogelijk meer dan 3.000 jaar oude hypothese zo ongelooflijk nauw verwant is aan onze moderne hypothesen (speciaal de Big-Bang). Alleen is ze weergegeven in een oude taal en komt ze uit een historisch kader met een andere manier van verwoorden. Maar ze is onvoorstelbaar knap doordacht en verantwoord.

Op bladzijde drie van dit artikel schreven we in vetjes: *'Belangrijker is het zich bewust te worden dat wij zijn samengesteld uit baryonen'*.

Hier kunnen we nu dezelfde vaststelling doen: alles in het heelal is opgebouwd uit deze drie guṇa's. Dus ook wij. En dan zowel wat betreft ons lichaam als onze geest.

We moeten er onszelf dus van bewust worden dat we zijn samengesteld uit de drie guṇa's en dat onze fysieke verschijningsvorm, evenals onze psychische, een constante wisselwerking tussen de drie uitdrukt!

‘*Zo boven, zo beneden*’ dus. Of ‘de microkosmos is de macrokosmos’. De verste melkwegstelsels of de kleinste bouwsteentjes van onze cellen: het is niets anders dan de werking van *triguṇa*.

## EEN BELANGRIJK INZICHT

Het voorafgaande enkel vaststellen met ons rationeel denken is louter een doodgeboren kind. Zoals steeds moeten we iets eerst honderd of duizend maal vastgesteld en gedacht hebben alvorens onze frank (euro) valt. Dan kan het gebeuren dat we plots, bijna mystiek, doordrongen worden van het bewustzijn van wat we al twintig of dertig jaar ‘wisten’. Dan pas kunnen we spreken van *inzicht*.

Zo ook hier dus.

Pas wanneer de voorafgaande conclusies (alles bestaat uit de drie *guṇa*’s en is er de werking van) verworpen zijn tot bewust en doorleefd en doordrongen *inzicht*, pas dan kunnen we écht begrijpen waarover het hier gaat. We moeten echter noodgedwongen ergens beginnen, dus kunnen we beter de stier nu bij de horens vatten.

Laat ons even spelen met deze voor ons tot nu toe wel erg vreemde begrippen. Het is immers van het grootste belang. Niet het kennen ervan, maar het *inzien* hoe ze hun rol spelen en hun invloed uitoefenen op de *kwaliteit van ons leven* en hoe we ze daarbij kunnen en moeten leren bijsturen.

**Tamas** (denk aan *tam* – lui en zwaar) is dus inertie, donker, onwetendheid, luiheid, verwardheid, passiviteit, negativisme. Wanneer je dus in je lichaam of in je geest deze eigenschappen overwegend aantreft (langdurig of periodiek), dan wil dat zeggen dat *tamas* de overheersende *guṇa* is en dat deze de kwaliteit van je leven ernstig afzwakt. We zagen dat de kleur ‘donker’ was of ‘zwart’. In een zwaar *tamasisch* moment *wordt het donker of zwart voor je ogen*, lezen we in een roman. Of we zitten figuurlijk in het duister en voelen ons verloren, uitgeput.

Veel mensen die niet meer met het ritme en de eisen van onze moderne maatschappij mee kunnen, vallen in een *zwart gat*. Ze zitten dan lethargisch aan de zijkant en vormen een log aanhangsel, actieloos en vol negativisme. Ze zijn *zwartgallig*.

**Rajas** (denk aan *razend* – gedreven, ontevreden) is begeerte, drang, die ons lichaam en onze geest rusteloos maakt en lagere gevoelens en ondeugden opwekt. Lichaam en geest voelen rusteloos aan. Onze innerlijke leegte en onvoldaanheid zoekt naar (voorbijgaande) bevrediging. We zijn geprikkeld en ontwikkelen een onnodige koortsachtige activiteit. We willen de beste, de rijkste, de machtigste, de mooiste zijn. We gaan daarvoor denkbeeldig of werkelijk over lijken en het werken met de ‘ellebogen’ maakt daar constant deel van uit. Hier was de kleur rood en als we woedend, naijverig en gedreven zijn, kan het letterlijk *rood worden* voor onze ogen. *Rajas* is als een brandend vuur dat ons opsoupeert.

Onze hele huidige samenleving is duidelijk overheerst door *rajas*: er is geen rustpunt, geen helderheid, maar constante gedrevenheid. Prestatiedrang wordt geloofd en verandering is een ‘must’, ook als die geen echte verbetering inhoudt. Sport, politiek, schoonheidswedstrijden, het is alles een spiegelbeeld van een *rajasische* maatschappij. Evenals oorlog, maffiapraktijken, religieuze onverdraagzaamheid en egoïsme.

Daartegenover is *sattva* (denk aan zuiver) dé herademing. De sattvische toestand is die toestand die we allemaal in het diepst van ons hart verlangen en waarvan we ons bewust zijn dat we hem niet kunnen bereiken met ellebogenwerk. Het is die toestand van lichaam en geest waarin er rust en evenwicht heersen en die gedragen wordt door onvoorwaardelijke Goedheid en die grond onder onze voeten geeft. Een basis of een rustpunt waarop ons leven harmonieus kan steunen. Het is de toestand van geest die we ervaren als ‘diep’ en ‘reëel’.

Het wordt dan ook, zoals gezegd, *goedheid* genoemd en het draagt *vreugde* en *vrede* in zich. We voelen ons *licht* en *verlicht*. We sturen een waarneembare stille straling uit: we hebben, zo zegt men, een *uitstraling*. We zijn dan *Kinderen van het Licht*, letterlijk.

*Even een kleine anekdote tussenin: In 1989 was ik een drietal maanden in India. De Indische cultuur heeft een grote fijngevoeligheid en een sterk bewustzijn ontwikkeld in verband met voorgaande dingen.*

*Ik zat ergens in de receptiehal van een hotel te wachten, toen een Indiër, die daar eveneens zat met zijn vrouw en kinderen, naar mij toekwam en me aansprak. Hij zei: “Sir, you have **nur** in your face.” (Meneer, je hebt **nur** in je gezicht). Ik begreep hem niet en keek hem vragend aan. Hij maakte me duidelijk dat **nur** een woord van Perzische origine is en dat het **licht** betekent. En hij herhaalde dat het hen opgevallen was dat ik dus **licht** in mijn gezicht had, en dat hij me dat moest vertellen. Hij vertelde me dat het duidelijk maakte dat ik een **geestelijke** mens was, **spiritueel**. Dat was dus duidelijk mijn herkenbare uitstraling.*

In *sattva* is geen gejaagdheid, wel rustige energie. In *sattva* is kracht, visie, geluk, tevredenheid, zaligheid. Onnodig te zeggen dat *sattva* de kwaliteit van ons leven tot de hoogste toppen voert. Zijn kleur is *wit*. En zoals gezegd ervaren wij ons, als we in diepe rust en evenwicht zijn, als badend in *wit licht*. Hoeveel mystici getuigen hier niet van?

Vanaf mijn vroegste meditatieve ervaringen was deze van ‘wit licht’ de meest indrukwekkende. Ook ’s nachts in dromen kan deze ervaring diepe indruk maken.

Daarom worden *heiligen* afgebeeld met een aura van wit (of gouden) licht rond hun hoofd. En dat is niet symbolisch, maar een waarneembare realiteit voor wie ervaring, kennis en ontvankelijkheid heeft op dit vlak.

Ook de voornoemde *opwaartse beweging*, zoals vermeld in het kaderstuk van *sattva*, is geen symbool, maar een werkelijkheid. Vergelijk het met begrippen zoals *verheffen*, *verheven gedachten* en *gevoelens*, *opgenomen worden*.

Het dagelijks leven is een goede leerschool op dit gebied. Tenminste toch voor een aandachtige waarnemer.

Toen ik in 1955 met mijn yogapraktijk begon, kreeg ik leiding en ondersteuning van mijn boekhandelaar, René Van Gijssel. Hij was ook degene die me gedurende jaren gidste met meditatie. Daarom noem ik hem mijn Dhyāna Guru. Van hem kreeg ik ook de eerste richtlijnen in het begrip *triguṇa*. Hij gaf me meteen een raad én een waarschuwing: “*Observeer de u omringende werkelijkheid en uw eigen innerlijk voortdurend en aandachtig op de wisselwerking van de guṇa’s, maar oordeel en veroordeel nooit vanuit dit standpunt. Je mag er enkel een oordeel bij vellen over jezelf en je eigen toestand, om er gebruik van te maken, om er verbetering in aan te brengen. Nooit om anderen te oordelen of te veroordelen.*”

Als je zo het leven en je omgeving bekijkt krijg je een enorm gevarieerd beeld van de wisselende werking van deze principes. Gelegenheden, voorwerpen, mensen, handelingen, gevoelens, enz. kan je situeren volgens sattva, rajas en tamas.

Wanneer je iemand ontmoet (een kennis of een vriend) die er overwegend moe en mat uitziet, weet je dat bij deze mens tamas overheersend is. Deze ontmoeting zal dus ook invloed hebben op jezelf, afhankelijk van jouw dominante guṇa. Ben jij rajasisch op dat ogenblik, dan is het mogelijk dat deze ontmoeting een domper zet op jouw energie. Of omgekeerd kan jouw gedrevenheid een tipje van de lethargische toestand opheffen en de ander meer in beweging zetten. Ook je lichaam kan 's morgens bij het ontwaken heel tamasisch zijn, lui en niet in beweging te brengen, of juist heel rajasisch, waardoor je gedreven door verlangens en begeerten je bed uitspringt.

Je organen, elk afzonderlijk, worden overheerst door een van de genoemde guṇa's. Welke guṇa dominant is kan bepalen of ze goed functioneren of dat hij je parten speelt en ziekte veroorzaakt. Let op! Het is niet altijd vanzelfsprekend te spreken van *veroorzaken*. De toestand van een orgaan is ook een *gevolg*, een weergave van een toestand.

## EEN ZEER INGEWIKKELDE 'MACHINERIE'

Vanzelfsprekend is de besproken wisselwerking niet in een paar woorden uit te leggen, en het voorgaande is dan ook een erg oppervlakkige weergave.

Alles, letterlijk alles, is samengesteld of opgebouwd uit deze drie eigenschappen: de werkelijkheid in al haar gradaties, van oneindig groot zoals het universum, tot oneindig klein. Iedere verschijningsvorm, materieel of geestelijk volgens onze westerse normen en Prakṛti volgens Sāṃkhya. Het geheel en de onderdelen.

Mijn lichaam als geheel is een werkingsveld van triguṇa, maar ook ieder orgaan of onderdeel. Mijn lichaam kan in zijn geheel zeer sattvisch zijn, maar mijn spijsverteringsstelsel daartegenover overwegend tamasisch...

En dan zwijg ik hier nog over het fijnstoffelijk lichaam of het *sūkṣma śarīra*, dat tot in zijn details besproken wordt in de anatomische yogapsychologie. Daar hebben we het bijvoorbeeld over het ahaṃkāra, het *ik*-principe, het ego.

Daarin kunnen we onderscheid maken in volgende zin:

- het rajasische ahaṃkāra, dat staat voor dynamisch egoïsme onder invloed van passie en trots, prestatie- en bevestigingsdrang;
- het tamasische ahaṃkāra, overheerst door onwetendheid, zwartgalligheid en inertie;
- het sattvische ahaṃkāra, waar deugd en goedheid overheersen.

Op gelijkaardige manier zijn elk van de andere onderdelen op te splitsen: buddhi (de intelligentie), manas (het zintuiglijk denkvermogen), citta (de denkgrond, het onbewuste), de indriya's (jñānendriya's en karmendriya's of de kennis- en actiezinuigen).

Noot: Wie dieper op deze materie wil ingaan kan beter het boek *'De wetenschap van de ziel'* lezen van Swami Yogeshwarananda Saraswati Ji Maharaj, mijn vereerde meester en guru (uitgave Ankh-Hermes – momenteel uitverkocht). Wie het Engels machtig is, kan het lezen onder de titel 'Ātma Vijñāna'.

Het is belangrijk te weten dat in het ganse heelal niets aanwezig is dat uit slechts één enkele guṇa bestaat. Er is dus geen enkel voorwerp of levend wezen dat óf alleen maar sattvisch óf alleen maar – en volledig – rajasisch is.

Dit is onmogelijk.

In elk ding of elk wezen is steeds een of andere guṇa *dominant*, maar deze is altijd vergezeld door de andere twee.

Zo kan een persoon zeer sattvisch zijn, zuiver, harmonieus, enz., maar in hem zijn ook de guṇa's rajas en tamas aanwezig. Dit is een zeer interessant gegeven. Het vertelt ons met andere woorden dat in de 'heilige', naast de hemel, ook de hel en het vagevuur aanwezig zijn. Dat de beste onder de mensen ook negativisme en begeerte in zich meedraagt. Alleen zijn ze niet dominant. Het leert ons te relativiseren en ons te hoeden voor een geïdealiseerde en perfectionistische instelling. En... het leert ons dat niets volmaakt is, zodat wij nooit het recht in onze handen mogen nemen om te oordelen en te veroordelen.

Veel jaren geleden werd me gevraagd mijn oordeel te geven over het al dan niet juist handelen van een persoon en raad te geven aan een groep mensen. De persoon naar wie deze mensen geïdealiseerd opkeken, had 'iets' gedaan dat hun geloof en vertrouwen in hem diep geschokt had. De meesten keerden zich tegen hem; anderen aarzelden en twijfelden. Ik vertelde hen dat ze het niet aan mij moesten vragen, maar dat het veel logischer zou zijn indien ze met hem zouden praten. Toen ze aandrongen, maakte ik een afspraak met ze. Ik vroeg hen wat ze van hun 'gids' verwachtten. Dachten ze soms dat hij 'perfect' was? Dachten ze dat dit mogelijk was?

Ik vertelde hen één van de belangrijke inzichten die ik verworven had, in één kort zinnetje (ik deed het in 't Engels): "Nothing is perfect, except the Perfect."

Ik maakte hen duidelijk dat zoiets als 'de volmaakte meester' een utopie is die enkel kan bestaan in de geïdealiseerde voorstellingswereld van dromers. Ik zei hen dat zogenaamde Grote Meesters slechts mensen zijn met hun gebreken en fouten, met hun menselijkheden. Toch heel normaal, zou ik denken. Maar dat het alle bewondering en vertrouwen verdient als iemand er in slaagt om bijvoorbeeld negentig percent sattvisch te worden en slecht vijf percent rajasisch en vijf percent tamasisch. Ik teken daar onmiddellijk voor.

Hun gids was zo'n mens, maar ze struikelden over de vijf percent van de rest.

Terwijl men anderzijds van een echte schurk en bandiet wel aanneemt, dat er toch ook wel 'iets goeds zal inzitten'.

Een oude (op twee manieren) vriend van mij, een Indiër, vertelde me een jaar voor hij stierf dat hij had gebroken met zijn en mijn guru. Ook hij struikelde over een kleinigheid in de persoonlijkheid van Mahārāj Jī, een kleinigheid die volgens hem niet mocht bestaan. Dan was zijn guru immers niet perfect zoals hij verwacht had. Als veel jongere mens had ik een lang gesprek met hem, waarin ik hem vertelde dat zijn verwachtingen onrealistisch waren, dat hij zich met zijn guru moest verzoenen en dat hij aan zijn voeten moest buigen. Kortom, dat hij respect en vertrouwen moest hebben voor deze, weliswaar niet volmaakte, maar onvoorstelbaar sattvische man.



Ik heb mijn vriend niet meer levend teruggezien, maar toen ik een jaar later terugkeerde naar India, hoorde ik, dat hij een maand voordien, kort vóór zijn overlijden aan zijn meester een bezoek had gebracht.

Juist de leer van triḡuṇa maakt ons duidelijk hoeveel nonsens er in de wereld – ook in de wereld van Yoga – rondgaat. En uitgerekend Yoga vraagt juist nuchter realisme. Geen dromerige, dweperige volgzzaamheid of aanhankelijkheid. Geen zeemzoetige devotie.

Al dát kan maar bestaan in de geesten van ‘onwetenden’ en die worden dan flink bij de neus genomen en geëxploiteerd, wereldwijd.

## DE KERMISMOLEN

Iedereen kent waarschijnlijk wel die misselijk makende kermisattracties die snel ronddraaien, bijvoorbeeld van schuin boven naar links onder, in een toenemende snelheid, en die daarbij de cabine waarin je zit, ook nog eens snel ondersteboven laten draaien...

Zo gaat het echter ook met triḡuṇa.

Stel je voor, iemand is overwegend rajasisch van instelling. Een gedreven man, die zonder scrupules zijn driften uitleeft en zijn begeerten achternaloopt. Of die zich in het leven van ‘presteren en carrière maken’ stort, waarbij hij zijn gezin, vrouw en kinderen, in de kou laat staan. Het is duidelijk dat rajas hier dominant is in de persoonlijkheid en zijn stempel legt op het leven.

Toch kent ook deze mens dagen, momenten, perioden, waarin hij zeer rustig en evenwichtig is, zich erg harmonieus en goed voelt. Waarin hij dus sattvisch is. En andere, waarin hij het niet meer ziet zitten, en tamasisch in zak en as vegeert.

Het is dus duidelijk dat er onder de algemene grondlaag één guṇa dominant is, maar dat er wisselende momenten zijn waarin de andere guṇa’s even het heft voor kortere of langere tijd in de hand nemen.

Een sattvische mens kan dus tamasische momenten of dagen beleven, en omgekeerd.

Alweer een reden om dieper te zien in de dingen en zich niet blind te staren op momentele uitingen, maar om de grondtoon te onderscheiden, de drager, die de kwaliteit van iemands leven bepaalt.

Jezus wordt door veel mensen als ‘volmaakt’ beschouwd, als de Zoon van God.

Toch lezen we in de evangeliën dat Jezus woedend werd. Hij ranselde de geldwisselaars de tempel uit en vervloekte de vijgenboom die hem geen vruchten gaf. Als Jezus sattvisch was, had hij dus toch wel oprispingen van rajasische toestanden...

## NOG ENKELE BESCHOUWINGEN

We kunnen de verhouding tussen de guṇa’s op verschillende manieren bekijken en benaderen.

We kunnen stellen dat tamas (inertie) en rajas (dynamiek, actie) de twee eeuwige tegenpolen zijn, vergelijkbaar met *yang* en *yin* uit het Chinese systeem van het *Tao*.

Net zoals positief en negatief de twee energetische tegenpolen in de westerse wetenschap zijn. Dan is het de wisselwerking tussen deze twee tegenpolen die de schepping in beweging houdt.

In het westerse denken kunnen positief en negatief, bij gelijke lading, elkaar opheffen. We hebben dan een neutrale toestand – zoals bijvoorbeeld in een atoom de positieve lading van de kern opgeheven wordt door het aantal negatief geladen elektronen.

Zo bevinden yang en yin zich in evenwicht, ingebed in de cirkel.

Op deze wijze kunnen we sattva beschouwen als het evenwicht tussen tamas en rajas, tussen inertie en actie. Dit maakt ons duidelijk hoe noodzakelijk de toestand van sattva (evenwicht, harmonie, rust en vrede) wel is voor ons leven.

Anderzijds kunnen we tamas en sattva bekijken als de twee tegenpolen. Dit is meer subtiel.

Tamas staat dan voor donker, passief, inert, zwaar en sattva is dan licht, evenwichtige en harmonieuze actie. Of nog: tamas is dan laag, laag bij de grond, de hinderpaal voor geestelijke of spirituele emancipatie, het onbewuste. En sattva is dan verheven, verlicht (buddha), de voorwaarde voor diezelfde spirituele emancipatie. Om uit de tamasische lethargie en duisternis te geraken en opwaarts naar het licht toe te groeien, is rajas nodig (het noodzakelijk kwaad). Rajas is de beweging tussen de twee polen van tamas en sattva.

Hoe men het ook bekijkt, sattva is de te bereiken staat, en al onze inspanningen moeten er op gericht zijn ons zoveel mogelijk vrij te maken van de invloeden van tamas en rajas.

De sattvische toestand is het ‘sine qua non’ om te komen tot bevrijding of verlossing van ... . Volgens je ingesteldheid mag je de puntjes hier invullen met bijvoorbeeld: zonde, onwetendheid, conditionering (fundamentele), enz.

Besef wel: sattva is niet het einddoel. Het is de *voorwaarde* om het einddoel van Yoga te bereiken, namelijk de Zelfverwerkelijking of de Zelfkennis.

De draagwijdte van deze stelling is niet licht te begrijpen, vooral niet, omdat er over de begrippen Zelfverwerkelijking, Zelfrealisatie of Zelfkennis, de grootste nonsens de ronde doet.

In essentie is dit een heel nuchtere, eenvoudige ervaring, die weliswaar je hele leven ondersteboven haalt en je geest verlicht en vrijmaakt.

Meestal echter weeft men er een onrealistisch sprookje van perfectie in deze wereld rond, gevuld met *schijn*-heiligen, grote meesters, wonderdoeners, tovenaars en magiërs, godenzonen, en meer van dat fraais.

Enkel en alleen (Yoga)meditatie kan je tot deze échte ervaring en verlossing voeren. Geen gemijmer, geen gefilosofeer, geen geloof, geen wonder of mirakel. Enkel en alleen het komen tot de diepste stilte en het leegmaken of tot rust brengen van de inhouden van de geest, zoals Śrī Patañjali het zo kernachtig in zijn *Yoga Sūtra* zegt.

Om dat te realiseren is de sattvische toestand van lichaam en geest vereist.

En Yoga is dus dé weg bij uitstek om ons daar bij te helpen. Om ons sattvisch te maken en om daarna deze sattvische toestand te transcenderen. Om te komen tot de ultieme transcendente ervaring die ons van aangezicht tot aangezicht brengt met Waarheid of God of Liefde of onze eigen ontastbare essentie: ons Zelf of Ātman.

## LESSEN UIT DE BHAGAVAD GĪTĀ

Alle zogenaamde heilige Schriften – de Bijbel, de Koran, de Evangeliën, de Dhammapāda, de Veda's, enz. – hebben voor de beschaving en de mensheid een waardevolle boodschap. Ze zijn allemaal het gevolg van verlichting (in de Semietische traditie – joden, christenen en moslims – spreekt men van openbaring). Ze zijn ook alle zonder uitzondering de neerslag van een bepaalde tijd en een bepaalde cultuur en dat maakt dat ze ook hun eigen (menselijke) tekortkomingen hebben. Enkele Schriften (Śāstra's) zijn hieraan minder onderhevig en geven een meer algemeen wijsheidsondericht, dat niet echt tijdgebonden is, maar dat een universeel karakter heeft en dat niet bestemd is voor een bepaalde groep gelovigen, en dat vrij maakt.

De Dhammapāda en de Evangeliën behoren tot deze categorie, maar zeker ook de zo befaamde Bhagavad Gītā.

Dit Indisch evangelie, zoals het soms genoemd wordt, is het boek waarop bijvoorbeeld Gandhi zijn leven bouwde.

De Bhagavad Gītā geeft ons in het veertiende hoofdstuk een exposé van topkwaliteit over de guṇa's en hun functie.

Laten wij hier de belangrijkste verzen de revue passeren.<sup>3</sup>

### **HOOFDSTUK 14 – De Yoga van de non-identificatie met de drie guṇa's**

*Het grote Brahman is de moederschoot, waarin Ik de kiem des levens breng; hieruit spruiten alle schepselen voort. (3)*

*Uit welke moeder de stervelingen ook geboren worden, het grote Brahman is hun moederschoot, en Ik ben de Vader, die hen verwekt. (4)*

Eigenlijk weer een soort scheppingsverhaal. Let op het feit dat 'Ik' met een hoofdletter geschreven wordt. 'Ik' staat voor Kṛṣṇa, niet als historische of menselijke figuur, maar als het Zelf of Ātman, als de essentie, of als 'de Zoon van God' zoals wij het in het christendom vertolken. Op dezelfde wijze staat 'Ik', met een hoofdletter geschreven, in de evangeliën, niet voor de mens Jezus, maar voor de 'Christus', de Verlosser, voor degene die 'één is met de Vader'. Dus voor Ātman.

*Harmonie of ritme (sattva), beweeglijkheid (rajas), traagheid (tamas), dat zijn de hoedanigheden (guṇa's) uit prakṛti geboren; zij binden de onvernietigbare bewoner van het lichaam vast aan het lichaam. (5)*

*Van deze guṇa's bindt harmonie (sattva) wegens haar glanzende en zuivere smetteloosheid door gehechtheid aan zaligheid en gehechtheid aan wijsheid. (6)*

Sattva is dus een staat die (nog) niet vereenzelvigd wordt met vrijheid of verlossing, maar wel met gehechtheid aan zaligheid en wijsheid...

---

<sup>3</sup> Ik heb me de vrijheid veroorloofd in de uit de Bhagavad Gītā aangehaalde verzen telkens de aansprekingen, die niet terzake doen, weg te laten. Zoals: O, Arjuna, O gij zonder zonde, O Bhārata, enz.

*Weet, dat beweeglijkheid (rajas), welke de aard bezit van hartstocht, de bron is van levensdorst (tṛṣṇā) en gehechtheid, die de bewoner van het lichaam kluistert aan het lichaam door gehechtheid aan handeling (actie). (7)*

*Weet dat traagheid (tamas), geboren uit onwetendheid, de bewoner van elk lichaam misleidt; zij bindt hem door nalatigheid, vadsigheid en luiheid. (8)*

We krijgen hier dus een inleiding in de drie guṇa's.

Duidelijker nu:

*Harmonie (sattva) hecht de mens aan zaligheid; beweeglijkheid (rajas) aan handeling. Inertie, die de wijsheid versluiert, hecht de mens daarentegen aan nalatigheid, achteloosheid. (9)*

*Soms heeft harmonie (sattva) de overhand, wanneer ze beweeglijkheid (rajas) en traagheid (tamas) heeft bedwongen; soms beweeglijkheid (rajas), wanneer ze harmonie (sattva) en traagheid (tamas) heeft overwonnen; en soms traagheid (tamas) wanneer ze harmonie (sattva) en beweeglijkheid (rajas) heeft overmeesterd. (10)*

Dit zijn dus de wisselende toestanden die we kunnen waarnemen als we onze medemensen – of beter nog, onszelf – observeren... of ook nog de natuur. Je moet eens (voorzichtig) proberen je omgeving te vertalen of te ontleden in deze drie eigenschappen.

Nu worden de gevolgen beschreven van de dominantie van een van deze categorieën.

*Wanneer het licht van wijsheid uit alle poorten van het lichaam stroomt, kan men zeggen dat harmonie (sattva) toeneemt. (11)*

*Hebzucht, uitstromende energie, ondernemingsgeest, rusteloosheid, afgunst en begeerte, spruiten voort uit een toename van de beweeglijkheid (rajas). (12)*

*Duisternis, stilstand, achteloosheid en ook waan, deze spruiten voort uit de toename van traagheid (tamas). (13)*

Deze gevolgen worden geoogst, zowel bij een kortstondige overheersing van een guṇa en zeker, breder, dieper en langduriger bij een algemene toestand van dominantie van een guṇa. Om dit duidelijk te maken: sattva kan kortstondig de overhand op de andere guṇa's hebben en dan ervaart men, voor zolang het duurt, vrede, zaligheid en harmonie. Vijf minuten, een uur, een dag, enz. Wanneer iemand in zijn totaliteit sattvisch geworden is, zijn deze resultaten constant aanwezig en maken ze de kwaliteit van het leven uit. Weliswaar met kortstondige schommelingen tussen de guṇa's naar gelang het moment of de gemoedstoestand...

Wat nu volgt is duidelijk erg belangrijk.

*Als nu harmonie (sattva) de overhand heeft op het ogenblik dat de belichaamde mens overlijdt, gaat hij tot de vlekkeloze werelden van hen die de Hoogste kennen. (14)*

*Als hij het lichaam verlaat, wanneer beweeglijkheid (rajas) de overhand heeft, wordt hij geboren onder diegenen die gehecht zijn aan handeling; als hij overgaat in de toestand van traagheid (tamas) wordt hij geboren uit de schoot van de redelozen. (15)*

Śrī Kṛṣṇa geeft hier zeer waardevolle aanduidingen over wat er gebeurt bij het sterven. Dit is een onderwerp apart en we kunnen er hier dan ook maar even bij stilstaan.

Belangrijk voor wat er gebeurt met onze *geest* (fijnstoffelijk en oorzakelijk lichaam, met ego, denken voelen en willen), is de staat waarin de overledene overgaat. Of hij in een sattvische, rajasische of tamasische toestand is. Afhankelijk daarvan is het gevolg.

We mogen dit echter niet misverstaan.

Het gaat hier duidelijk niet over de kortstondige toestand.

Stel je voor dat iemand gans zijn leven geleefd heeft in een overwegend tamasische staat van luiheid, ongevoeligheid en gemeenheid, maar dat hij, door ziekte overvallen, tot een bepaald inzicht komt en vrede en rust ervaart, om tenslotte in deze toestand te sterven. Men mag dan niet verwachten dat dit voldoende is om de vruchten van de sattvische staat te verwerven. Het gaat hier over de basistoestand van de geest waarin iemand zich bevindt op het ogenblik van 't verscheiden. Niet over een momentele of tijdelijke toestand.

Natuurlijk, het inzicht dat bekomen wordt en het spijt (berouw) dat men heeft over het voorbije leven, kunnen een grote impact hebben.

Vergelijk hier met de theologie van de Kerk, waarbij het volstaat om te biechten en vergiffenis te bekomen, om de hel te vermijden en mogelijk, via het vagevuur, de hemel te bereiken.

Men kan een zwaar zondig leven lijden en het 'goedmaken' juist voor het sterven...

Het is echter wel duidelijk en begrijpelijk dat de manier van leven, fundamenteel dan, bepaalt wat er daarna volgt. Dit is volledig in overeenstemming met de Leer van het Karma, waarin gesteld wordt dat je oogst wat je gezaaid hebt.

Nogmaals, een belangrijke reden dus om waakzaam te zijn en te werken aan het sattvisch maken van je leven. En wat was weer het beste hulpmiddel daarvoor? Juist, ja, Yoga. Het hele Yogasysteem bestaat uit sattvische inzichten en hulpmiddelen. De praktijk van Yoga ontwikkelt sattvisch denken en voelen en maakt ook het lichaam sattvisch.

Yoga brengt immers rust, stilte, vrede, vreugde en licht in geest en lichaam. Dat ervaart zelfs de beginner op korte termijn.

Maar reken dus niet teveel op 'de laatste minuut'-oplossing...

De volgende verzen, van 16 tot en met 19, herhalen en bevestigen de eigenschappen en gevolgen van de *guṇa*'s. We slagen ze daarom over.

## HET DIEPSTE INZICHT

Nu we stilaan vertrouwd raken met deze 'ver van mijn bed'-begrippen is het noodzakelijk stil te staan bij de kwintessens: de zin en de bedoeling en het uiteindelijke inzicht dat daarmee verweven is.

We hebben gezien en aangetoond dat de *guṇa*'s de drie basiseigenschappen van de natuur (*Prakṛti*) vormen. We hebben begrepen dat *tamas* onwetendheid, onbewustheid, lethargie en luiheid insluit, dat *rajas* de oorzaak is van pijn, onrust en gehechtheid, maar dat *sattva* de bron is van vrede, zaligheid, licht en wijsheid.

Willen we de kwaliteit van ons leven verbeteren dan is het duidelijk wat we moeten nastreven en waaraan we moeten werken. Niet omdat het moet, maar louter en alleen omdat *ons eigen inzicht ons duidelijk maakt wat voor ons eigen welzijn belangrijk is*.

Śrī Kṛṣṇa bevestigt dit duidelijk in de Bhagavad Gīta.

***We moeten sattvisch worden.***

Maar dit is geen doel op zichzelf.

Ondanks de voordelen die het ons oplevert is het duidelijk dat we gevangen blijven in het fascinerende ‘spel’ van de guṇa’s en van Prakṛti.

De zin en bedoeling van Yoga gaat veel verder, zoals ook Sāṃkhya ons voorhoudt. Het doel van Yoga en Sāṃkhya is ‘verlossing’ of ‘bevrijding’.

Volgens Sāṃkhya betekent **bevrijding** komen tot het *onderscheid tussen het Zelf en het niet-Zelf*, komen tot *juiste kennis*.

Voor Yoga is **verlossing** komen tot Zelfkennis, Zelfrealisatie, de ervaring van het Zelf of Ātman. Dat laatste heet dan ook **eenwording**. Eenwording met God, zoals de mystici het uitdrukken. God staat hier dan voor het Wezen der dingen of de Werkelijkheid. Dit laatste kunnen we niet kennen met het verstand, dat onmachtig is om voorbij de dualiteit van denken en begrippen te gaan.

De weg om dat te realiseren ligt in de *ervaring zelf* van die Werkelijkheid, van Dát, via de praktijk van de meditatie (Dhyāna). *Deze ervaring is de enige manier om die Werkelijkheid of Dát te kennen*. Daarover bestaat geen twijfel. Alle klassieke teksten van alle oosterse systemen zijn het daarover eens.

De Gīta zegt het zo:

*Als de ziener inziet, dat het slechts de hoedanigheden (guṇa’s) zijn die werken, en als hij Dát kent, dat boven de guṇa’s uitgaat, gaat hij in Mij op. (19)*

*Wanneer de bewoner van het lichaam ontstegen is aan deze drie guṇa’s, waaruit alle lichamen zijn voortgekomen, zal hij bevrijd van geboorte, dood, ouderdom en smart, de nectar van de onsterfelijkheid proeven. (20)*

Hier wordt het diepste inzicht meegegeven. Een inzicht dat vrij maakt.

In hoofdstuk drie wordt dit reeds duidelijk toegelicht:

*Alle handelingen worden slechts verricht door de hoedanigheden (guṇa’s) van de natuur (Prakṛti). Het door egoïsme misleide zelf denkt: ‘Ik ben de handelende’ (27)*

Alles, werkelijk alles, is de functie van de guṇa’s. Ook mijn denken, voelen en willen. Ook het ego of ik.

*Alles behalve Ātman of het Zelf.*

Komen tot Zelfkennis betekent niet: komen tot de kennis van uw persoonlijkheid of uw ego. Het betekent niet: weten welke eigenschappen je hebt en welke ondeugden. Dat is kennis van je ‘zelf’, zelfkennis. Deze behoort tot Prakṛti en heeft betrekking op de manifestatie in de wereld der verschijnselen.

*Zelfkennis*, met hoofdletter, staat voor de kennis van het zuiver Bewustzijn, het Wezen der dingen, de Werkelijkheid, achter alle manifestatie, achter alle dualiteit.

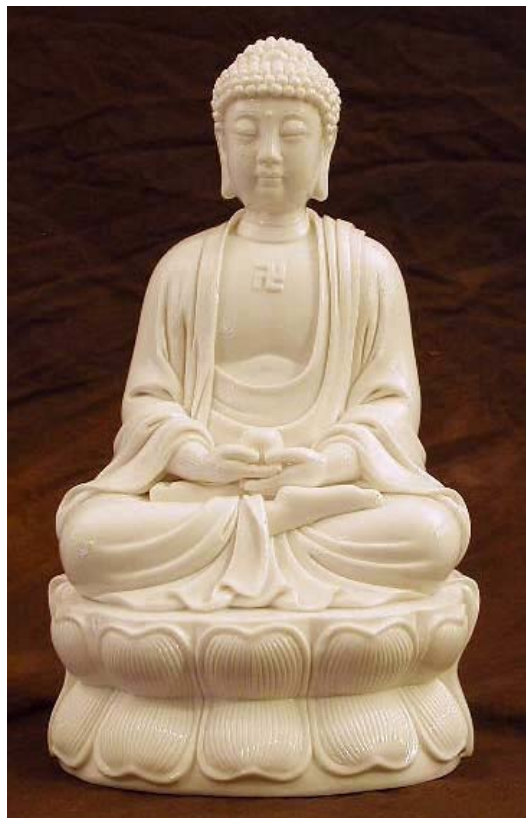
Dit is een transcendente kennis, waarnaar verwezen wordt in de Oudgriekse tekst: ‘Mens ken jezelf’ of beter nog ‘Mens ken je Zelf’.

Deze is enkel kenbaar als eenheidservaring in de diepste meditatie, in de toestand van de diepste samādhi.

Dan heeft de mens kennis van Dát.

Wie Dát kent door ervaring, is *bevrijd*.

In Aum en Prema



ॐ सह नाववतु सह नौ भुनक्तु

सह वीर्यं करवावहै ।

तेजस्वि नावधीतमस्तु

मा विद्विषावहै ॥

ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः ॥

*Auṃ saha nāvavatu saha nau bhunaktu.*

*Saha vīryaṃ karavāvahai.*

*Tejasvi nāvadhītamastu.*

*Mā vidviṣāvahai.*

*Auṃ Śāntiḥ, Śāntiḥ, Śāntiḥ.*

*Moge de Heer ons samen beschermen.*

*Moge Hij ons te samen voeden.*

**Mogen wij samenwerken en onze krachten verenigen**

*voor het welzijn van de mensheid.*

*Moge onze wetenschap doelbewust en helder zijn.*

*Mogen wij nimmer iemand haten.*

*Moge er Vrede zijn, Vrede en volmaakte Vrede.*

**Taittirīyopaniṣad**

---

## “Karma” en “Triguṇa”

is een uitgave van

ĀTMA VIDYĀ BHĀVANA - YOGA NIKETAN BELGIUM - vzw

Verantwoordelijke uitgever: Mertens Lucien (Ātma Muni)

Otterstraat 7 2800 Mechelen - ☎ 015/33.93.79 – Gsm: 0486 539 559

E-mail: [atma.muni@telenet.be](mailto:atma.muni@telenet.be)

Website: <http://www.yoganiketan.be>