



-20- GUNAS – DE DRIE BASISENERGIEËN

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 1

Sadhana – Spirituele Training



De twee betekenissen van Guna.

Ook al lijkt de totale manifestatie – de wereld waarin we leven – van een onbegrijpelijke complexiteit te zijn, in de basis bestaat deze slechts uit drie energetische delen, “gunas” genoemd, sattva/sattvaguna, rajas/rajoguna, en tamas/tamoguna.

De eerste betekenis van "guna" is **touw**. Het is een toepasselijke naam om de drie basisenergieën mee aan te duiden. Op macrokosmisch niveau zijn ze aan elkaar gebonden, daar alles een combinatie is van deze drie factoren. Op microkosmisch niveau verbinden ze de schijnbare persoon met het "wiel van sam-sara", het wereldse leven, het onophoudelijke streven naar objectgebonden plezier.

De tweede, en tevens meest gebruikte betekenis van het "guna" is: **kwaliteit**. Het verwijst naar de drie basiskwaliteiten in de creatie, drie gedragingen van energie. Het zijn de diverse combinaties van deze kwaliteiten die de karakteristieken bepalen van alles wat gecreëerd is.

De drie krachten in de Creatie

Maya – onwetendheid – is een kracht in het Zelf. Voordat de projectie van maya plaatsvindt, is er alleen puur bewustzijn. Maya projecteert Isvara en de creatie, die uit de drie gunas bestaat. (1) Sattva is de intelligentie, de kennis die de evolutie stuurt, vorm geeft aan materie. Het is de meest subtiele manifestatie van "sat", puur bewustzijn, onze ware natuur, de creatieve, denkende kracht in ons. (2) Tamas (avarana shakti*) is de zware, verdichte substantie van materie – ons lichaam – en een mindconditie die lethargisch is. (3) Rajas (vikshepa shakti*) is de energie die nodig is om materie te transformeren; de kwaliteit van passie en verlangen, de drukke actieve staat van de mind.

*
*Maya: het principe dat dualiteit doet ontstaan. Het woord “maya” betekent DAT WAT NIET IS, een term die gebruikt wordt om macrokosmische onwetendheid en de effecten ervan te beschrijven. Het is de afwezigheid van zelfkennis; de ver sluierende en projectieve kracht van het universum, de kracht van de kosmische illusie. Een kracht die in het Zelf bestaat (niet gelijk dus aan het Zelf) waardoor het onbegrensd is, en de oorzaak van de schijnbare realiteit (Mithya), de wereld waarin wij leven. | **Isvara:** “God”. Een term die gebruikt wordt als personifiëring van het geheel aan fysieke, psychologische en ethische wetten dat de werking van het manifeste universum beheerst. Het is de onpersoonlijke intelligentie waardoor het manifeste universum geïnformeerd wordt en waardoor het functioneert volgens de wetmatigheden waaruit het bestaat. | **Vikshepa Shakti:** projecterende energie (rajas). | **Avarana Shakti:** verhullende, ver sluierende energie (tamas). | **Sattva:** de openende energie.*

Vedanta



De drie krachten in de Creatie

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 2

De Creatie vindt plaats in drie stadia.

STADIUM 1 – De creatie ontstaat met het verschijnen van de drie gunas. Als maya in werking treedt is sattva de eerste guna die verschijnt. Sattva guna wordt beschouwd als pure maya en is de natuur van de mind. Gedurende het eerste stadium domineert sattva guna dus, puur reflecterend bewustzijn. Het is puur bewustzijn dat verschijnt als de kenner/weter. Het is alwetend en is de blauwdruk voor de eeuwige waarheden, krachten en wetten die de structuur vormen van de creatie, de drie gunas, de vijf elementen, de levende wezens en karma. Het wordt Isvara genoemd of God, puur bewustzijn dat geïdentificeerd is met alles. Het oorspronkelijke puur bewustzijn raakt daarentegen nergens mee geïdentificeerd.

STADIUM 2 – Sattva verdwijnt geleidelijkaan naar de achtergrond. Het macrokosmische rajas is nu dominant, waarbij de pure materiële spiegel bezoedeld wordt door rajas, de projecterende kracht, en tamas, de verhullende kracht. Rajas – de "big bang" – veroorzaakt "avidya", onwetendheid over het Zelf en verbrijzelt de spiegel van materieel bewustzijn, die uiteen spat in een ontelbare hoeveelheid scherven, die alle puur bewustzijn reflecteren in de vorm van een oneindige diversiteit aan levende wezens. Een levend wezen is gereflecteerd puur bewustzijn + een materieel lichaam.

Als gevolg van de actie van rajas, lijkt het onbegrensde puur bewustzijn te verschijnen als een gereflecteerde, begrensde entiteit. Het wordt "pragna jiva" genoemd, het eeuwige individu. Deze jiva identificeert zich met het reflecterende medium – zijn of haar subtiele lichaam – dat uit sattva gemaakt is en dat verantwoordelijk is voor het geloof dat het een bewust wezen is dat op zichzelf staat. Het bewustzijn dat het ervaart hoort echter bij het oorspronkelijke puur bewustzijn – het Zelf. De jiva is veelzijdig en complex ten gevolge van de grote hoeveelheid mogelijke combinaties van sattva, rajas, tamas en de vijf identificatielagen.

Daar sattva nu "besmet" is door rajas, is de kennis van de jiva vermengd met onwetendheid, wat zorgt voor veel misvattingen. Jivas kunnen niet gescheiden worden van het reflecterende medium, het subtiele lichaam. Onwetendheid is het causale lichaam; dit verbergt het puur bewustzijn voor de jivas en is de oorzaak van het gevoel van incompleetheid dat jivas hebben. Tegelijkertijd projecteert het de verleidelijke objecten waarvan jivas geloven dat deze hen compleet kunnen maken.

STADIUM 3 – In dit stadium maakt maya materie uit tamas. Als het dit zou maken uit sattva, dan zouden we puur bewustzijn gereflecteerd zien in materiële objecten, doch materie absorbeert puur bewustzijn in plaats dat het dit reflecteert.

Gunas in de Evolutie.

- (1) SATTVA → de kennis die evolutie richting geeft.
- (2) TAMAS → substantie, materie.
- (3) SATTVA → het idee over hoe de materie vorm te geven.
- (4) RAJAS → energie die nodig is om de materie te vormen naar het idee.

Vedanta



Kenmerken & Symptomen van Sattva – sattvaguna

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 3

SATTVA		
LICHT	ONTHECHTHEID	ONGEBONDENHEID
KENNIS	ONDSCHIEDINGSVERMOGEN	RUIMHARTIGHEID
VRIJHEID	DOORZETTINGSVERMOGEN	GEWELDLOOSHEID
EERLIJKHEID	EENPUNTIGE AANDACHT	DEUGDZAAMHEID
COMPASSIE	DHARMISCHE MORALITEIT	BEDACHTZAAMHEID
SCHOONHEID	GELUKSGEVOEL (VOLTE V.H. BESTAAN)	TOEGEWIJDHEID
LOS VAN TIJD	BESF VAN DE WAARDE VAN WAARDEN	BETROUWBAARHEID
INTROVERSIE	VERGEVINGSGEZINDHEID	CREATIVITEIT
INZICHT	WELGEMANIERDHEID	VINDINGRIJKHEID
INTUÏTIE	RECHTVAARDIGHEID	INSPIRATIE
PLEZIER	STRALEND/ZELFBEWUST PUUR	VISIOENEN
ORDE	BEWUSTZIJN	VERTROUWEN
SIMPELHEID		INTELLIGENTIE

VEILIGHEIDSGEVOEL DOOR HET PANORAMISCHE BEWUSTZIJN DAT SATTVA MET ZICH MEE BRENGT. ALS JE BEGRIJPT WAT ER GEBEURT, DAN KUN JE MET VERTROUWEN REAGEREN.

Sattva in werking.

Als sattva in werking is ontstaat "karma van verdienste", goed karma dat geluk brengt. De persoon is tevreden, kalm, onbezorgd, denkt helder, is gebalanceerd, eerlijk op een compassievolle manier, voelt zich veilig, doet de juiste acties op het juiste moment, neemt verantwoordelijkheid voor al zijn of haar projecties, is gericht op het zuiveren van eigen karma, en is onthecht met name wat de eigen gedachten en gevoelens betreft.

De persoon voelt zich niet geraakt door opinies van anderen of door resultaten van eigen acties, en kan genieten van objecten zoals ze zijn in het besef van de manco's die er inherent aan zijn. De persoon is heel en compleet, vredig. Alle objecten in de creatie zijn van een "intelligent design", en verhouden zich tot elkaar op een zeer voorspel-bare manier door de kracht van sattva – kennis.

Sattva is de reflecterende, onthullende kracht, die als een materiespiegel verschijnt aan het begin van de creatie. Het wordt een spiegel genoemd omdat het "bestaan/bewustzijn" er helder door weerspiegeld wordt. Al het goede dat we hier op aarde in deze lichamen ervaren hoort bij sattva en wordt gereflecteerd in ons subtiele lichaam.

*

Subtiele lichaam: het geheel van mind, intellect, ego, zintuigen; soms ook overkoepelend "mind" genoemd.

Vedanta



Kenmerken & Symptomen van Rajas – rajoguna

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 4

RAJAS	
PASSIE	ACTIEVE, CREATIEVE PROJECTERENDE KRACHT.
TROTS	CREËERT DOENERSCHAP; DWARSBOOMT ASSIMILATIE.
OPWINDING	VERVORMT ONZE WAARNEMINGEN.
ANGST	VEROORZAAKT BEHOEFTEIGHEID; AFHANKELIJKHEID.
ONGERUSTHEID	VEROORZAAKT VERWARRING; BINDING.
IMPULSIVITEIT	DOET ONS KLEIN VOELEN EN DAN WEER GROOT.
ZELFVERTROUWEN	VERTROEBELT ONDERSCHIEDINGSVERMOGEN.
KOPPIGHEID	MAAKT ONS MANIPULATIEF EN DOET LIEGEN.
HEBBERIGHEID	OVERWELDIGT EN DOET ONS VERVEELD ZIJN.
AFGUNST	DWINGT TOT ZOEKEN NAAR STEEDS NIEUWE DINGEN.
COMPETITIEF	LAAT ONS DE KANTJES ER VAN AF LOPEN.
KLEINZIELIGHEID	DE KRACHT OM DINGEN TE VERANDEREN.
VEROORZAAKT STRESS	TROTS OP VERMOGEN TOT “MULTITASKEN”.
VEROORZAAKT TAMAS	HET VERLANGEN EN DE EMOTIONELE ONRUST WAAR VERLANGEN IN UITMONDT.
VEROORZAAKT HAAT	HOPPEN VAN DE ENE NAAR DE ANDERE GEDACHTE.
AGRESSIE, BOOSHEID	GEEN RUST ALLE KANTEN VAN EEN ZAAK TE ONDERZOEKEN.
ARGUMENTEREN	ELKE SITUATIE ZIEN ALS MOGELIJKHEID TOT EXPLOITATIE.
RUZIËN	
<p>CHARISMA (LET. BET. RAJAS: “STRALEN”) DE PROJECTERENDE KRACHT VAN RAJAS, GECOMBINEERD MET DE REFLECTIEVE KRACHT VAN SATTVA CREËERT EEN AURA VAN ENERGIE EN KRACHT.</p> <p>STOF (ANDERE LET. BET. VAN RAJAS); RAJAS DOET STOFWOLKEN OPWAAIEN DIE DE PURE SPIEGEL VAN MATERIE BEZOEDLT, EN DIE VERWARRING EN LIJDEN CREËERT WANNEER HET ZICH MENGTT MET TAMAS.</p> <p>RAJAS CREËERT “TIJD” IN DE VORM VAN VERLANGEN EN ANGST. ONZE VOORKEUREN EN WEERSTANDEN CREËEREN EEN KUNSTMATIG GEVOEL VAN AFSCHIEDING VAN DE WERELD, WAT ZICH MANIFESTEERT ALS TIJDGEVOEL.</p> <p>AVERSIE TEGEN DETAILS – LIEVER “GROTE STAPPEN SNEL THUIS”.</p> <p>OVERDRIJVEN V.D. VOORDELEN VAN EEN PLAN EN BAGATELLISEREN V.D. NADELEN.</p>	

Rajas aan het werk.

Als rajas in werking is bouwen we "karmische minpunten" op. De persoon projecteert, is arrogant, paniekerig, vertwijfeld, overprikkeld, emotioneel onrustig, extravert, overactief, extreem gedreven, vol verlangen, zenuwachtig, kan niet stil zitten, heeft last van kwaadheid, is een fantast en is angstig, onbevredigd, bezitterig, onverzadigbaar, jaloers, controlfreak, kan niet slapen, verveeld, manisch.

Rajas triggert gedachten en acties die op angst gebaseerd zijn. De persoon projecteert zijn of haar issues op “anderen” of op “de wereld”, en wordt dan “onbewust” (tamasisch), is geneigd te snel te spreken, te snel te handelen, dingen te laten vallen, tegen dingen op te botsen, dingen te breken, ongelukjes te hebben en zichzelf te verwonden. In extremis is de persoon totaal extravert, gedreven door passie en verlangen om het object te verkrijgen waar hij of zij op gericht is, totaal overtuigd van het feit dat het object het verlangen zal bevredigen. De mind is volkomen naar buiten gericht.

Vedanta



Kenmerken & Symptomen van Tamas – tamoguna

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 5

TAMAS	
DONKERTE MATERIE ANGST IN ACTIE SLOOMHEID SAAIHEID INERTIE ANGST VOOR VERLIES NOSTALGIE SENTIMENTALITEIT	DE ZWARE VERDICHTTE ENERGIE VAN MATERIE. DE MIND PRIMAIR GERICHT OP WAT FOUT KAN GAAN IN ELKE SITUATIE (DE PERFECTE KLANT VAN DE VERZEKERINGSMAATSCHAPPIJEN). GROTE AANDACHT VOOR DETAILS EN BESLUITeloos TEMIDDEN VAN DE EINDELOZE HOEVEELHEID AAN MOGELIJKHEDEN. BANG OM FOUTE BESLISSINGEN TE NEMEN. PRAKTISCHE INGESTELDHEID. SAMENGETROKKENHEID.
AVARANA SHAKTI (VERHULLING): AVARANA BETEKENT “WOLK” – HET IS EEN SPECIAAL TYPE GEDACHTE DIE HET SUBTIELE LICHAAM MET DUISTERNIS OMHANGT EN SLAAP MOGELIJK MAAKT.	
EXTREEM SENSITIEVE MIND DIE ZORGELIJK IS OVER BIJVOORBEELD DE EIGEN REPUTATIE, IMAGO, VERSCHIJNING, GELD, FAMILIE, GEZONDHEID, GLOBAL WARMING ETC.	
ER IS ALTIJD EEN GEVOEL VAN BEGINNENDE VREES, DINGEN DIE FOUT KUNNEN GAAN EN DIE DAT OOK GAAN, OMDAT DAT IS HOE JE DE DINGEN ZIET (PROJECTIES).	

Tamas aan het werk.

Als tamas in werking is wordt geen "karma van verdienste" opgebouwd en worden ook geen “minpunten” verzameld, doch wordt het leven verspild. De persoon is in ontkenning, geeft anderen de schuld, klampt zich vast aan het verleden of gebruikt het om acties te rechtvaardigen of als een vermijdingsstrategie om bepaalde angsten niet onder ogen te hoeven zien. De persoon maakt excuses voor waarom hij of zij niet eerlijk kan zijn of niet tot beslissingen kan komen, rationaliseert, twijfelt, kan moeilijk wakker worden of uit bed komen 's morgens, is vaak uitgeput, klagerig, sloom, lui, depressief, voelt zich slachtoffer, voelt het gewicht op de schouders van alles wat niet goed is in de wereld, voelt zich niet geliefd, vindt de wereld een liefdeloze, of slechte plek. Is wreed, zelfvoldaan, egoïstisch, lethargisch, onhelder, verward, mat, defensief, en heeft last van angst en schuldgevoel.

Vedanta



Negatieve kwaliteiten die Tamas veroorzaakt

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 6

Gebondenheid aan objecten; verzamelwoede. Door de onzekerheid als gevolg van de onwetendheid over onze heelheid ontstaat gebondenheid aan objecten.

Ontstaan van waanideeën. Valse waarden ontstaan vanuit waanideeën als gevolg van onwetendheid.

Vluchten in fantasieën. Tamas maakt de jiva te lui en incompetent om werkelijk iets te bereiken in het leven, dus vlucht hij of zij in fantasieën.

Verwarring. Als je de kern van een situatie niet kunt peilen omdat je mind te dof is dan ben je niet in staat om een adequate respons te geven.

Goedgelovigheid. Een tamasische mind is makkelijk te exploiteren omdat het de nieuws-gierigheid (sattva) mist die nodig is om dingen te onderzoeken. Het is anti-intellectueel.

Conformiteit. Een mind die geen onderscheid kan maken, kan niet voor zichzelf denken en is onderhevig aan groepsdruk; het volgt blind regels en voorschriften zelfs wanneer deze onnodig zijn.

Perversie; leedvermaak. Als de mind extreem tamasisch is dan kan deze pervers worden en plezier ontlenen aan de eigen pijn, masochisme. Of het verheugt zich in het ongeluk van anderen, of is steeds in de contramine: jij zegt ja, ik zeg nee.

Rigiditeit. Tamas leidt tot teleurstelling in verband met definitief gemiste kansen door het onvermogen tot aanpassing aan veranderende omstandigheden.

Weerstand. Tamasische individuen zijn overdreven koppig. Ze zijn als pitbull terriërs; als ze eenmaal vast hebben laten ze niet meer los. Vechten tot de dood er op volgt.

Melancholie. Voortdurend fantaseren veroorzaakt een voortdurende teleurstelling, wat leidt tot de formering van een samskara die de jiva kleurt met melancholie.

Conservatisme als tamasische waarde. Conservatisme kan als een tamasische waarde gezien worden omdat het tamasische individu neigt naar het waarderen van dingen om de simpele reden dat ze tand des tijds hebben doorstaan. Tijd is geen goed criterium voor de bepaling van waarden, omdat ook slechte waarden de tand des tijds doorstaan. Door op dit criterium gebaseerde waarden neigt het individu naar nostalgie en sentimentaliteit, twee belangrijke kenmerken van tamas.

Conservatisme als sattvische waarde. Conservatisme is het behouden van dat wat goed is. Dit kan als een sattvische waarde gezien worden voor zover het gaat om kennis van wat goed is en waarachtig, hetgeen echter wel begrip vereist van de waarde van goedheid, wat alleen mogelijk is wanneer sattva domineert.



Negatieve kwaliteiten die Tamas veroorzaakt

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 7

Absolutisme. Een tamasische mind is niet bepaald subtiel. Het ziet het leven zwart/wit, is te onzeker om fouten toe te kunnen geven en vindt dat het altijd “gelijk” heeft. Het kan diversiteit niet waarderen en neigt ernaar om één enkele reden te vinden voor elk probleem: de overheid, de economie, suiker, religie, immigratie, samenzwering, zwarten, etc. Het heeft een schurk nodig. En er is één antwoord voor alles, zoals bijvoorbeeld: veganisme... lagere belastingen... Jezus... vrije gezondheidszorg... een muur op de grens...

Literalisme. Tamasische mensen leven in een subjectief, eendimensionaal universum. Ironie, symbolisme en geïmpliceerde betekenissen zijn niet aan hen besteed.

Negatief zelfbeeld. Tamas is een zware donkere energie die met negativiteit resonanceert. Het is lichtgelovig en snel gekrenkt omdat het de kleinerende stemmetjes die de maatschappij in onze mind plant zonder slag of stoot accepteert. Het verzwakt ons en breekt onze wilskracht. Typische gedachten: “ik ben niet goed genoeg” – “ik kan het niet” – “kijk mijn littekens eens”.

Verwaarlozing/verzaking. Een tamasische mind doet niet wat er gedaan moet worden wanneer het gedaan moet worden. Ze springt heen en weer en talmt. Het is de oorzaak dat ouders hun kinderen liefde onthouden, de primaire reden voor de ontwikkeling van een laag zelfbeeld. Verwaarlozing is een onbewuste vorm van wreedheid.

Zelfzuchtigheid; egoïsme. Tamas leidt tot een beperkte blik, waardoor de jiva niet in staat is tot het geven en ontvangen van liefde. Kleinzieligheid.

Wellustigheid. Tamas is verantwoordelijk voor verslavingen en ander dwangmatig gedrag. Daar het onze energie leegzuigt en ons verzwakt kan het individu de confrontatie met angsten en verlangens niet aan, en raakt hij/zij al snel verslaafd aan plezier.

Vermijding, ontkenning, uitstelgedrag. Tamasische individuen zijn zich niet bewust van hun onbewuste processen omdat hun mind zo dof is. De impliciete betekenis van hun woorden en daden zijn ze zich niet bewust, en dus zijn ze in een min of meer constante staat van onbedoelde ontkenning, wat ze drijft om verantwoordelijkheid en confrontatie te vermijden.

Wreedheid. Dit is een karakteristiek die net zo goed bij rajas hoort, voor zover het geprojecteerde pijn is, doch daar rajas en tamas in wezen onafscheidelijk zijn kan het ook gekarakteriseerd worden als tamasisch, daar je immers extreem ongevoelig (tamasisch) moet zijn om een ander levend wezen pijn te doen.



Het doel van het Guna-onderricht

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 8

Onderscheid tussen het Zelf enerzijds en Ervaringen anderzijds.

Begrip van de drie gunas en hun werking kan ons als individu helpen bij het verwerken van onze ervaringen en kan een krachtige ondersteuning zijn bij het zuiveren van de mind. Als bevrijding (moksha) daarentegen het belangrijkste doel in ons leven is zijn we niet meer geïnteresseerd in het verkrijgen van een bepaalde ervaring of in het effect dat ervaring op ons als individu heeft. Het begrip dat we hebben over de gunas wordt dan primair gebruikt om onderscheid te maken tussen het Zelf enerzijds en "ervaringen" anderzijds. Er wordt simpelweg waargenomen dat een bepaalde guna de mind domineert terwijl we ons identificeren met het Zelf. De guna is niet wie we zijn; deze wordt immers door ons gekend. Onwetendheid doet ons graag denken dat we dof en slaperig zijn (tamasisch), druk, gepassioneerd en onrustig (rajasisch), of helder, stil en gelukkig (sattvisch), doch wij weten beter en gebruiken zelfkennis om het onderscheid te maken tussen ons – het Zelf – en de ervarende entiteit, het subtiele lichaam.

We gebruiken het onderricht over de gunas dus simpelweg om onderscheid te maken tussen onszelf en de objecten (gunas in dit geval) die in ons verschijnen.

De manifestering van de gunas.

De gunas manifesteren zich als gewoontegedachten* en repeterende gevoelens en acties. Het karakter van elk van deze ervaringen komt overeen met dat van de guna die het meest prominent de betreffende ervaring beïnvloedt. Het is dus tamelijk voor de hand liggend welke guna op enig moment op de voorgrond staat.

Alle gunas zijn aanwezig in werkelijk elk aspect van de manifestatie, en dragen dus bij aan elke gedachte, elk woord en elke handeling. Belangrijk om op te merken hierbij is: (1) In elk moment is één van de drie gunas overheersend. (2) De overheersende guna is aan voortdurende verandering onderhevig.

Analogie: de gunas zijn als een voortdurend ronddraaiend driestrengs touw. Vanuit welk gezichtspunt je ook naar het touw kijkt, één streng is altijd het meest prominent, doch welke dit is wisselt voortdurend. De wisseling van de meest prominente guna is weliswaar niet van een cyclische regelmaat zoals bij het driestrengs touw, doch het patroon van hun invloed is toch niet volledig onvoorspelbaar.

Net als bij vasanas versterken de gunas zichzelf. Rajas brengt meer rajas voort, tamas meer tamas en sattva meer sattva. Van dit principe wordt gebruik gemaakt bij "triguna vibhava yoga" – energiemanagement (zie vlg. hfdst.). Als we namelijk leren hoe we de werking van de gunas kunnen doorgronden en hoe ze te manipuleren, dan zullen we beter in staat zijn om de gewenste mindkwaliteit te cultiveren.

_____ *

Gewoontegedachte: ook al vertellen we onszelf dat we iets bepaalds niet zouden moeten doen, de conditionering in de mind is meestal te stevig om te weerstaan. Deze gewoontegedachten, of automatische gedachten, worden "geloofssystemen" genoemd in de westerse psychologie en "samskaras" of "vasanas" in de oosterse terminologie (Sanskriet). Je kunt ze zien als je persoonlijkheid.

Vedanta



De Werking van de Gunas

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 9

Rajas en Tamas verhullen Puur Bewustzijn niet volledig.

In de context van de menselijk psyche zijn rajas en tamas de energetische reflecties van de twee fundamentele krachten die door "avidya" gebruikt worden om de onwetendheid en daarmee het "wiel van samsara" in stand te houden. Rajas en tamas zijn onafscheidelijk.

De RAJASISCHE kwaliteit van de VIKSHEPA SHAKTI, de projecterende energie, leidt ertoe dat subjectieve overtuigingen en vooroordelen van de mind geprojecteerd worden op de objectieve fenomenen die er in en omheen verschijnen. Vikshepa shakti zorgt ervoor dat het intellect zo gefascineerd raakt door de vormen die puur bewustzijn lijkt te hebben aangenomen – alle objecten waaruit het manifeste universum bestaat – dat het niet door die vormen heen kan kijken en dus niet hun onderliggende essentie kan zien.

De TAMASISCHE kwaliteit van de AVARUNA SHAKTI, de verhullende energie, maakt het onmogelijk voor de mind om de dingen te zien zoals ze werkelijk zijn en zorgt er voor dat het individu vast kan blijven houden aan de eigen versie van gebeurtenissen en interpretaties van objecten, inclusief de opinies over zichzelf en anderen. Avaruna shakti zorgt ervoor dat het intellect te onscherp is om een besef te hebben van de ware natuur van de “substantiële substantie”, puur bewustzijn, waaruit de gehele schijnbare realiteit bestaat.

Net zoals een eclips de zon niet volledig verduistert, verhullen rajas en tamas het Zelf niet volledig. Ondanks de beknottende invloed van "onwetendheid" houden we nooit op te bestaan, noch stopt ons bewustzijn over het feit dat we bestaan. Onwetendheid zorgt er simpelweg voor dat we schijnbaar onze ware natuur vergeten. Gezien de effecten van rajas en tamas zou je denken dat we deze twee krachten kwijt moeten zien te raken. Dat is echter niet mogelijk en het is ook niet wenselijk om die effecten teniet te doen.

_____ * _____

Avidya: microkosmische of persoonlijke onwetendheid van het individu over zijn of haar natuur als puur bewustzijn. | Maya: macrokosmische onwetendheid. | Samsara: het wiel van dood en geboorte; verwijst naar het objectgebonden plezier dat we voortdurend najagen in de schijnbaar dualistische realiteit van het wereldse leven.

Vedanta



De Werking van de Gunas

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 10

Het nut van Rajas.

Ook al kan een overmatige hoeveelheid rajas veel onrust veroorzaken in de mind, zonder rajas zouden we niet de fut hebben om ook maar iets voor elkaar te krijgen. Daar het de actieve, creatieve kracht is, hebben we rajas nodig om onze plannen in actie om te zetten en zorg te dragen voor onze verantwoordelijkheden in de wereld. Bovendien is een van de essentiële kwalificaties voor de studie van Vedanta is "mukshutva": een passie voor zelfonderzoek en een brandend verlangen naar "moksha", de ultieme bevrijding.

Het nut van Tamas.

Ook al kan een overmatige hoeveelheid tamas een verwarde mind creëren en ons doordringen van een verzwakkende zelfgenoegzaamheid, we hebben wel de stabiliserende kracht van tamas nodig om onszelf te gronden, praktisch nut te ervaren, goed te kunnen slapen, en om het uithoudingsvermogen te hebben om niet alleen de dagelijks taken af te maken, doch om uiteindelijk net zolang zelfonderzoek te kunnen blijven doen tot we dit volledig geassimileerd hebben, en we de vrijheid bereikt hebben die ons doel is.

Het nut van Sattva.

Een sattvische mind is nodig om succesvol zelfonderzoek te kunnen doen en moet dus gecultiveerd worden. Immers, alleen wanneer de mind rustig is zijn we in staat om de aandacht naar binnen te richten en het Zelf te onderzoeken.

Eens zelfkennis geassimileerd is, is de staat van de mind niet langer van belang in termen van moksha – ultieme innerlijke vrijheid. Het besef dat we meer zijn dan welke staat van de mind ook, is dan krachtig verankerd. We blijven neutraal terwijl we de mind observeren, en zijn ons ervan bewust dat elke staat van de mind weliswaar het Zelf is, doch dat wij als het Zelf altijd vrij zijn van welke staat ook.

Sattvische Rajas.

De energie die achter kalme efficiëntie zit, een gezonde zelfdiscipline en focus, positieve motivatie, noemen we "sattvische rajas". Deze energie zorgt voor een mind die graag excelleert zonder perfectionistisch te zijn. Zonder rajas zouden we niet de drive hebben om ook maar iets te doen. We zouden "spaced out" zijn met een teveel aan sattva, of zo tamasisch dat we niet uit ons bed kunnen komen. Sattvische rajas zorgt voor een rustige uitgebalanceerde ongehaaste productiviteit, competentie, professionalisme, georganiseerdheid. Het is nodig voor elke actie die vaardigheden vereist zonder het neurotische, obsessieve en zenuwachtige gedrag dat typisch is voor ongebalanceerd rajas.

Niet alle verlangen en passie is negatief. Krishna zegt: "Ik ben het verlangen dat niet in tegenspraak is met dharma". We hebben een krachtig verlangen, een krachtige vasana, nodig voor het vinden van de waarheid, en om succesvol zelfonderzoek te kunnen doen.

Vedanta



De Werking van de Gunas

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 11

Hoe onwetendheid zich uit onder invloed van elk van de Gunas.

Het TAMASISCHE aspect van onwetendheid uit zich in het niet kunnen vatten dat we puur bewustzijn zijn.

Het RAJASISCHE aspect van onwetendheid uit zich in de onjuiste aanname dat objecten echt zijn.

Het SATTVISCH aspect van onwetendheid uit zich in indirecte kennis van het Zelf. We zien dan de reflectie van het Zelf aan voor het Zelf – helder, mooi, vredig.

Gunas en de analogie van de drie emmers.

Drie emmers gevuld met water staan voor een witte buitenmuur, waarbij elke emmer een bepaalde guna vertegenwoordigt. Zonlicht weerkaatst op het oppervlak van het water en werpt een beeld op de muur. Stel dat ons nu gevraagd zou worden om de ware natuur van de zon te bepalen aan de hand van de drie gereflecteerde beelden die we op de muur zien.

1 – DE EERSTE EMMER (symbool voor een TAMASISCHE MIND) bevat troebel water dat het zonlicht volledig absorbeert. Bij deze emmer wordt geen enkel beeld op de muur gereflecteerd.

2 – DE TWEEDE EMMER – (symbool voor een RAJASISCHE MIND) bevat helder water. Een zacht briesje doet het wateroppervlak rimpelen en reflecteert een beweeglijk beeld op de muur dat schittert en heen en weer schiet.

3 – DE DERDE EMMER (symbool voor een SATTVISCH MIND) bevat helder, stilstaand water. Het beeld dat op de muur gereflecteerd wordt is helder en stabiel. Het beeld dat door het water in emmer drie gereflecteerd wordt op de muur is dan wel niet de zon zelf, maar is van de drie emmers wel de meest accurate reflectie van de zon.

Net zo werkt het bij de reflectie van puur bewustzijn. Puur bewustzijn is te subtiel om door een lethargische mind opgemerkt te kunnen worden en zal als een dansende energie verschijnen in een overactieve mind. In een heldere, pure mind zal het "licht" van de onbegrensde non-duale natuur van puur bewustzijn daarentegen het meest accuraat gereflecteerd worden. Alleen in een sattvische of heldere mind kan de "akhandakara-vritti" – de gedachte "ik ben onbegrensd, actieloos, non-duaal puur bewustzijn" – verschijnen. Ook al is zo'n "ervaring van het Zelf" nog geen verlichting, het kan wel tot verlichting leiden als het intellect deze kennis kan assimileren.

Angst (tamas) en verlangen (rajas) zijn hetzelfde, doch anders. "Angst" is een negatief verlangen en "verlangen" is een positieve angst. Als je iets wilt, dan is er een angst dat je het niet zult krijgen en als je het krijgt, is er de angst om het kwijt te raken. Daar de mind van een werelds individu niet meer is dan de dingen die het heeft en de dingen die het niet heeft, is de mind altijd in de ban van angst en verlangen. Beide vertegenwoordigen "onwetendheid". Onwetendheid is niet onwetendheid over dingen, doch onwetendheid over de volheid van onze eeuwige vrije natuur.

Vedanta



De Werking van de Gunas

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 12

De schaduwzijden van Sattva.

Ironisch genoeg is ook een overmaat aan sattva niet goed. Een sattvische mind is weliswaar ideaal voor zelfonderzoek, doch er kleven ook nadelen aan.

1 – VERLEIDELIJK OM IN SATTVISCHER ERVARINGEN TE BLIJVEN STEKEN.

Een sattvische mind is een pure mind, die werkt als een heldere spiegel waarin de reflectie van het Zelf kan verschijnen. Als we een glimp van deze reflectie opvangen dan is de waarde van die ervaring niet de ervaring op zich, doch de kennis die de ervaring ons oplevert. Wanneer die kennis onderworpen wordt aan grondig zelfonderzoek en het begrip waartoe dat leidt volledig geassimileerd wordt, dan is de ervaring waardevol in termen van "moksha", ultieme bevrijding.

Wordt de ervaring echter alleen gewaardeerd om de ervaring op zich, bijvoorbeeld een transcendent geluksgevoel, een gevoel van eenheid, dan zal de ervaring – hoe extatisch of overrompend ook – uiteindelijk weer verdwijnen, zoals het geval is bij eender welke ervaring.

Het grootste probleem voor iemand met een bovenmatig sattvische persoonlijkheid is dat hij of zij zodanig tevreden raakt met ervaringsgericht geluk dat de persoon erin vast komt te zitten, geen vooruitgang meer maakt met zelfonderzoek, en zich meestentijds zodanig goed voelt dat er geen verlangen meer is naar totale vrijheid.

Er wordt niet gezien dat het niet uitmaakt wat de staat van de mind van de persoon is, daar het Zelf de getuige is van elke staat zonder er door beïnvloed te worden. Kortom, zolang een persoon verslaafd is aan sattva, is hij of zij nog steeds geïdentificeerd met "ervaring" en "de ervaarder".

2 – SATTVISCHER ERVARING ZONDER ZELFONDERZOEK LAAT VASANAS ACHTER DIE AANSPOREN TOT HERHALING VAN DE FIJNE ERVARING.

Als een sattvische ervaring slechts als fijne ervaring gezien wordt, zal dat een verlangen doen ontstaan naar meer van dergelijke ervaringen of "nog betere" ervaringen. Daar een sattvische mind vatbaar is voor "spirituele" ervaringen, kan een persoon met een sattvische gemoedsgesteldheid verslaafd raken aan de "entertainment waarde" van dit soort ervaringen, waardoor hij of zij zich niet bewust richt op het aandachtig onderzoeken van de kennis die in het fenomeen besloten ligt. De persoon wordt afgeleid van het pad naar vrijheid.



De Werking van de Gunas

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 13

3 – HET ONTSTAAN VAN SPIRITUELE ARROGANTIE.

Er kan zich gemakkelijk een houding van spirituele arrogantie ontwikkelen als we een pure mind gecultiveerd hebben die mystieke ingevingen heeft en er een hoge ethische standaard op na houdt. Er kan een “heiliger dan gij” houding ontstaan met betrekking tot wereldproblematiek en in de interactie met anderen. Zo'n persoon is ervan overtuigd een dieper inzicht te hebben in de betekenis van het leven dan de meeste anderen. Vaak voelt hij of zij een plicht om anderen te healen of anderszins te redden, terwijl er ondertussen een weerstand is tegen deelname aan wereldse zaken.

De spiritueel arrogante persoon neigt zaken te bezien vanuit een ivoren toren van wijsheid, met medelijden voor de arme dwazen die daar beneden door elkaar heen krioelen. De persoon vleit zichzelf graag met zijn of haar “gezegende” situatie. Een dergelijke elitaire houding naar de wereld en andere mensen toe houdt echter slechts het gevoel in stand van afscheiding, individualiteit, en het idee van een bijzondere persoonlijke prestatie of verdienste. Hierdoor kan de persoon niet simpelweg rusten in het onbegrensde, oorzaakloze geluk dat de natuur is van het Zelf.

4 – HET ONTSTAAN VAN EEN NEIGING TOT ZWEVERIGHEID.

Een persoon met een overwegend sattvische mind kan neigen naar vluchtigheid; een gebrek aan gronding. In extase rondlopen kan problematisch zijn voor iemand die nog steeds leeft binnen de context van de maatschappij. Het vasthouden van een baan zal bijvoorbeeld lastig zijn, net zoals het onderhouden van relaties, het nakomen van verantwoordelijkheden en het regelen van de gewone dagelijkse zaken. Zo iemand neigt naar idealisme en gebrek aan gezond verstand.



Het bindende effect van de Gunas

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 14

De gunas worden pas bindend zodra de eeuwige jiva zich identificeert met zijn subtiele lichaam – zijn primaire instrument. Identificatie betekent dat de jiva gelooft het subtiele lichaam te zijn, terwijl de jiva een pure reflectie is van "bestaan/bewustzijn", er niet van afgescheiden is, zoals het licht van de maan niet verschilt van het licht van de zon. Daar de identificatie zo stevig is gelooft de jiva echter dat hij denkt en voelt, en wordt er een verhaal gecreëerd over wat er is gebeurd, wat er nu gebeurt en wat er nog met hem of haar zal gaan gebeuren.

De jiva is onafgebroken in de ban van een gevoel van hulpeloosheid, wat zich manifesteert als een gevoel van minderwaardigheid. Diep van binnen weet de jiva ergens wel dat hij/zij vrij is, en krachtig. Dat het niet zo voelt, is omdat de gunas elke gedachte en elk gevoel dicteren. En zo wordt het onbegrensde, actieloze "bestaan/bewustzijn" schijnbaar een ervarende entiteit.

Het nut van de Gunas – Objectieve factoren.

1 – GUNAS GEVEN STRUCTUUR AAN DE SAMENLEVING (KLASSEN-SYSTEEM).

Het mag dan wel zo lijken dat de moderne democratie er voor gezorgd heeft dat het klassensysteem verouderd is geraakt, het fenomeen "klasse" gaat echter voorbij politiek. Elke maatschappij is georganiseerd op basis van de gunas, die archetypen creëren die samen functioneren teneinde sociale cohesie te doen ontstaan.

Intelligentsia.

Elke maatschappij heeft waarden en ideeën nodig om te overleven. Isvara creëert dus een "intelligentsia-klasse" met individuen die (1) overwegend SATTVISCH zijn, (2) ondersteund door RAJAS, (3) en met een heel klein beetje TAMAS. Daartoe zorgt Isvara ervoor dat er priesters zijn, denkers, wetenschappers, uitvinders, artiesten, onderwijzers, verhalenvertellers, entertainers en opvoeders.

Bestuurlijke & professionele klasse.

Om sociale, politieke en economische structuren te kunnen besturen, de waarden ervan te handhaven en de ideeën ervan toe te passen heeft de maatschappij ambtenaren nodig, en een professionele klasse: politici, politie, militairen, dokters, advocaten etc. Deze klasse wordt (1) overwegend gekenmerkt door RAJAS, (2) ondersteund door SATTVA (helpen, beschermen, in stand houden), en (3) een beetje TAMAS.

Commerciële klasse.

Maatschappijen moeten welvaart creëren, hetgeen vraagt om (1) een overwegend RAJAS, dat gekarakteriseerd wordt door vitale, agressieve, begerige, materialistische, egocentrische individuen met (2) een flinke portie TAMAS en (3) een beetje SATTVA. Denk aan ondernemers, investeerders etc.

Arbeiders- en dienende klasse.

Een samenleving heeft "werkbijeen" nodig, met (1) overwegend TAMAS, (2) gemengd met RAJAS, (3) en een beetje SATTVA. Sociaal en politiek is deze groep conservatief. De mensen waarin tamas domineert hebben weinig verbeeldingsvermogen en zijn niet erg geneigd om initiatief te nemen. Ze zijn trouw tot in het extreme en buitengewoon koppig.

Vedanta



Het bindende effect van de Gunas

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 15

Het nut van de Gunas – Objectieve factoren.

2 – GUNAS BEHEERSEN DE LEVENSCYCLI & OVERGANGSRITUELEN.

Tamas beheerst onze eerste twee levensjaren. Rajas neemt het daarna geleidelijk aan over en brengt ons naar volwassenheid, waarna tamas of sattva begint te overheersen. Als sattva overheerst zullen we spiritueel groeien; als tamas overheerst worden we geleidelijk aan oud en moe.

3 – GUNAS BEHEERSEN DE VORM VAN ONS LICHAAM & ONZE GEZONDHEID.

De gunas beheersen het autonoom zenuwstelsel en alle fysiologische processen, ons bioritme, slaap, seksualiteit en ander activiteiten.

4 – GUNAS CREËREN DE OMSTANDIGHEDEN VAN ONZE GEBOORTE.

We hebben het gezin en de omgeving waarin we geboren werden niet gekozen. De gunas hebben je precies daar neergezet waar je moet zijn. Je kunt wel geloven dat je in een vorig leven iets goed of juist niet goed hebt gedaan en dat je huidige situatie een beloning c.q. afstraffing is, doch je kunt je niets herinneren uit een vorig leven dat de huidige omstandigheden kan verklaren. De "jij" die je denkt geweest te zijn is immers niet aanwezig in dit leven. Eerlijk gezegd weet je niet of je eerder bestond, en Vedanta stelt onomwonden dat het geen enkele zin heeft erover na te denken omdat je nooit eerder bestond!

5 – GUNAS ZIJN BEPALEND VOOR DE VERBINDINGEN MET ANDERE MENSEN.

Individen komen samen op basis van gelijkaardige guna-gerelateerde neigingen.

Het nut van de Gunas – Subjectieve factoren.

1 – GUNAS STUREN DE VERANDERINGEN IN HET SUBTIELE LICHAAM.

Het subtiele lichaam – mind, intellect, ego, zintuiglijke organen – is ons primaire instrument waarmee we "ervaring" en "kennis" opdoen. De wereld verschijnt in het subtiele lichaam als kennis die ervaren wordt. Het subtiele lichaam verschijnt in het Zelf als een ervarings- en kennisinstrument. Feitelijk wordt alles dus ervaren in het Zelf, en is alles dat ervaren wordt alleen maar het Zelf dat zichzelf ervaart. De gunas doen het echter lijken alsof het subtiele lichaam iets anders is dan gereflecteerd puur bewustzijn. Zolang we ons identificeren met onze gedachten en gevoelens zijn we niet in staat om de mind te objectiveren en blijven we vastzitten in de wereld van dualiteit. Met behulp van "triguna vibhava yoga" wordt het mogelijk om objectief te worden over gedachten en gevoelens en te zien dat ons primaire instrument, de mind, onder de controle van de gunas is. Dat maakt het mogelijk de gunas te transcenderen, door (1) de non-duale visie (samadhi), een onthechtheid ten opzichte van ervaring, en (2) een vrij-zijn van acties die voortkomen uit onbevredigdheid. Zolang we nog niet uit de greep van de gunas zijn is het aangewezen om te leren hoe de gunas te identificeren met betrekking tot hun effecten, en deze kennis in ons voordeel te gebruiken.

Vedanta



Het bindende effect van de Gunas

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 16

Het nut van de Gunas – Subjectieve factoren.

2 – GUNAS CREËREN ONZE LEVENSTIJL EN PERSOONLIJKHEID.

Door SATTVAGUNA neigt de mind naar kennis, plezier en schoonheid, en wordt een op kennis gecentreerde infrastructuur voor ons leven gecreëerd. Als je plezier hebt in alleen zijn en eenvoud, dan bestaat er geen twijfel over dat sattva je dominante guna is. Het creëert ook een prettige, soepele persoonlijkheid. Sattvische individuen zijn geaard en tevreden met zichzelf.

Door RAJOGUNA neigt het individu naar talrijke activiteiten. Het verstoort de mind en zorgt voor rusteloosheid. Het individu is voortdurend gericht op het proberen de eigen behoeften bevredigd te krijgen. Het creëert complexe, vaak overweldigende, onhanteerbare levenssituaties, en een persoonlijkheid die naar buiten gericht is, competitief, agressief, behoeftig en hongerig naar macht.

Door TAMOGUNA neigt het individu naar luiheid omdat het rajas en sattva onderdrukt, waarmee een zware, aarzelende, zeurende mind gecreëerd wordt en een donkere, liefdeloze omgeving, ideaal voor inactiviteit. Hierdoor ontstaan oninteressante persoonlijkheden zonder pit. Een mind die verstrikt is in fantasieën, positieve en negatieve, is tamasisch. Fantasie – een compenseringsmechanisme – stelt het individu in staat om in zijn of haar mind voor elkaar te krijgen wat in de echte wereld niet lukt door eigen luiheid en incompetentie.

3 – GUNAS & VASANAS EN SAMSKARAS.

Gunas omvatten vasanas. Vasanas zijn geen acties, doch de geneigdheden, tendensen, die acties creëren. Ze programmeren ons tot voorspelbare gedragingen. Ze zijn verborgen in de onderbewuste mind, het causale lichaam, en zijn niet waarneembaar met de zintuigen, doch verschijnen in het subtiele lichaam als de gedachten en emoties waaruit onze dagdagelijkse ervaringen zijn opgebouwd. Als we ons gedrag willen veranderen dan moeten we werken met onze gedachten omdat deze tot vasanas worden zodra ze onze mind verlaten.

Daar de vasanas opgeslagen zijn in het causale lichaam, dat door de drie gunas gevormd wordt, heeft elke vasana een specifieke “gunakleur”. Sattva kleurt de vasana met bevrediging, rajas met ontevredenheid, en tamas met luiheid.

"Samskaras" zijn vasanaclusters die leiden tot het ontstaan van specifieke gedachtepatronen, emotionele patronen en gedragspatronen. Ze zijn verantwoordelijk voor het ontstaan van archetypen en stereotypen. Astrologie, het enneagram en psychologie zijn rudimentaire pogingen om deze patronen te analyseren.



Het bindende effect van de Gunas

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 17

Het nut van de Gunas – Subjectieve factoren.

4 – GUNAS VERANDEREN OP EEN VOORSPELBARE MANIER.

Gunas worden het “wiel van de tijd” genoemd. Een door gunas gedreven individu is tijdsbewust. Iemand die daarentegen de gunas “voorbij” is – trigunatita – ervaart een spontaan leven, vrij van tijd, ongeacht de transactionele omstandigheden waar hij of zij zich in bevindt. Het alomvattende "wiel van de tijd" draait zonder ophouden in het causale lichaam waar de drie gunas rondwentelen. Het is een kracht die niet te weerstaan is en ons tot handelen aanzet. Als je ooit wel eens het gevoel hebt gehad als een marionet bespeeld te worden door het leven, dan weet je nu waarom dit is.

5 – GUNAS BINDEN ALLES IN DE WERELD AAN AL HET ANDERE IN DE WERELD.

In de macrokosmos zijn de gunas mooie kwaliteiten, die de wereld en de jivas creëren. In het stadium van de creatie is er niemand behalve Isvara, puur non-duaal bestaan/bewustzijn, en Isvara is “trigunatita”, niet beïnvloedbaar door de gunas. Bovendien heeft dualiteit geen betekenis in de macrokosmos, dus bestaat er geen binding.

Zodra echter de “big bang” van de creatie start, materie zich begint te ontwikkelen en de jivas verschijnen, is dualiteit een feit en daarmee binding in overvloed. Alles in de wereld – de schijnbare realiteit – is stevig gebonden aan al het andere in de wereld. We hoeven alleen maar te zien hoe innig rajas en tamas vervlochten zijn en hoe stevig de jiva door de twee gebonden is.

Dit bindingsmechanisme is diep in ons geworteld sinds onze geboorte. Het is de menselijke conditie, en tenzij het wordt blootgelegd door zelfonderzoek en beheerst met behulp van "triguna vibhava yoga", zal het ons tot het einde van ons leven blijven frustreren. Het feit dat het een diep geworteld mechanisme is betekent dat het niet aan de orde is om onszelf iets te verwijten en ons schuldig te voelen. Ieder van ons heeft te dealen met dit frustrerende psychologische mechanisme.

*

Trigunatita: “voorbij de gunas”, “meer dan de gunas”. Als onwetendheid (avidya) over onszelf als puur bewustzijn verwijderd is door zelfkennis, blijft "maya" (macrokosmische onwetendheid en zijn effecten) nog steeds aanwezig. De gunas blijven doorgaan met het conditioneren van het subtiele lichaam (de “persoon”), doch hebben hun bindend vermogen verloren daar de "doener" als "niet echt" onmaskerd is door zelfkennis. | **Transactioneel:** door middel van een transactie; de oorzaak is dus niet het een of het ander, maar hoe zij elkaar over en weer beïnvloeden.

Vedanta



Het bindende effect van de Gunas

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 18

Hoe de Gunas ons binden in de praktijk van het dagelijkse leven.

1 – WE ZIJN GEBONDEN DOOR ONZE GEHECHTHEID AAN RESULTATEN.

Jivas – gecreëerd door rajas – zijn van nature "doeners". Ze doen acties omdat ze de resultaten van die acties willen ervaren. Jivas hebben resultaten nodig om zich goed te voelen. Ze zijn eeuwigdurend onbevredigd omdat ze zich niet compleet voelen, dus hoe kunnen ze zich goed voelen? Als ze krijgen wat ze willen dan voelen ze zich fijn. Ze concluderen vervolgens dat het object zorgt voor het plezier dat ze ervaren en raken afhankelijk van het object.

2 – WE ZIJN GEBONDEN DOOR ONZE GEHECHTHEID AAN RELATIEVE KENNIS.

Relatieve kennis is kennis over objecten. De wereld is niets anders dan objecten. Om succesvol te zijn in het verkrijgen van objecten moet de jiva weten wat de regels zijn waar objecten door beheerst worden. Een slager moet kennis hebben van de anatomie van een koe, want anders zou hij zijn werk niet kunnen doen. Een leraar heeft kennis nodig over hoe te onderwijzen, een verkoper over psychologie opdat hij mensen dingen kan verkopen.

3 – WE ZIJN GEBONDEN DOOR ONZE GEHECHTHEID AAN GEDACHTEN/EMOTIES.

Elke guna produceert haar eigen specifieke gedachten en emoties. De gunas zijn krachten in ons onderbewustzijn – buiten de grenzen van ons primaire instrument (het subtiele lichaam) – die hun eigen werking hebben en die losstaan van onze wensen. Ze creëren onze gedachten en binden ons aan ze. Als je de controle over je toekomst wilt hebben dan moet je controle over het denkproces zien te krijgen. Als je het overlaat aan de gunas kan er van alles gebeuren.

RAJAS dominant in de mind → onze ervaring wordt geïnterpreteerd door onze verlangens, hetgeen de waarheid verduistert.

TAMAS dominant in de mind → onze ervaring wordt geïnterpreteerd door onze angst, en ook dit verduistert de waarheid.

SATTVA dominant in de mind → onze ervaring wordt geïnterpreteerd door de waarheid.



Vier stadia in de Gunateaching

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 19

1 – Gunateaching gericht op doeners (karmi's).

De gunateachings zijn ook interessant voor diegenen die nog volop in de wereld staan, "karmi's", en niet voor moksha – de ultieme innerlijke bevrijding – gaan. Als karmi gebruik je de kennis van de gunas om bepaalde dingen te bereiken in de wereld, te krijgen wat je wilt. Kennis van de gunas kan bereikt worden zonder het Zelf te realiseren en kan gebruikt worden om een beter leven te leven. Het is, met andere woorden, mogelijk om de gunateaching los te koppelen van Vedanta en het als een op zich staand instrument te zien, handig bijvoorbeeld voor human resources professionals, maar ook voor psychologische counseling en aanverwante therapieën.

2 – Guna-teaching gericht op de toepassing van Karma Yoga.

Als karma yogi kun je eigenlijk pas goed begrijpen wat "het opgeven van de resultaten van je acties" betekent, zodra je begrijpt hoe het dharmaveld werkt. De karma yogi gebruikt hiertoe de guna-teaching om de mind te zuiveren en de conditioneringen te identificeren die in het spel zijn. Dit is de meest krachtige manier om te doorzien dat de doener "niet-echt" is, dat deze zelf geen enkele regie heeft over wat er gebeurt, en volledig gestuurd wordt door gunas en vasanas.

3 – Guna-teaching gericht op onderscheid “Zelf” en “Niet-Zelf”.

Als de mind eenmaal puur is, wordt zelfkennis gebruikt om het Zelf te onderscheiden van het niet-Zelf; we beseffen dat wij niet onze conditionering zijn. Dit is het stadium waarin veel hoog gekwalificeerde zelfonderzoekers, als hun begrip over de gunas nog niet 100% is, vast komen te zitten in de meest subtiele van alle teachings, namelijk die over de relatie tussen puur bewustzijn en Isvara, jiva en jagat.

Het is belangrijk om te onthouden dat het niet werkt om "satya" (puur bewustzijn) te projecteren (superimpositie) op "mithya" (Isvara, jiva en jagat). Bij superimpositie blijft er slechts sprake van indirecte kennis, ondanks het feit dat we weten wat het Zelf is. Het Zelf lijkt dan nog steeds een object te zijn, dat we denken te moeten krijgen of bereiken, of we blijven wachten tot we die “allerlaatste ervaring” krijgen die zal bewijzen dat we puur bewustzijn zijn. "Directe kennis" en "zelf-actualisatie" is het moeilijkste deel. Een volledig begrip van de eenheid (aikyam) Isvara-jiva-jagat en de gunateaching is hiervoor essentieel.

4 – Overstijging van de Gunas.

In dit laatste stadium heeft zelfkennis onze onwetendheid over onze ware natuur volledig teniet gedaan en weten we met absolute zekerheid dat we niet de gunas zijn. Kennis en onwetendheid zijn beide “verdwenen”; het zijn simpelweg objecten die door ons gekend worden. Alleen “IK”, het Zelf, blijft over. Dit is "moksha".

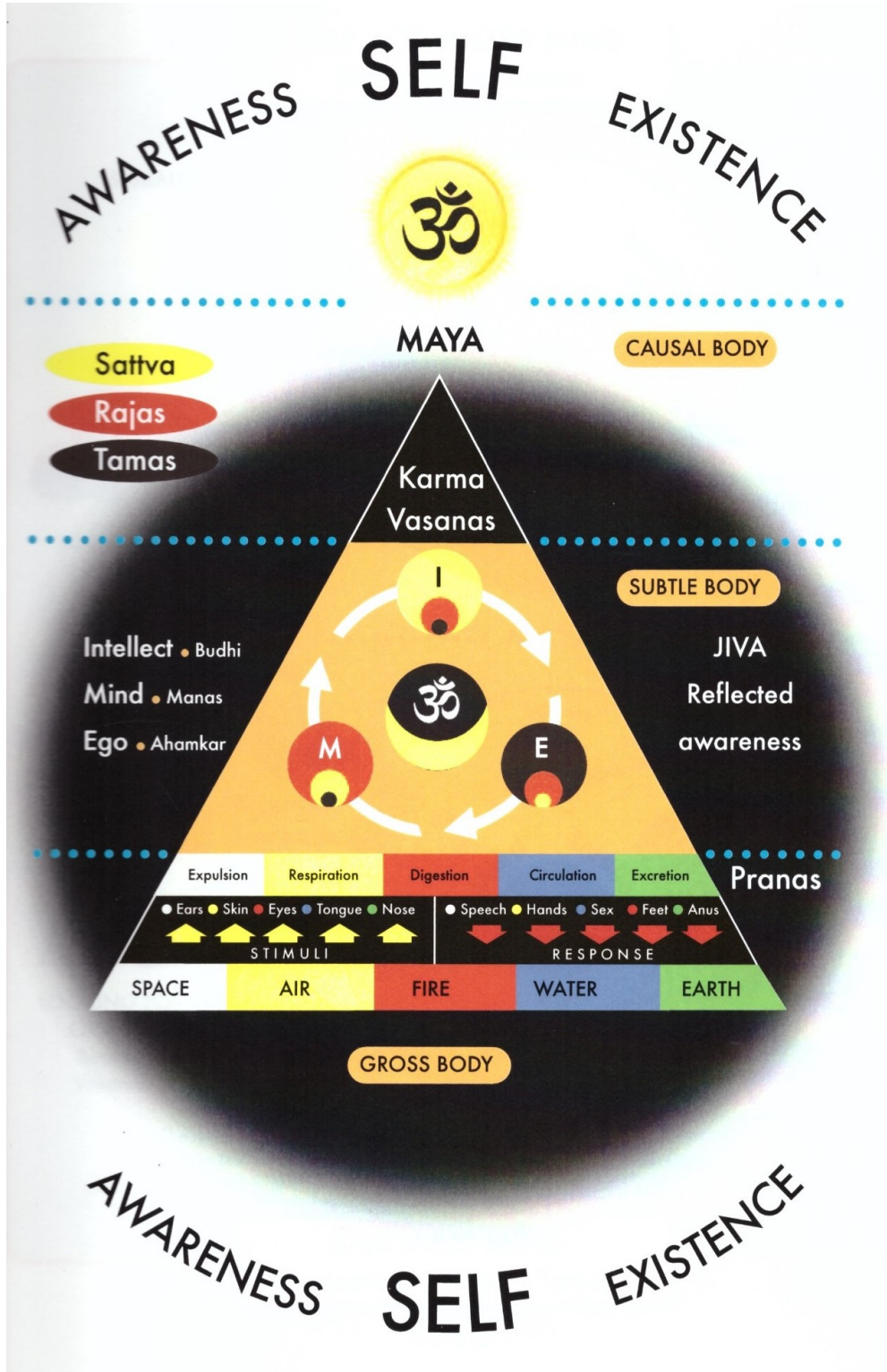
_____ *

Jagat: de wereld; kosmos; universum. | **Dharmaveld:** het geheel van onpersoonlijke fysieke, psychologische en ethische wetten (de natuurlijke orde) dat ten grondslag ligt aan de werking van het manifeste universum. De gunas zijn de componenten die het dharmaveld vormen.

Vedanta



Vier stadia in de Gunateaching
 Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 20 – gunas – de drie basisenergieën | pag. 20



Vedanta