



-23- JNANA YOGA – KENNIS YOGA

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 1



Jnana Yoga – Pad & Instrument.

Jnana: "kennis". Kennis van de ultieme realiteit, het absolute, Brahman.

- (1) Het "pad van kennis"; een pad voor mensen die contemplatief van aard zijn, en overwegend sattvische vasanas hebben.
 - (2) Instrument waarmee de ware aard van het Zelf onthuld wordt via een systematische analyse van onze eigen ervaringen, door de toepassing van verschillende onderzoeksmethoden (prakriyas).
- (3) Voortdurende contemplatie op de natuur van het Zelf, zoals onderwezen in de upanishads.

Jnana yoga berust op de kracht van het intellect om te kunnen onderscheiden, onderzoeken, analyseren, en verandering te bewerkstelligen. Ze maakt het intellect los van het ego en traint het zich te identificeren met het Zelf, te denken vanuit het Zelf. Met behulp van de Vedantische geschriften wordt steeds onderscheid gemaakt tussen het Zelf (puur bewustzijn) enerzijds, en de objecten die erin verschijnen anderzijds. Denken vanuit het perspectief van het Zelf betekent dat de "onpersoonlijke waarheid" de basis wordt van de gedachtenwereld van de onderzoeker, niet het "persoonlijke vooroordeel".

De basis van jnana yoga is het onderscheid maken tussen:

- dat wat echt en dat wat niet echt is;
 - subject en object;
 - Zelf en niet-Zelf;
 - de ziener en dat wat gezien wordt.

Jnana yoga neutraliseert voorkeuren en weerstanden voordat ze de kans hebben om acties te worden die een respons van het veld opwekken.

Vaak gehoorde kritiek op Vedanta is dat zij puur intellectueel en analytisch zou zijn, dat ze geen belang hecht aan ervaring, nadruk legt op ideeën, en emoties links laat liggen. Kortom, dat ze zich richt op het hoofd, ten koste van het hart. Daar zelfonderzoek en intellect beide kennisinstrumenten zijn is het ontegenzeggelijk waar dat de Vedantische methode van onderricht gericht is op de mind. Deze focus reduceert zelfonderzoek echter nog niet tot slechts een intellectuele inspanning.

Vedanta is niet tegen "ervaring", doch stelt slechts dat verlichting niet gedefinieerd kan worden in termen van ervaring. Hoe immers kan het Zelf beschreven worden terwijl het geen kenmerkende eigenschappen heeft? De validiteit van "ervaring" in termen van "verlichting/bevrijding" ligt niet in de gevoels- of emotionele betekenis van de ervaring zelf, doch in de kennis die uit de ervaring gedestilleerd kan worden door een accurate analyse van die betreffende ervaring.

Vedanta



Superimpositie en negatie – adhyaropa apavada

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 2

— De Vedantische analyse-methodiek van jnana yoga —

Adhyaropa Apavada – Kern van de Vedantische methode van analyse.

De kern van de Vedantische methode van analyse wordt Adhyaropa Apavada genoemd, de analyse van "superimpositie en negatie". Deze methode verleent aanvankelijk een mate van validiteit aan hoe dingen lijken te zijn binnen de dualistische context van de schijnbare realiteit (superimpositie), om vervolgens via een logisch stapsgewijs proces te zorgen voor negatie van deze schijnbare realiteit, waarmee de onderliggende waarheid wordt onthuld. Door de onweerlegbare logica van deze techniek wordt de conditionering van de mind gedeconstrueerd, en onwetendheid (avidya) verwijderd. Dit proces werkt via de negatie van een aanname, waardoor een onderliggende laag verschijnt die vervolgens weer tot haar essentie teruggebracht wordt (negatie van deze laag enzovoorts). Uiteindelijk lossen alle diepere lagen op in puur bewustzijn, de ultieme oergrond van alle verschijnselen.

VB: We kijken naar een katoenen shirt en erkennen in eerste instantie de realiteit ervan. Als we het shirt echter nader analyseren moeten we toegeven dat de vorm van het shirt afhankelijk is van katoenen draden, zonder welke er geen katoenen shirt is. De katoenen draden worden als subtieler gezien dan het shirt, omdat ze kleiner zijn en "basaler", in die zin dat een shirt alleen een shirt is als het een shirt is, terwijl de katoenen draden tot allerlei vormen geweven kunnen worden, niet alleen tot shirt, maar ook tot broek, ondergoed, beddengoed etc. Als we de onderliggende lagen analyseren dan lossen de katoenen draden op in katoenvezels, en daarna opeenvolgend in pluis – atomen – subatomaire deeltjes – en zo verder totdat alles oplost in het niet-manifeste. Uiteindelijk is ook het niet-manifeste een gekend object dat oplost in een nog subtielere en meer aldoordringende onderlaag, puur bewustzijn, die niet verder meer kan worden opgelost in een nog subtielere laag.

Elk object is voor zijn bestaan afhankelijk van de parameters "tijd" en "ruimte", doch tijd en ruimte zijn zelf ook objecten en hun bestaan is dus weer afhankelijk van een nog subtielere en doordringender onderlaag waarbinnen de begrenzingen van deze concepten waargenomen kunnen worden. En daar "bewust bestaan" – puur bewustzijn – het enige onbegrensde fenomeen is dat er is, moet "onbegrensd bewust bestaan" de fundamentele realiteit zijn. Zo lost elk herkenbaar object (grootstoffelijk en subtiel) op in puur bewustzijn, hetgeen puur bewustzijn onthuld als de oergrond van "bestaan".

— * —

Negatie: hiervan is sprake wanneer de wereld en het individu worden gekend als projecties van onwetendheid, waarmee ze doorzien worden als niet-echt (hetgeen overigens niet betekent dat de wereld en het individu niet meer waarneembaar zijn voor de zintuigen). | **Superimpositie:** projectie van het ene over het andere heen. Ook genoemd: Adhyaropa of Adhyasa. Er is sprake van superimpositie wanneer wat echt is verward wordt met wat schijnbaar echt is; het subject wordt verward met het object. Het projecteren van een subjectieve waarde op een object verschijnt in twee vormen: (1) een bepaald object voor iets anders aanzien, en (2) een waarde toevoegen aan een object die niet inherent is aan de natuur van dat object. | **Echt:** dat wat altijd aanwezig is en onveranderlijk.

Vedanta



Superimpositie en negatie – adhyaropa apavada

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 3

————— *De Vedantische analyse-methodiek van jnana yoga* —————

Bijzonder aan de methodologie van de teaching over "superimpositie en negatie" is dat deze het de leraar mogelijk maakt de student te ontmoeten op het begripsniveau waar deze op enig moment is, en de student van daaruit stapsgewijs naar de ontdekking van de eigen ware natuur te leiden.

Studenten beginnen hun zelfonderzoek steevast vanuit de aanname dat de realiteit een dualiteit is en dat zijzelf een afgescheiden entiteit zijn, uniek en wilskrachtig. In dit geval is het zeer ineffectief om de student simpelweg te vertellen dat: (1) Hij of zij "heel en compleet, onbegrensd, actieloos, aldoordringend, altijd-aanwezig, non-duaal, puur bewustzijn" is; (2) Alles volledig perfect is exact zoals het is; (3) Hij of zij geen enkele reden heeft om te lijden of verdrietig te zijn, en dat het simpelweg alleen nodig is om "wakker te worden" zodat het kwartje kan vallen, waarmee de zoektocht ten einde is en een zorgeloos leven tegemoet gezien kan worden.

De student is nog niet klaar om deze waarheden direct te begrijpen, anders zou hij of zij immers niet meer aan het zoeken zijn. Om aan te kunnen sluiten bij waar de student is, gaat Vedanta daarom eerst mee in het – onjuiste – geloof dat het dualistische manifeste universum een realiteit is en accommodeert zij de student terwijl deze het idee over zichzelf heeft incompleet, "niet goed genoeg" te zijn, en tegelijkertijd de ervaringen heeft die daar onvermijdelijk mee samengaan.

Vervolgens wordt de student uitgenodigd de logica van de analyses die Vedanta aanbiedt toe te passen op zijn of haar eigen ervaringen, ervaringen die de student nooit eerder op waarheid onderzocht, c.q. die onjuist geïnterpreteerd werden. Hierdoor worden de onjuiste perspectieven van de student systematisch doorprikt en wordt steeds een nog diepere onderliggende waarheid onthuld, waarna ook deze onderlaag weer geanalyseerd wordt etc. net zolang tot uiteindelijk de essentiële aard van de student naar voren komt, waardoor elke twijfel in zijn of haar mind geëlimineerd raakt en hij/zij met een rotsvast vertrouwen in de eigen identiteit als puur bewustzijn kan staan.

Op deze manier wordt de realiteit getoond aan de student, in plaats dat "erover verteld" wordt, en dat maakt het hem/haar mogelijk zich de kennis zelf toe te eigenen. Er hoeft dus niet zomaar geloofd te worden wat er verteld wordt.

Vedanta



Superimpositie en negatie – adhyaropa apavada

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 4

— De Vedantische analyse-methodiek van jnana yoga —

De twee typen Superimpositie

1 – ONGECONDITIEERDE SUPERIMPOSITIE. Een goede illustratie van ongeconditioneerde superimpositie is de analogie van de vermoeide reiziger die in de schemering bij een waterput tot zijn grote schrik een opgerold touw aanziet voor een slang. Vanaf het moment dat hem verteld is dat het geen slang is doch een touw, is het niet meer mogelijk voor de man om dezelfde fout te maken, daar de “slang” verdwenen is.

De implicatie van deze teaching met betrekking tot zelfonderzoek is dat je jezelf niet langer als “niet goed genoeg”, incompleet of begrensd kan beschouwen als je eenmaal weet dat je heel, compleet en aldoordringend bent.

2 – GECONDITIEERDE SUPERIMPOSITIE. Een goede illustratie van geconditioneerde superimpositie is de analogie van de vader en zoon die een luchtspiegeling tegenkomen tijdens hun tocht door de woestijn. De zoon rent er direct op af in de veronderstelling zijn dorst te kunnen lessen. De vader wordt niet voor de gek gehouden door de schijnbare verschijning van water omdat hij weet dat deze niet echt is.

Implicatie van deze teaching met betrekking tot zelfonderzoek is dat zelfs nadat sprake is van zelfrealisatie, de wereld – de schijnbare realiteit – blijft verschijnen. De macrokosmische mind is namelijk onveranderd, de wereld draait door zoals gebruikelijk, net zoals een stoel een stoel blijft. En jij als "puur bewustzijn" hebt nergens een probleem mee. Dualiteit (onwetendheid over je ware natuur) is alleen dan een probleem wanneer je niet weet wat het is. De luchtspiegeling ontstaat door bepaalde condities.

De assimilatie van zelfkennis kan het ervaren van de schijnbare realiteit dus niet stopzetten. Het plaatst de ervaring simpelweg in het juiste perspectief en bevrijdt ons – puur bewustzijn – van onze schijnbare identificatie met de ervaring en het daaruit voortvloeiende existentiële lijden.

De wetenschap dat wij de bron van alle geluk zijn en dat geen enkel object iets aan onze essentiële natuur kan toevoegen, kan afdoen, of er anderszins iets aan zou kunnen veranderen, maakt het mogelijk voor ons om een plezierige interactie met de schijnbare objecten hebben, zonder dat we vinden dat die objecten ons plezier moeten opleveren.

Anders gezegd, we hoeven de wereld van de ervaringen niet af te zweren, of te streven naar een specifieke staat van de mind. We zijn vrij om een schijnbare individuele persoon te zijn, terwijl we tegelijkertijd “kijken” vanuit het perspectief van puur bewustzijn. Dit is wat "moksha" betekent, bevrijding van afhankelijkheid van objecten voor ons geluk, "ultieme innerlijke vrijheid".

Vedanta



Superimpositie en negatie – adhyaropa apavada

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 5

— De Vedantische analyse-methodiek van jnana yoga —

Viveka – de praktijk van de kennis die onderscheid maakt tussen dat wat echt is en dat wat schijnbaar echt is.

Viveka verwijst naar het onderscheid waarmee superimpositie ontmanteld wordt. Zolang het Zelf niet gekend wordt, nemen we ons fysieke, subtiele en causale lichaam voor waar aan. Dit veroorzaakt ons lijden, daar deze lichamen slechts schijnbaar echt zijn. De realiteit – puur bewustzijn/het Zelf – is altijd aanwezig en onveranderlijk. De drie lichamen zijn “niet-Zelf”. Zij dienen gezien te worden voor wat ze zijn – de superimpositie dient ontmanteld te worden – totdat uiteindelijk elke identificatie ermee opgelost is. Identificatie met het "schijnbaar echte" – en de afhankelijkheid ervan – staat identificatie met dat wat "echt" is in de weg.

Vaak wordt verwezen naar de drie lichamen als “lagen” die het Zelf verbergen of bedekken. Feitelijk is het Zelf echter een vanzelfsprekendheid, het is altijd aanwezig, onveranderlijk, en kan het door niets bedekt worden. Gehechtheid aan gedachten, gevoelens en lichamelijke sensaties houdt onze aandacht gevangen in plaats van gefocust op het Zelf.

VB: Ook al kun je de woorden op deze pagina niet lezen zonder dat je de pagina ervaart, je focus bij het lezen ligt op de woorden en zorgt ervoor dat de aanwezigheid van de pagina niet waargenomen wordt.

De ontmanteling van superimposities waar Viveka op doelt is geen intellectueel gebeuren. Simpelweg stellen dat iets "niet echt" is, is slechts een voorbereidende stap. Je moet oprecht willen dat de vasanas je niet meesleuren in ervaringen, net zolang tot ze je niet meer binden. Ook al weet je zelf heel goed wie je bent en wie of wat je niet bent, je vasanas weten dat niet. En zelfs als ze het zouden weten dan zou het onwaarschijnlijk zijn dat ze zichzelf zouden elimineren. Je moet dat zelf doen, en daar is niets intellectueels aan. Viveka is een praktische, ervaringsgerichte methode die kwantificeerbare ervaringsgerichte resultaten voortbrengt. Elke keer dat je het niet-Zelf doorziet als "niet echt", zijn vrede en geluk het gevolg.

Atma Anatma Viveka.

Bij Atma-Anatma-Viveka wordt onderscheid gemaakt – viveka – tussen het Zelf (atma) en het niet-Zelf (anatma), tussen wat "echt" en wat "niet-echt" is. Deze fundamentele teaching gebruikt de analytische methodologie van "superimpositie en negatie", met als doel de ware aard van het schijnbare individu te onderzoeken.

Het schijnbaar begrensde individu blijkt dan "onbegrensd puur bewustzijn" te zijn. Alle prakriyas (teachings) die Vedanta gebruikt zijn in principe variaties van atma-anatma-viveka – onderscheid maken tussen Zelf en niet-Zelf – en dienen om dezelfde essentiële waarheid te onthullen, namelijk dat we "heel" en "het geheel" zijn, "onbegrensd, actieloos, puur bewustzijn".

Vedanta



Indirecte Kennis versus directe kennis

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 6

- Indirecte kennis: “ik ben bewust van het feit dat het Zelf bestaat – dat het onbegrensd puur bewustzijn is – en dat het vanzelfsprekend is.”
 - Directe kennis: "ik ben onbegrensd, non-duaal, gewoon, actieloos, onbekommerd puur bewustzijn".
-
- Indirecte kennis: er wordt naar puur bewustzijn gekeken vanuit het subtiele lichaam (mind, intellect, ego).
 - Directe kennis: er wordt naar puur bewustzijn gekeken als puur bewustzijn. Vanuit het perspectief van puur bewustzijn gezien verschijnt het subtiele lichaam erin als een object.

Indirecte kennis kan ons niet bevrijden, directe kennis is bevrijding.

Indirecte kennis kan ons niet bevrijden, daar deze kennis geen einde maakt aan het feit dat we het subtiele lichaam (mind, intellect, ego) als echt blijven zien. Anders gezegd, we blijven kijken vanuit het perspectief van het subtiele lichaam. Zolang onze kennis indirect blijft zullen we puur bewustzijn blijven zoeken in de vorm van een “verlichtings-ervaring” en denken dat deze onze zoektocht zal beëindigen. Sommigen denken “verlicht” te zijn doordat ze intellectueel begrijpen hoe het in elkaar zit. Ons lijden zal echter intact blijven zolang onze kennis indirect is.

Directe kennis “over” het Zelf is niet mogelijk, omdat het Zelf niet iets is dat “ver weg” is. Het voorzetsel “over” impliceert dualiteit. Zelfonderzoek zet indirecte kennis om in directe kennis. Het hanteert een logica die het helder maakt dat het Zelf niet iets buiten ons is dat we kunnen bereiken, doch dat het is wie we zijn.

Een man zonder spiegel was de hele wereld afgereisd en had een interessant fenomeen opgemerkt. Overal waar hij kwam, zag hij dat mensen hoofden hadden. Het leek hem wel wat om zelf ook een hoofd te hebben, dus ging hij op bezoek bij God, met wie hij een goede relatie had. God was blij de man te zien en vroeg hem naar de reden van zijn bezoek. Die antwoordde dat hij graag zou willen dat God – de almachtige – hem een hoofd zou geven. God was verbluft door het verzoek en kon alleen maar antwoorden dat dit zijn macht te boven ging. Hij zag de teleurstelling op het gezicht van de man en voelde zich gedwongen een uitleg te geven opdat de man niet zou vertrekken met een verloren vertrouwen in de Almachtige. “Ik kan je een plat hoofd geven”, zei God, “of een dat vierkant is; ik kan je een hoofd geven zo groot als een lichtlampje of een zo groot als de maan; ik kan je zelfs tien hoofden geven als je wilt; maar ik kan je niet datgene kan geven wat je alreeds hebt.”

Kennis is dus het instrument dat nodig is! De man zonder spiegel had natuurlijk geen hoofd nodig, hij had simpelweg de kennis nodig dat hij er al een had. Kennis was de enige manier waarmee hij zijn probleem kon oplossen. Precies zo werkt het bij ons als het gaat om onze zoektocht naar de bron van het geluk. Ons probleem is er niet een van "ervaring", doch van onwetendheid. We hebben al vaak geluk ervaren, en feitelijk kwam die ervaring direct van de ware bron van geluk. Er is simpelweg sprake van onwetendheid over wat die ware bron is. Alleen kennis kan onwetendheid teniet doen.

Vedanta



Teaching 1 – Analyse van oorzaak en gevolg

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 7

Alles in het universum wordt gevormd door één enkele oorzaak.

Als alles in het universum gevormd wordt door één enkele oorzaak – onbegrensd puur bewustzijn – dan is alles in het universum "onbegrensd puur bewustzijn". Dus als je de essentie van één ding kent, weet je wat de essentie van alles is. Om te weten wat zout water is hoef je immers niet de zeven zeeën leeg te drinken; je hoeft slechts van één een slok te nemen.

Het resultaat van de Vedantische "analyse van oorzaak en gevolg" is de realisatie dat ik onbegrensd puur bewustzijn ben en dat het hele universum niet van mij gescheiden is.

Om te creëren is een oorzaak nodig.

Metafoor: om een pot te maken heb je klei nodig en een pottenbakker (iemand met het idee en de energie om van de klei een pot te maken).

Als we spreken over het geheel van het "bestaan", dan zeggen we dat de oorzaak ervan puur bewustzijn is. Onze metafoor schiet tekort als we deze proberen toe te passen op "puur bewustzijn" en op "bestaan", daar puur bewustzijn non-duaal is. In de metafoor zijn de pottenbakker en de klei twee verschillende dingen. Het ene levert de substantie en het andere de intelligentie en de energie. Puur bewustzijn kan echter niet in tweeën gesplitst worden, en moet dus op een andere manier creëren. Het moet zowel oorzaak als effect zijn, "pottenbakker" en "pot".

Wanneer iets gecreëerd wordt, ondergaat de substantie normaliter een verandering. Als we bijvoorbeeld glas willen maken dan beginnen we met zand, passen hitte toe en verkrijgen zo uiteindelijk glas. Puur bewustzijn "creëert" echter door schijnbaar een vorm aan te nemen, zonder de eigen natuur op te geven. In het glas kun je geen zand vinden omdat het zand in glas is veranderd, maar puur bewustzijn kun je altijd in alles vinden.

Creatie LIJKT dus alleen maar iets anders te zijn dan puur bewustzijn.

Als je aan het dromen bent, dan ben je puur bewustzijn dat de droomwereld observeert die aan je eigen bewustzijn ontsproten is. Jij bent de substantie van de droom, de intelligentie die de droomwereld creëert, en de energie die ervoor zorgt dat de droom ontstaat. Jij bent het subject en het object, de oorzaak en het effect. Daar je de oorzaak bent, raak je op geen enkele manier aangedaan door het effect. Het effect is afhankelijk van jou, doch jij bent niet afhankelijk van het effect.

Het web van de spin is de spin, doch de spin is niet het web. Klei is vrij van de pot, doch de pot is niet vrij van de klei. Verlichting is de realisatie van dit feit.

Vedanta



Analyse van oorzaak en gevolg

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 8

Het effect – de creatie – terugbrengen naar de oorzaak ervan.

De creatie bestaat uit de vasantas, mind, intellect, ego, de vijf fysiologische systemen, de vijf zintuiglijke organen, de vijf zintuiglijke instrumenten, en de grofstoffelijke elementen. Het is een constante, veranderende “flow”, en als je erin meegeleurd wordt dan zul je zeker lijden. Als je eruit wilt komen door iets te “doen”, dan zal dat niet lukken, omdat het er niet werkelijk is. Je bent er dus feitelijk niet “in”, ook al geloof je dat dat wel zo is. Als de Vedantische leringen leidend zijn in je onderzoek, dan zul je het probleem naar de oorzaak ervan te rug kunnen brengen en die oorzaak vervolgens weer naar puur bewustzijn. Elk probleem is een schijnbaar probleem, nooit een echt probleem.

Puur bewustzijn is de natuur van het Zelf.

De natuur van VUUR is HITTE. Als je de natuur van iets weghaalt, dan houdt het op te zijn wat het is. Haal de hitte van vuur weg en het vuur is geen vuur meer.

Puur bewustzijn is de natuur van het Zelf; het is niet een kwaliteit die tot het Zelf behoort. Puur bewustzijn verleent “bestaan” aan de creatie en alles wat zich daarin bevindt. Dat wat wij “het bestaan” noemen is beperkt tot dingen die aan verandering onderhevig zijn.

Puur bewustzijn bestaat buiten “tijd”; het heeft geen begrenzingsen en geen delen in zich; er is geen begin of einde in te bekennen. Daar het geen begin heeft is het “on-geboren” en non-duaal; het is niet gecreëerd. Geen van deze woorden zegt dat puur bewustzijn een specifieke kwaliteit heeft. In feite is er zelfs sprake van negatie* van alle kwaliteiten.

Puur bewustzijn wordt ook wel “oorzaak” of “hogere” natuur genoemd, om onderscheid te kunnen maken tussen wat “echt” en wat “niet-echt” is. In de absolute realiteit* zijn noties als “oorzaak/effect”, hoger/lager” echter van geen enkele waarde.

_____ * _____
***Negatie:** de wereld en het individu worden gekend als projecties van onwetendheid, waarmee ze doorzien worden als “niet-echt”. | **Absolute realiteit:** puur bewustzijn.*



Teaching 2 – Onderscheid tussen echt & schijnbaar echt

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 9

Alle objecten zijn slechts namen & vormen binnen puur bewustzijn.

Het fysieke lichaam is gemaakt uit de vier grofstoffelijke elementen "lucht, vuur, water en aarde". Verwijder een van deze vier en het lichaam zal niet langer bestaan. Die vier elementen staan niet op zichzelf. Ze zijn afhankelijk van iets anders, ze zijn namelijk terug te voeren op veel kleinere eenheden, zoals bijvoorbeeld atomen. En hoe "echt" zijn atomen? Als we de atomen analyseren dan treffen we ruimte aan, elektronen, protonen en neutronen. We kunnen nu de atomen dus opzij zetten, omdat ze niet op zichzelf blijken te staan; ze zijn afhankelijk van iets anders voor hun bestaan.

Als we nog verder gaan met onze analyse dan komen we uit bij mesons, quarks en neutrino's, en zien we dat de ruimte tussen deze deeltjes zo uitgestrekt is als de ruimte tussen sterrenstelsels. We kunnen nu het niveau van de elektronen aan de kant zetten, en zien dan een nieuwe factor opduiken in onze analyse. De deeltjes verliezen hun vorm en worden energiegolven in de ruimte.

Hoe "echt" is iets als het nu dit is, en het volgende moment weer iets anders? Als we ons blijven concentreren op energie dan zien we dat het uit de ruimte lijkt te komen en er weer in lijkt te verdwijnen. Ruimte is dus de "realiteit", de onderlaag. Energie is de "schijnbare realiteit".

Als we energie opzij zetten, dan blijven ruimte en puur bewustzijn over. Puur bewustzijn kunnen we niet laten opgaan in ruimte, daar het bestaan ervan niet afhankelijk is van ruimte. Andersom is ruimte wel afhankelijk van puur bewustzijn, omdat het zonder dat, niet waargenomen kan worden. Ruimte gaat dus op in puur bewustzijn.

Alle objecten, van het fysieke tot de allerkleinste deeltjes en tenslotte de oneindige ruimte, zijn slechts namen en vormen. Ze kennen geen bestaan los van hun onderlaag, die puur bewustzijn is.

Negatie van puur bewustzijn is onmogelijk.

Negatie van puur bewustzijn is onmogelijk omdat het non-duaal* is, en niet geobjectiveerd kan worden daar het geen kenmerken heeft. Om van puur bewustzijn een object* te maken zou er ergens een "tweede puur bewustzijn" moeten zijn, subtieler dan het eerste. Dit is echter niet mogelijk omdat puur bewustzijn niet opgesplitst kan worden in lagen, niveaus of delen. Het is onherleidbaar, onverkleinbaar. Het laatste stadium van de analyse "echt" versus "schijnbaar echt" is de vaststelling dat puur bewustzijn niet iets anders is dan IK, met andere woorden, "IK ben puur bewustzijn – en niet het lichaam of de mind.

***Object:** alles dat waargenomen, voorgesteld of ervaren wordt is een object, terwijl ik het subject ben waardoor alle objecten gekend zijn. | **Non-duaal:** alles is gemaakt uit jou (puur bewustzijn) en gaat terug op in jou, terwijl jij altijd vrij bent van objecten.*

Vedanta



Onderscheid tussen echt & schijnbaar echt

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 10

De analyse "echt" vs. "schijnbaar echt" toegepast op het subtiële lichaam (*mind, intellect, ego*) en het causale lichaam (*conditioneringen*).

Deze "echt" versus "schijnbaar echt" analyse kan op elk object toegepast worden, inclusief het subtiële en causale lichaam. Staan mijn gedachten en gevoelens op zichzelf? Als dat zo zou zijn, dan zouden ze "MIJ" zijn. De analyse laat zien dat de inhoud van het subtiële lichaam volledig afhankelijk is van het causale lichaam (dat de "zaadjes" omvat die "geplant" werden door mijn acties uit het verleden). En, staat het causale lichaam – de bron van mijn angsten en verlangens – op zichzelf? Het causale lichaam is afhankelijk van de onwetendheid over wie ik ben. Onwetendheid over mijn identiteit is óók niet wie ik ben, omdat het van puur bewustzijn afhankelijk is; immers, als ik niet bewust ben, hoe kan ik dan onwetend zijn?

Onwetendheid wordt teniet gedaan door kennis; het houdt op te bestaan zodra kennis verschijnt. Kennis is afhankelijk van puur bewustzijn. Je kunt geen kennis over iets hebben tenzij je bewust bent. Ik ben dus niet wat ik weet. Denken is afhankelijk van het "intellect", de "denker". De denker is afhankelijk van puur bewustzijn. Het denkproces is afhankelijk van de conditioneringen, die op hun beurt weer afhankelijk zijn van de opgedane ervaring. En ervaring is afhankelijk van puur bewustzijn. Ik kan dus niet zijn wat ik denk of ervaar. Zonder mij – puur bewustzijn – bestaat er niets.

Identificatie met tijd is een bron van lijden.

Als we tijdseenheden groter laten worden, van nanoseconden naar milliseconden, naar seconden, en zo verder naar jaren, eeuwen, dan neemt de ruimte tussen de eenheden steeds meer toe, totdat "tijd" uiteindelijk verdwijnt en er alleen "ruimte" overblijft. Ruimte is echter niet meer dan een concept, dat bewustzijn nodig heeft om door waargenomen te worden. Concepten kunnen verder teruggebracht worden naar "mind" en mind naar het puur bewustzijn dat niet verder teruggebracht kan worden tot iets anders. Voordat je weet hebt van het bestaan van een object moet je immers eerst bestaan als puur bewustzijn.

"Tijd" is voor elk individu anders. Een uur in een martelkamer is niet gelijk aan een uur kijken naar een spannende film. Tijd is, net als "ruimte", afhankelijk van de verlangens en bindingen van degene die de "tijd" ervaart. Verlangens en bindingen zijn slechts voorbijgaande fenomenen. In de diepe slaaptoestand bestaan ze niet, dus ze kunnen niet "MIJ" zijn. Hoe "echt" (altijd aanwezig/onveranderlijk) kan iets zijn als het van iets anders afhankelijk is?

Wanneer dat wat "schijnbaar echt" is onderscheiden wordt van dat wat "echt" is, dan ontdoien de innerlijke werelden. De rigide barrières, die het leven pijnlijk maken, smelten als sneeuw voor de zon. Als het intellect niet langer ongefundeerde oordelen velt over een schijnbare realiteit, of tijd verspilt aan het verzamelen van objectieve kennis, doch de aandacht op zichzelf richt en op onthechte wijze onderscheid maakt tussen wat "echt" en wat "schijnbaar echt" is, dan wordt onze respons op al wat zich aandient natuurlijk en spontaan.

Vedanta



Teaching 3 – Het essentiële versus het niet-essentiële

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 11

Het Zelf heeft geen kenmerken.

Datgene wat essentieel is in een object moet aanwezig zijn zolang als het object bestaat. Is het dat niet dan is het een bijkomstig kenmerk.

VB: Helder water in een groen glas wordt als groen water waargenomen. Wanneer we het glas verwijderen wordt het water niet langer als groen gezien. De groene kleur is hier dus niet essentieel. Het is slechts een bijkomstig kenmerk.

Als het individu in de schijnbare waakstaat is worden grofstoffelijke en subtiële objecten waargenomen. Dit feit leidt tot de onjuiste conclusie dat het Zelf een "waarnemer" is en dat "waarneming" de essentie van het Zelf is. Maar wat gebeurt er met de waarnemer en het waarnemen in de staat van de diepe slaap, waar geen objecten zijn waar te nemen? Beide bestaan daar niet. Daarom zijn het "bijkomstige kenmerken" en zijn ze niet het Zelf.

Er is niet zoiets als een "niet-bestaan".

Het Zelf heeft geen kenmerken, doch dit betekent niet dat het niet bestaat. "Niet-bestaan" is slechts een concept, daar er een "kenner" nodig is om een "niet-bestaan" te kennen. Als we de kenner nader beschouwen dan moeten we concluderen dat deze puur bewustzijn is, omdat kennis niet plaats kan vinden zonder puur bewustzijn. En daar puur bewustzijn nooit "niet-bestaan" is, is er niet zoiets als een "niet-bestaan".

Bestaat er een wereld, als er niemand is die haar ziet?

Vanuit het gezichtspunt van de "waarnemer/denker entiteit" is het antwoord "Ja, er is een wereld ook als er niemand is die haar ziet", want anders betekent het dat de wereld niet zou bestaan als het ego er niet is, zoals bijvoorbeeld in de staat van de diepe slaap.

Vanuit het perspectief van het Zelf gezien is het bestaan van de wereld – de empirische realiteit – niet afhankelijk van het bestaan van enig individu. Je kunt niet zeggen dat iets bestaat als het niet gekend wordt als bestaand. Stellen dat het bestaat, onafhankelijk van puur bewustzijn is zinloos.

Het Zelf is puur bewustzijn, en daarom is het onbegrensd. De wereld die afhankelijk is van de waarnemer, het ego en zijn projecties, is slechts een schijnbare realiteit; niet volledig bestaand, noch volledig niet-bestaand.

Vedanta



Teaching 4 – Dat wat verandert versus het onveranderlijke

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 12

Het onderscheiden tussen datgene wat verandert en datgene wat niet verandert is een simpele manier om het Zelf van het niet-Zelf te scheiden.

Ervaring vindt plaats als het ego – gestimuleerd door de vasanas – het grofstoffelijke en subtiele lichaam gebruikt om contact te maken (c.q. contact te vermijden) met objecten in hun respectieve werkingsveld. Ondanks het onfortuinlijke feit dat deze lichamen en hun objecten in constante beweging zijn gelooft het ego erin dat de ontmoeting van die lichamen met objecten zijn gevoel van begrensdheid zal doen verdwijnen. Maar omdat alle transacties – zelfs de positieve – vergankelijk zijn, is deze benadering gedoemd te mislukken. Als iets verandert (en welk object verandert niet) dan is het slechts "schijnbaar echt" en kan het afgedaan worden als niet-Zelf.

*

***Ego:** ego is niet meer dan een gedachte die verschijnt in de mind. Het claimt de sensaties, emoties, en kennis die in de mind verschijnen; het heeft zichzelf uitgeroepen tot een onafhankelijke bewuste entiteit (een onafhankelijk individu) en spreekt van "ik, mij, en mijn". Het claimt een entiteit te zijn die actief is (een doener) en ervaringen heeft, terwijl het eigenlijk niet meer is dan een gedachte die in de mind ervaren wordt.*

Vedanta



Teaching 5 – Subject versus object

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 13

Ik kan niet zijn wat ik waarneem.

De "subject-object analyse" accepteert dualiteit (net als de andere teachings) in het begin als een voorlopige notie, met de intentie om de onderzoeker door het proces heen te leiden dat het geloof in dualiteit uiteindelijk zal vernietigen. Dat fysieke objecten worden waargenomen is makkelijk te snappen. Ik zie bijvoorbeeld mijn hand. Mijn hand is zonder enige twijfel MIJ, doch ik ben niet mijn hand. Ik neem mijn hand waar, maar mijn hand neemt mij niet waar. Dit betekent dat mijn hand niet bewust is. Maar ik ben bewust. Ik kan dus niet mijn hand zijn.

Het is ook niet al te moeilijk om te begrijpen dat "emoties" waargenomen objecten zijn, ook als zijn ze subtieler dan fysieke objecten. Zien dat "gedachten" waargenomen worden is ook nog wel te zien. Lastiger wordt het om "de denker" als waargenomen object te zien; wij geloven immers dat we de denker zijn. Om dezelfde reden is het vrijwel onmogelijk om het ego als een object te zien. Hoe subtieler een object is (– ego is een idee) hoe moeilijker het te objectiveren is. Het onderscheiden van het subject van de objecten is moeilijk, omdat onwetendheid ons geconditioneerd heeft te geloven dat veiligheid en plezier in objecten te vinden zijn.

Doel van "viveka" – het maken van onderscheid, i.c. tussen subject en object – is om (1) Ego als een object te zien en te beseffen dat het Zelf los staat van alles. Een "niet-afhankelijk" ego is niet hetzelfde als bevrijding. Feitelijk is er sprake van een tegenspraak in termen. Bevrijding is vrij zijn ván het ego. (2) Eens we ons het Zelf hebben "toegeëigend", worden waargenomen objecten gekend als niet-afgescheiden van het Zelf, als niet anders dan het Zelf.

Door identificatie met het ware "subject" – puur bewustzijn – zijn we vrij van alle kwaliteiten en niet langer onderworpen aan lijden.

Als we objecten zien veronderstellen we dat lichaam-mind-intellect-ego (de schijnbare "IK"), de ziener is. Analyse van onze ervaringen toont echter aan dat dit niet waar is. Als het lichaam ziek is, dan weet je dat het ziek is. Ben je emotioneel, dan weet je dat je emotioneel bent. Als iemand vraagt hoe het met je gaat, dan kun je alle details van je ervaringen feilloos opsommen. Dit betekent dat er een andere factor is waar lichaam-mind-intellect-ego aan verschijnt, iets dat ze kent. Om iets te kunnen weten/kennen moet je bewust zijn, dus deze factor is bewust.

Als je je bewustzijn onderzoekt ontdek je dat het vrij is van kenmerken en kwaliteiten. Alles wat kenmerken/kwaliteiten heeft is begrensd. Hitte wordt begrensd door kou, licht door donker, actie door inactiviteit en liefde door haat. Elk lichaam-mind-intellect-ego heeft bepaalde kwaliteiten. Door identificatie ermee begrenst je jezelf, en begrensd zijn is pijnlijk. Als je je daarentegen identificeert met het ware "subject" – puur bewustzijn – dan ben je vrij van alle kwaliteiten en zul je niet lijden.



Teaching 6 – De locatie van ervaring

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 14

Mind is niet in het lichaam. Het lichaam is niet in de wereld.

Onwetendheid doet het voorkomen alsof (1) wat we op enig moment ervaren, buiten het fysieke lichaam is, of (2) in het subtiele lichaam. Het zegt ook (3) dat de mind in het lichaam is en (4) het lichaam in de wereld. Al deze noties zijn onjuist.

De wereld is de 5 elementen, en het lichaam is de 5 elementen, niets meer of minder. Het lichaam is slechts een cluster voortdurend veranderende sensaties die in het subtiele lichaam verschijnt (het subtiele lichaam is het instrument door middel waarvan we onze ervaringen hebben). Als al deze sensaties verdwijnen, zoals gebeurt in de diepe slaap, of simpelweg gezien worden als niet meer dan sensaties, dan bestaan wereld en lichaam niet meer voor ons, en zijn het slechts ideeën.

Het idee van de wereld lijkt te verschijnen in de mind. Het idee van de wereld en de mind behoren echter tot dezelfde realiteitsorde, dus het een kan niet in het ander zijn. Wat wij “mind” noemen is niets meer dan de gedachte die in het moment verschijnt. Als we de mind onderzoeken, ontdekken we dat deze niets anders is dan bewustzijn in een inerte vorm. Daar de mind niet behoort tot dezelfde realiteitsorde als puur bewustzijn doch er volledig afhankelijk van is voor zijn bestaan, kan geen enkele sensatie, of idee dat er in verschijnt “echt” zijn, in de zin van “voortdurend aanwezig, en onveranderlijk”. Ze worden weliswaar ervaren, doch zijn niet-echt omdat ze veranderen.

Als we negatie toepassen op de mind, dan blijft puur bewustzijn over. Negatie vervolgens toegepast op puur bewustzijn lukt niet, omdat degene die het onderzoek doet puur bewustzijn is. Je kunt nooit van jezelf afkomen, omdat je eeuwig bent.

Je bent van niets afhankelijk voor je bestaan.

Materialisten geloven dat bewustzijn uit materie ontstaan is en dat het daarom objecten nodig heeft om te kunnen bestaan. Houdt puur bewustzijn op met het ervaren van zichzelf als de objecten die erin verschijnen verwijderd zijn? Als je kijkt naar het kennisinstrument – het intellect – dan is duidelijk dat het objecten in haar veld kan belichten omdat het op haar beurt weer belicht wordt door puur bewustzijn. Het kan echter niet puur bewustzijn belichten, omdat dat subtieler is dan het intellect. Als je STAAT als puur bewustzijn dan zul je ontdekken dat je jezelf waarneemt ongeacht of het intellect aanwezig is of niet. Je bent “zelfwetend”, “zelfbestaand”. Anders gezegd, je bent van niets afhankelijk voor je bestaan.

Zie ook hoofdstuk "non-dualiteit", voor uitgebreidere bespreking van "de locatie van ervaring" en "de locatie van objecten".

* _____

***Negatie:** de wereld en het individu worden gekend als projecties van onwetendheid, waarmee ze doorzien worden als niet-echt. | **Subtiele lichaam:** het geheel van mind, intellect, ego, zintuigen; soms ook overkoepelend “mind” genoemd. | **Inert:** willoos; bewegingloos; energie-loos; niet-levendheid.*

Vedanta



Teaching 7 – De tegenovergestelde gedachte

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 15

Het toepassen van kennis in de vorm van de tegenovergestelde gedachte (pratipaksha bhavana).

Bij deze onderzoekspiste wordt de gedachtenstroom nauwlettend geobserveerd. Zodra er een (beperkende) gewoontegedachte* in de mind verschijnt wordt hier zelfkennis op toegepast door bewust een gedachte omhoog te laten komen die tegengesteld is aan de beperkende gedachte die door onwetendheid gegenereerd wordt.

Als we alle ideeën die voortkomen uit onwetendheid zouden willen catalogiseren dan zou dat eeuwen duren. Ter simplificatie dikt Vedanta alle onjuiste noties in tot: (1) de aanname dat de wereld echt is, en (2) de aanname dat ik (het Zelf, puur bewustzijn) het lichaam-mind-intellect-ego-complex ben (fysiek + subtiel lichaam).

“IK” is echter dat wat onderliggend is aan het subtiel lichaam. Als het denkt dat het incompleet is en begrensd, dan is het in de ban van de allergrootste onwetendheid. Wanneer het daarentegen denkt “ik ben onbegrensd” dan is het onder invloed van de allerhoogste kennis. Als "verlichting" het doel is dan kan de “IK” voorlopig het best onder invloed van zelfkennis gehouden worden, door de tegenovergestelde gedachte toe te passen. Steeds als de gedachte “ik ben niet compleet” verschijnt vervang je deze door de gedachte “ik ben compleet”. Je doet dit met alle ongegronde angsten en verlangens, die staan voor de idee dat we "incompleet en niet goed genoeg" zijn.

Als je je depressief voelt omdat je niet krijgt wat je denkt te willen op je werk of in je relatie, stel jezelf dan de vraag “wie is er depressief?” en “wie wil er af van de depressie?” Met behulp van de kennis “ik ben degene waarin dit depressieve gevoel verschijnt” wordt vervolgens de natuurlijke scheiding duidelijk tussen jou en het gevoel. Identificeer je met degene die observeert, niet met het gevoel. Het gevoel zal oplossen. Kennis is erg krachtig. Er is niets meer nodig dan de bewuste gedachte van puur bewustzijn om puur bewustzijn te “bereiken” daar dat is wat we zijn, zelfs als we denken dat we iets of iemand anders zijn.

Wanneer "waarheid" in de plaats van "onwaarheid" komt dan raken de voorkeuren en weerstanden die ons binden aan het "wiel van actie" geneutraliseerd. Het leidt tot de vorming van een "waarheidsvasana" en zal uiteindelijk het ego, de doener, volledig neutraliseren. Die "doener" zal zeker en vast protesteren, en zal zeggen dat de waarheid niet bevestigd kan worden omdat hij of zij deze niet voelt. Waarheid is echter geen gevoel, hooguit wordt de afwezigheid van lijden gevoeld. Zeker als we ons niet goed voelen is het zaak om de kennis over wie we zijn weer terug naar de voorgrond in de mind te brengen. Wie we zijn is niet een kwestie van een “goed gevoel ervaring”.

_____ *

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 (zie hoofdstuk "meesterschap over de mind") | **Verlichting:** de ultieme, permanente bevrijding (moksha); vrij zijn, daar ons geluk niet langer afhankelijk is van objecten. | **Echt:** dat wat onveranderlijk, altijd aanwezig en onbegrensd is.

Vedanta



De tegenovergestelde gedachte – pratipaksha bhavana

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 16

De waarheidsvasana doet de onwetendheidsvasana opbranden.

Het oefenen met de tegenovergestelde gedachte is niet makkelijk. Het kan zelfs contra-intuïtief voelen omdat we zo gehecht zijn aan onze gewoontegedachten (en de daarbij horende gevoelens). Het is noodzakelijk om eerst te doen alsof. "Fake it until you make it". Als je stug blijft oefenen zullen de negatieve gevoelens oplossen, terwijl de "waarheidsvasana" de "onwetendheidsvasana" doet opbranden.

Er is geen sprake van hersenspoeling bij de vervanging van dat wat "niet waar" is door dat wat "waar" is. Immers dat wat waar is correspondeert met de diepste waarden die je wilt leven. Deze methode werkt alleen voor volwassen, rijpe, individuen die (1) een krachtig verlangen naar vrijheid hebben, (2) een leefstijl ontwikkeld hebben die het hen mogelijk maakt de mind nauwkeurig te observeren van moment tot moment, en (3) die het verschil kennen tussen kennis en onwetendheid. Het werkt niet voor extraverte personen die slechts een middelmatig verlangen naar vrijheid hebben.

Neutralisering van de doener betekent niet dat acties opgegeven moeten worden, doch dat de ware bron van acties gekend wordt.

De ware bron van acties is niet "de doener"; het is een complex netwerk van onpersoonlijke krachten, belicht door puur bewustzijn, dat lichaam en mind tot leven brengt zoals een batterij dat bij een stuk speelgoed doet. Als aandacht niet op de juiste wijze naar binnen gericht is en de levensstijl te actief is, dan zal de beoefening van de "tegenovergestelde gedachte" niet werken. In dat geval kan de mind gepurificeerd worden met de karma yoga houding net zolang tot deze klaar is voor de directe toepassing van zelfkennis.

Er zijn mensen die denken dat "verlichting" een gedachtenvrije staat is. Zij wijzen de beoefening van "de tegenovergestelde gedachte" af. Ze stellen dat de aanwezigheid van om het even welke gedachte – inclusief de gedachte "ik ben puur bewustzijn" – aantoont dat het doel nog niet is bereikt. "Verlichting" is echter geen staat van "zijn" die bereikt kan worden, en geen enkele gedachte – inclusief de gedachte "ik ben een begrensde, onwetende, in pijn levende persoon" – staat het Zelf in de weg, omdat het Zelf aanwezig is vóór, gedurende en ná elke gedachte. Het is simpelweg van een andere realiteitsorde. Velen ontdekken het Zelf juist wanneer ze volledig geïdentificeerd zijn met het lijdende ego. Identificatie met het idee dat het Zelf lijdt of zich goed voelt is het enige dat verlichting in de weg staat.

_____ *

Zie ook de begrippenlijst: geheugen versus leren gezien vanuit de neurowetenschap.



Teaching 8 – Naam & vorm zijn niet het Zelf

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek | hfdst. 23 – jnana yoga – kennis yoga | pag. 17

Bij elke ervaring is sprake van puur bewustzijn plus naam & vorm.

Als stimuli via de zintuigen de mind binnenkomen dan neemt de mind de vorm aan van het door puur bewustzijn belichte object, en daardoor wordt het object gekend. Het object wordt nooit ergens buiten ons in de wereld ervaren. Het wordt ervaren binnen puur bewustzijn. Om de ervaring van de vorm praktisch en nuttig te maken wordt er een naam aan gegeven. Je ervaart een kat en zegt “dat is een kat”.

Wanneer puur bewustzijn – schijnbaar – gefascineerd is door ervaring (naam en vorm) dan lijkt het te vergeten wie het is. Dus, om de aandacht weer terug te brengen naar zichzelf, is negatie van naam en vorm nodig.

Het is makkelijk om "naam" opzij te schuiven als niet-Zelf, maar hoe is dat met "vorm"? Als je de vorm bestudeert zoals deze in het bewustzijn verschijnt, dan zul je zien dat er geen grens te vinden is tussen de vorm en het bewustzijn waar deze in verschijnt. Dan kun je de vorm gevoeglijk opzij schuiven omdat bewustzijn feitelijk de substantie is van de vorm.

***Negatie:** de wereld en het individu worden gekend als projecties van onwetendheid, waarmee ze doorzien worden als zijnde niet-echt.*