



## VEDANTISCHE BEGRIPPENLIJST – B

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek

### Verklaring van veelgebruikte Vedanta begrippen



Informatie uit de klassieke Vedanta traditie doorgegeven door Adi Shankaracharya – Swami Chinmayananda, Swami Dayananda Saraswati, en Swami Paramarthananda (traditionele sanyassis in de Saraswati orde), en James Swartz, Ted Schmidt. Samengesteld, bewerkt en vertaald uit het Engels door Jivan Rethmeier. Vedanta is gebaseerd op de ca. drieduizend jaar oude Indiase Vedische Geschriften, met name op belangrijke bronteksten als de Bhagavad Gita, Upanishads, en Brahma Sutras. Het is een “brahma vidya”, een bewustzijnswetenschap, waarin het vrij zijn van beperkingen – ultieme innerlijke vrijheid – als hoogste menselijke doel gezien wordt.

#### Badhita

Wanneer de ene gedachte vervangen wordt door de andere. Zie verder bij: negatie.

#### Basale persoon

Door simpelweg objectief te zijn ten opzichte van de wereld, lichaam, ademhaling en mind, ben je een bewust, cognitief en objectief persoon (basale persoon). Je zintuigen nemen wellicht van alles waar, doch je wil is tijdelijk “opgeschort”. Als een eenvoudige persoon ben je bewust van datgene wat in elk moment gebeurt, zonder enige spanning, of inspanning en zonder het gebruik van de wil. Je hebt geen oordeel, bent beschikbaar in het moment, simpelweg door jezelf te zijn, en hebt geen bevestiging van buitenaf nodig. | Zie ook: hfdst. Dhyana/wie is de basale persoon in ons? | Zie ook: de eeuwige jiva.

#### Bewustzijn versus mind

Het is goed om te bedenken dat voor Vedanta “bewustzijn” niet hetzelfde is als “mind” (de kenner van objecten, die we denken te zijn). Voor Vedanta is bewustzijn simpelweg dat waar alle objecten in verschijnen. Het is dus meer in de richting van “zijn” of “bestaan/leven”, puur bewustzijn. Het is altijd aanwezig, wordt altijd direct ervaren, en openbaart zichzelf; het is de essentie van het gehele manifeste universum. Als puur bewustzijn zijn we de altijd aanwezige, aldoordringende, onveranderlijke oergrond van alles dat is.

#### Bhava

Met “bhava” wordt verwezen naar een gemoedstoestand van de mind die met devotie geassocieerd wordt, een mentale zijnstoestand dus. Bhava verwijst naar de “hartskwaliteit” en de devotie extase die mantras oproepen.

#### Bhava yoga

Bhava Yoga wordt gebruikt als verzamelnaam voor het gebruik van mantras en kirtans uit de Bhakti traditie. Bhava zou je kunnen omschrijven als een spiritueel gevoel, een aanleg voor (extatische) devotie yoga.

#### Bimba

Reflectie, spiegel.



## VEDANTISCHE BEGRIPPENLIJST – B

### Bliss

Bliss ontstaat als de mind tijdelijk vrij is van angsten en verlangens. Net zoals alle andere ervaringen heeft het echter geen levendheid van zichzelf; het is onbewust. Dat bliss ervaren kan worden is omdat het “beschenen” wordt door het Zelf (puur bewustzijn). Bliss kun je het beste zien als een symbool van het Zelf, een statement dat het Zelf “vol” is, “een geheel zonder delen”. Als iemand die lang heeft geleden onder de veranderingen in lichaam en mind net ontdekt heeft het Zelf te zijn, dan lijkt het Zelf goed te “voelen”. Het “gevoel” – wat een interpretatie van de mind is – is niet de aanwezigheid van een positieve “Zelf-staat”, doch simpelweg de erkenning van de “afwezigheid van verandering”. In de loop van de tijd, als de persoon er meer aan gewend is het Zelf te zijn, verdwijnt de herinnering aan het lijden en lost het gevoel van bliss geleidelijk aan op in non-duale heelheid.

Als het Zelf heb ik het niet nodig om me goed te voelen, omdat ik goed ben; hetgeen betekent: IK ben de essentie van elke ervaring. Als iemand zelfrealisatie ziet als een “ervaring van onbegrensde bliss” dan gelooft hij of zij dat deze “zelfbliss” oneindig veel superieurder is dan de voorbijgaande vormen van bliss die we in het dagelijkse leven meemaken. Of bliss nou voortkomt uit zintuiglijke ervaring, uit de ontdekking van een bepaald onbekend object, of uit spirituele praktijken als yoga, de geschriften stellen dat om het even welke bliss simpelweg de volheid en onbegrensdeheid is van het Zelf die gereflecteerd wordt in lichaam/mind. De erkenning van dit feit doet ons geloof dat we ongelukkig, begrensd en sterfelijk zijn verdwijnen. | Zie ook: geluk.

### Brahmacharya

Zelfbeheersing, waarbij het er om gaat een bepaalde mate van gezonde discipline uit te oefenen op lichaam en mind. Het is een van de universele menselijke waarden (de andere zijn: satyam/waarachtigheid - ahimsa/geweldloosheid - aparigraha/afwezigheid van bezitsdrang). Het kan betekenen dat we voor bepaalde tijd niet toegeven aan bepaalde zintuiglijke verleidingen teneinde vasanas te neutraliseren. Het tot rust brengen van bindende vasanas begint met het begrijpen van de onderliggende de mechanismen.

### Brahman

Brahman staat voor absoluut, non-duaal, puur bewustzijn, datgene waar alles in verschijnt en in bestaat. Brahman is het universele Zelf; de allerhoogste realiteit die één is en ondeelbaar, oneindig en eeuwig; het aldoordringende en onveranderlijke bestaan. Het heeft geen kenmerken of begrenzingen, dus het is zowel oneindig als eeuwig. Het betekent in essentie “onbegrensdeheid”. Brahman is absoluut, non-duaal, puur bewustzijn.

De essentiële natuur van Brahman is “satyam-jnanam-anantam” – de betekenis van deze drie termen in omgekeerde volgorde is: “onbegrensd bewust bestaan”. Het is de oergrond die alle manifeste vormen draagt: het individu (jiva) – het hele universum/de wereld (jagat) – en God (Ishvara) als de personifiëring van dharma: de fysieke, psychologische en ethische wetten die de parameters zijn voor de resultaten die de wet van karma (op basis waarvan het manifeste universum functioneert) voortbrengt.

Het woord “Brahman” is afgeleid van de Sanskriet wortel “brh”, wat “groot” betekent, of “uitdijen”, “groter dan de grootste”. De oneindige natuur van Brahman is echter niet groot zoals een berg of een oceaan, daar dit objecten zijn waarvan de afmetingen alleen te bepalen zijn in termen van hoe ze zich verhouden tot andere objecten. De “afmeting” is er niet een van proporties doch van aldoordringendheid. Zo is ook de eeuwigheid van Brahman niet een kwestie van iets dat oneindig voortduurt. Het verwijst naar een a priori bestaan, waarmee wordt bedoeld dat Brahman geen begin heeft. Het is er altijd geweest, het is er nu, en het zal altijd bestaan. Brahman wordt ook paramatman genoemd (atman is puur bewustzijn dat geassocieerd lijkt te zijn met een levende vorm; Brahman is puur bewustzijn, niet geassocieerd met wat dan ook).

## Vedantische Begrippenlijst - B



## VEDANTISCHE BEGRIPPENLIJST – B

### **Brahma satyam jagan mithya jiva brahmaiva n'paraha**

*Betekenis: "puur onbegrensd bewustzijn (Brahman) is echt; het manifeste universum (jagat) is schijnbaar echt; er is geen verschil tussen de essentiële natuur van het schijnbare individu (jiva) en puur, onbegrensd bewustzijn (Brahman)". Deze mantra omvat de fundamentele waarheid die door Vedanta onthuld wordt. Het is een mahavakya, een Vedantisch "belangrijk statement". De Vedantische mahavakyas stellen het individu gelijk aan het absolute, daarmee uitdrukking gevend aan de visie van non-dualiteit, de essentiële waarheid, die de kern is van de leringen van Vedanta.*

### **Brahma vidya**

*Zelfkennis.*

### **Buddha**

*Degene die weet.*

### **Buddhi**

*Intellect. Begrip. Rede. De denkende mind. "De hogere mind die de bron van wijsheid is." Het deel v.h. subtiele lichaam dat onderscheidend (denk-)vermogen heeft; het welbewuste denken.*

### **Buddhi (als kwaliteit voor succes)**

*Kennis. Eén van de zes kwaliteiten die vereist zijn om succesvol te zijn; zie: Udyama (de juiste inspanning); Sahasa (doorzettingsvermogen/volhardendheid); Dhairya (moed); Buddhi (kennis); Shakti (talent en hulpbronnen/-middelen); Parakrama (het vermogen obstakels te overwinnen). Je kunt misschien wel moedig en enthousiast zijn doch als je niet de juiste inspanning op het goede moment doet dan zul je niet succesvol zijn. Of je doet wel de juiste inspanning, doch ontbeert enthousiasme. Of je hebt wel het nodig enthousiasme om vol te houden, doch als je na een bepaalde tijd niet bereikt hebt wat je wilde dan geef je misschien op omdat je niet moedig genoeg bent.*

### **Byron Katie**

*Zie "the work of byron katie".*