



VEDANTISCHE BEGRIPPENLIJST – G

Introductie in Vedantisch zelfonderzoek

Verklaring van veelgebruikte Vedanta begrippen

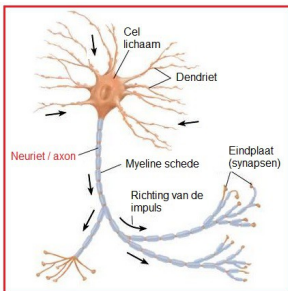


Informatie uit de klassieke Vedanta traditie doorgegeven door Adi Shankaracharya – Swami Chinmayananda, Swami Dayananda Saraswati, en Swami Paramarthananda (traditionele sanyassis in de Saraswati orde), en James Swartz, Ted Schmidt. Samengesteld, bewerkt en vertaald uit het Engels door Jivan Rethmeier. 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.

Gedachten

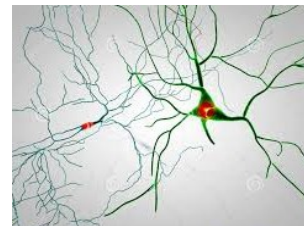
Alle gedachten worden gestuurd door de vasanas (feitelijk onze angsten en verlangens), en deze worden weer aangedreven door de drie basisenergieën (gunas), de fundamentele bestanddelen van de creatie (sattva, rajas, en tamas).

Geheugen (vs. leren)



Leren is het proces waarmee we kennis vergaren over de wereld en waarmee we onszelf tot nieuw gedrag brengen. Gedurende het leerproces worden neuronen die gezamenlijk "vuren" om een specifieke ervaring voort te brengen zodanig aangepast dat ze er naar gaan neigen om wederom gezamenlijk te "vuren". Tijdens het memoriseren/leren verandert de connectie tussen cellen, hetgeen de betreffende synapsen verstevigt, die op hun beurt de cellen stimuleren om steeds sterkere verbindingen met elkaar te maken. Als twee neuronen herhaaldelijk communiceren op bepaalde plaatsen (synapsen) dan verbetert dit de efficiëntie van hun onderlinge communicatie. Dit proces wordt "lange termijn

potentiëring" (versterking) genoemd. Het is het mechanisme waardoor herinneringen voor de langere termijn opgeslagen worden, hetgeen inherent is aan hoe we leren. Het is ook hoe nieuwe conditioneringen zich in de hersenen vormen en oude conditioneringen versterkt worden of juist hun bindende karakter verliezen. Door voortdurend – doelbewust of automatisch – onbewust gedachten te herhalen worden nieuwe patronen gevormd, of bestaande patronen versterkt. Neurowetenschappers kunnen zien hoe deze patronen neurale netwerken vormen. Als ze eenmaal gevormd zijn dan bieden ze veel weerstand aan verandering. Dit is waarom het doen van zelfonderzoek om de mind te bevrijden van bindende patronen zo moeilijk is. Het herinneren c.q. leren van nieuwe informatie om nieuwe vaardigheden of positieve patronen te ontwikkelen vergt veel en regelmatige oefening.



Synaps: uiteinde van de uitloper van een neuron; contactpunt tussen 2 neuronen of tussen neuron en spierorgaan. In de synaps vindt de informatie-uitwisseling plaats, m.b.v. een neurotransmitter. M.a.w. de synaps is de overgangsplaats van de ene zenuw naar de andere, waar de informatie van de zenuw wordt overgegeven aan de volgende zenuw.

Vedantische Begrippenlijst - G



VEDANTISCHE BEGRIPPENLIJST – G

Geluk

Er is sprake van werkelijk geluk wanneer je weet dat je het Zelf bent. Objecten kunnen je niet van geluk voorzien. In de staat van de diepe slaap zijn geen objecten, geen lichaam of mind, en toch ervaar je onbegrensd geluk (bliss), kortom, het Zelf. Zie ook: bliss.

Geopenbaarde waarheid

De "rishis" in het oude India – "zieners/kenners" van de waarheid" – verkregen begrip van de fundamentele non-duale natuur van de realiteit en van de manier waarop de relatieve realiteit functioneert, middels visioenen die ze hadden in een staat van diepe meditatie, of conclusies waartoe ze kwamen door middel van een grondige analyse van ervaringen. Ze waren in staat om de natuur van de realiteit direct te begrijpen en daarom zeggen we dat het hen "geopenbaard" werd. Het is vergelijkbaar met de manier waarop materiële wetenschappers objecten ontdekken en de wetten volgens welke die objecten werken. Newton heeft bijvoorbeeld niet de wet van de zwaartekracht bedacht. Hij ontdekte het door te experimenteren. In zekere zin kunnen we dus zeggen dat de wet van de zwaartekracht geopenbaarde kennis is.

Geschriften

Een verzameling kennis waaraan een goddelijke autoriteit wordt toegeschreven; kennis die gaat over zaken die niet gekend kunnen worden met behulp van de gebruikelijke kennis-instrumenten die de mens tot zijn beschikking heeft (directe waarneming en afgeleide kennis).

Getuige

Er wordt gesproken van "getuige" wanneer er een object te zien is. Er is dan sprake van dualiteit. Sakshi, de getuige, verwijst naar sannidhi, de "aanwezigheid", zonder welke niets er zou kunnen zijn. Neem bijvoorbeeld de zon: zij is noodzakelijk voor alle dagelijkse activiteiten, doch vormt geen onderdeel van deze wereldse acties, die op hun beurt zonder de zon niet plaats kunnen vinden. De zon is als het ware "de getuige" van deze activiteiten. Zo is het ook met het Zelf. Sprekend over "de getuige" zou nu echter niet het idee moeten ontstaan dat er (1) een getuige is en (2) iets anders dat er los van staat en dat door de getuige wordt waargenomen. Met "de getuige" wordt "het Licht" bedoeld dat de Ziener, het Geziene en het proces van het Zien belicht en verlevendigt. Dit licht (het Zelf) is het enige dat er, onveranderlijk, altijd alreeds is.

Getuige (ervarende –) Synoniemen

(1) De niet-transparante getuige: het subtiele lichaam dat geen of alleen een klein beetje licht doorlaat; nauwelijks transparant wanneer tamas dominant is, doch ongelooflijk stralend als sattva dominant is.

(2) Mithya; het schijnbaar echte.

(3) Saguna Brahman. Brahman verwijst naar puur bewustzijn. Saguna betekent "met kwaliteiten" (de drie gunas – sattva, rajas en tamas – waar de hele manifestatie uit bestaat). Saguna Brahman (puur bewustzijn "met kwaliteiten") wordt ook Isvara genoemd, "de heerser", verantwoordelijk voor de werking van maya (de gunas). Het is pure sattva. Wanneer tamas en rajas verschijnen in Saguna Brahman dan wordt puur bewustzijn schijnbaar een jiva (de niet-ervarende getuige plus het subtiele lichaam) en is het daarmee "misleid" door Maya.

Getuige (niet-ervarende –) Synoniemen

(1) Nirguna Brahman. (2) Transparante getuige. (3) Satya: dat wat echt is.

De niet-ervarende getuige verwijst naar puur bewustzijn. Het woord "getuige" moet hier niet letterlijk genomen worden. Puur bewustzijn lijkt alleen een getuige te worden wanneer maya in werking is. Anders is het alleen maar de getuige van zichzelf (als er objecten zijn houdt het overigens niet op getuige te zijn van zichzelf). Het biedt ruimte aan objecten zonder zelf ooit te veranderen. Het getuige-aspect is simpelweg de natuur (svarupa) van puur bewustzijn, die net is als ruimte of licht. Uiteindelijk betekent non-dualiteit natuurlijk dat er geen getuige is, en dat er niets is dat een getuige nodig heeft.



VEDANTISCHE BEGRIPPENLIJST – G

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.

Gita

Het lied van God.

God

De personifiëring van het collectieve dharma (het geheel van fysieke, psychologische en ethische/morele wetten) dat de werking van het manifeste universum beheerst. Ook genoemd: Isvara. Het is de onpersoonlijke intelligentie waardoor het manifeste universum geïnformeerd wordt en functioneert volgens de wetmatigheden waaruit het bestaat. "God's wil": de effecten van de wetten/wetmatigheden van de universele orde die voortkomen uit de onpersoonlijke werking van oorzaak en gevolg binnen de universele orde.

Grahanam

Let.: "grijpen". Verwijst naar het feit dat wanneer ik een object identificeer, ik het "grijp" door het beeld dat in mijn mind opkomt een naam te geven. Hierdoor heb ik dat object gescheiden van alle andere objecten, die ik verschillende namen gegeven heb. Ik "scheid" het ook van het bewustzijn waaruit het ontstaan is. Wat overblijft voor mij is een naam. En ik denk dat die naam iets vertegenwoordigt dat een zelfstandig bestaan lijkt te hebben buiten het bewustzijn waarbinnen het bestaat.

Guna/Gunas (mv.)

BETEKENIS-1: De drie basisenergieën/kwaliteiten in de creatie: **Sattva** (intelligentie, kennis, licht, helderheid, en vrede); **Tamas** (zware energie, materie, matheid, lethargie, apathie, gronding, ontkenning en verhulling); **Rajas** (dynamische energie, activiteit, passie, verlangen, wilskracht en projectie).

Sattva is de eerste guna die verschijnt, het is de natuur van de mind. Vervolgens verschijnen tamas en rajas, twee kwaliteiten die de hoofdoorzaak van onwetendheid zijn. Ze richten de mind naar buiten, naar objecten. Als een persoon sattvisch is, dan is de mind naar binnen gericht, naar puur bewustzijn, zijn natuur. Dit gebeurt wanneer de invloed van rajas en tamas grotendeels teniet gedaan is.

Rajas & tamas zijn een diepe onbewuste reactie op de scheiding van ego/mind van het Zelf. Als ons natuurlijke spirituele licht – puur bewustzijn, versluierd is geraakt door donkere tamasische wolken, dan wordt ego/mind gedomineerd door angst en afkeur. Rajas reageert op ego's scheiding van het Zelf door een gepassioneerde, agressieve en met spanning gevulde mind. Als de relatieve proporties van rajas en tamas gereduceerd worden en een plekje hebben in een open sattvische mind, dan brengen ze niet langer negatieve emoties voort doch worden het krachten voor groei en verandering.

BETEKENIS-2: "Touw": wat staat voor het bindende effect dat de gunas op ons hebben als we ze niet begrijpen en onder controle hebben. De drie gunas zijn aan elkaar gebonden en ze binden de persoon aan objecten. De touwmetafoor roept het beeld op van drie zich vervlechtende "strengen" van energie die tezamen de hele creatie vormgeven. De gunas binden ons aan onwetendheid.

Zelfs sattva kan ons binden; een sattvische mind is fijn om te ervaren en kan verslavend (bindend) werken doordat je er langer in wilt verblijven, en slechts nog schoonheid en zuiverheid in je leven wilt. De gunas zijn onpersoonlijke factoren die aan het werk zijn in ons; het zijn geprogrammeerde manieren van denken en handelen die volledig voorspelbaar zijn.

Vedantische Begrippenlijst - G



VEDANTISCHE BEGRIPPENLIJST – G

Guna-management

De gunas zijn de componenten die het dharmaveld vormen. Ze sturen de creatie van alles, inclusief de vasanas die het individu motiveren en het eigen karakter van het individu, dat zijn of haar conditioneringen vorm geeft. Deze conditionering wordt versterkt door onze omgeving en levenservaringen, wat ook bestaat uit de gunas. Het leren managen van de gunas is dus niets meer of minder dan het begrijpen hoe je te verhouden tot het geheel van je omgeving, je grofstoffelijke en subtiële lichaam.

Guru

Een leraar, leermeester; let.: degene die het donker (GU) – de onwetendheid – verwijdert (RU: "degene die het verwijdert"); hij of zij is het "licht" van zelfkennis (atmavidya).