



VEDANTISCHE BEGRIPPENLIJST – Z

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.

Zelf

Het Zelf wordt beschouwd als de essentie van alles, dat wat niet uit delen bestaat; het is de observator, het geobserveerde, en het observeren. Zelf verwijst dus naar volte, heelheid, datgene waar alles in verschijnt. Het is het wetende principe in onze mind. Het is wie en wat we zijn, simpel en doodgewoon bewustzijn dat observeert dat je op dit moment deze tekst leest. Het is wie je bent. Je bent bewust. Het is je bewustzijn zonder de gedachten en gevoelens die erin verschijnen. Dit puur bewustzijn is dat aspect van ons dat onveranderlijk is, dat niet beïnvloed wordt door slechte of goede ervaringen. Het kent zichzelf en heeft onbegrensdheid en blijmoedigheid als natuur. Niets kan er iets aan toevoegen of aan af doen.

Zelf (staan als het)

Het is waar dat de jiva blijft zoals Isvara haar gemaakt heeft, ook al is zelfkennis stevig verankerd, en dat we onvoorwaardelijk van de jiva – voor zover deze bestaat – moeten houden. Doch satya én mithya is dualiteit als je denkt dat de jiva even “echt” is als het Zelf. “Staan als het Zelf” betekent dat de jiva zo goed als niet-bestaand is wat jou (het Zelf) betreft. Jij bent het Zelf. Je bent niet het Zelf én de jiva. Dus wanneer de jiva verschijnt, verklaar deze dan “niet-ontvankelijk”. Je neemt de jiva niet langer serieus.

Zelfactualisatie

Van zelfactualisatie is sprake wanneer zelfkennis op een juiste manier geassimileerd is; het doet dan vasanas hun bindende kracht verliezen en ontmaskert het gevoel dat we de doener zijn. Volledig begrijpen wat het betekent om verlicht te zijn als de jiva die leeft in de schijnbare realiteit is wat we zelfactualisatie noemen. Zodra zelfkennis stevig verankerd is ziet de vrije persoon alles primair vanuit het perspectief van het Zelf, puur bewustzijn, en pas in de tweede plaats vanuit dat van de jiva, en deze twee worden nooit meer met elkaar verward.

Zelfactualisatie is de volledige en consistente toepassing van zelfkennis op ons leven. Dit is waar er niet langer ook maar enige vraag of verwarring is over wat dan ook. De mind rust in vrede in het Zelf, ongeacht wat erin verschijnt en uit verdwijnt. Mind wordt dus niet langer geconditioneerd door de gunas, daar alle onwetendheid verdwenen is.



VEDANTISCHE BEGRIPPENLIJST – Z

Zelfactualisatie (vervolg)

Samengevat betekent zelfactualisatie: (1) De persoon heeft het Zelf volledig onderscheiden van de objecten die erin verschijnen (alle grofstoffelijke objecten maar ook conditioneringen, gedachten, gevoelens en ervaringen). (2) De kennis “Ik ben het Zelf – puur bewustzijn” en het vertrouwen erin is rotsvast. (3) Zelfkennis heeft de bindende kracht van de vasanas teniet gedaan. (4) Zelfkennis heeft het idee van doenerschap van de persoon ontmaskerd als zijnde niet waar.

Zelfrealisatie is het makkelijke deel. Zelfactualisatie – volledige assimilatie – is het deel waar hard voor gewerkt moet worden door zelfkennis voortdurend toe te passen in elke situatie (nididhyasana). Het is als het maken van een kop thee waarin je een theelepel honing doet. Je proeft het en zegt: “hé, maar het is niet zoet.” Dan roer je in het kopje en plotseling kun je de natuur van de honing waarnemen. Honing staat hier voor zelfkennis; roeren staat voor de toepassing/reflectie van de zelfkennis. Zelfactualisatie is het resultaat van Nididhyasana.

Zelf-bestaand

Onafhankelijk van enige extrinsieke dragende kracht; bestaand zonder gecreëerd te zijn.

Zelfkennis

Stel dat degene die op jouw paspoort staat “Marie” heet. Zelfkennis (atma-vidya of atma-jnana) is weten dat datgene wat je Marie noemt eigenlijk puur bewustzijn is. Marie is een symbool dat naar jou – puur bewustzijn – verwijst. Marie wordt gekend door jou, puur bewustzijn en “ik ben alles dat is”. Het is een totaal doordrongen zijn van het feit dat dit is wat je bent, en dat je dus niet het “lichaam-mind-zintuigen-complex” bent. “Totaal doordrongen zijn” houdt in dat alle angsten en verlangens geneutraliseerd zijn door zelfkennis en dat de zoektocht naar veiligheid, plezier en deugdzaamheid tot een einde gekomen is. De “toegang” tot het Zelf die zelfkennis verschaft ontstaat doordat de onwetendheid over onze ware aard verdreven is.

Zelfrealisatie

Het Zelf reëel maken betekent dat de kennis dat we één zijn (een geheel zonder delen) het gevoel van begrensdsheid vernietigt. Zelfrealisatie is niet hetzelfde als verlichting (moksha – de ultieme, permanente innerlijke bevrijding) omdat het intellectueel (abstract) is en een ervaring is. Tot het moment dat volledig begrepen is wat het betekent om puur bewustzijn te zijn (directe kennis), blijft zelfrealisatie slechts een cognitief begrip van het Zelf; dit is wat we “indirecte kennis” noemen.

Zero-sum-game

Bij alles wat je “wint” is er ook altijd iets dat je “verliest”, en andersom. Het besef dat het leven een zero-sum-game is wil zeggen dat je weet dat het leven een “construct” is, bedoeld om je te leren wie je bent, niet om je de objecten te geven die je denkt nodig te hebben.

Zonde

Elke actie die zelfbeledigend is. Als Swami Chinmayananda gevraagd werd naar de issue van seks voor zelfonderzoekers of enige andere “zonde”, dan zei hij “zondig op een intelligente manier”, waarmee hij bedoelde: wees je bewust van de positieve kant ervan en de schaduwzijde. Onder “zonde” wordt in dit verband een actie verstaan die zelfbeledigend is. Onderdruk niet, en zwelg niet. Behoud je waardigheid en “gooi de hond af en toe een bot toe”.