

Lering van Krishna, 'Master of Yoga'

- Ravi Ravindra



Ravi Ravindra zal van 14 tot 20 juni 2013 helemaal vanuit Canada naar Naarden reizen om te komen spreken over de *Bhagavad Gita*. Van vrijdag 14 tot en met zondag 16 juni zal dit vooral zijn in de vorm van inleidingen, een 'seminar'. Van maandag 17 tot en met donderdag 20 juni 2013, zal het karakter van de bijeenkomsten veranderen van inleidingen/lezingen naar een retraite-vorm, een 'retreat'. Na een inleiding gedurende de ochtenduren zal er dan meditatief onderzoek plaatsvinden, wat kan leiden tot een dieper begrip van de belangrijkste gedeeltes van deze prachtige tekst van Oude Wijsheid. De voertaal is Engels; zie verder de folder die in deze *Theosofia* is meegestuurd en vooral de website www.itc-naarden.org. U kunt apart inschrijven voor het seminar of voor de retraite, of ervoor kiezen aan beide unieke activiteiten mee te doen; u bent van harte welkom!

Geef u tijdig op bij: activities@itc-naarden.org, want het aantal slaapplekken is beperkt. Als 'opwarmertje' onderstaand een artikel van Ravi Ravindra over de *Bhagavad Gita*. Het is een enigszins geredigeerde vertaling uit zijn boek *The Spiritual Roots of Yoga*.

De *Bhagavad Gita* spreekt over een breed scala van niveaus, van de praktische zorgen van het dagelijks leven tot de voor menselijke wezens hoogst mogelijke verwezenlijking van zelfverwerkelijking. Het is misschien het belangrijkste werk dat in India ontstaan is.

De *Bhagavad Gita* is hoofdzakelijk gesitueerd op een slagveld in Kurukshetra. In het kort: de Kaurava's en de Pandava's, die neven zijn, zijn verwikkeld in een strijd om te bepalen wie het koninkrijk mag regeren. Krishna, die de geïncarneerde God is, had geprobeerd de oorlog te voorkomen, maar de neven konden niet tot overeenstemming komen. Beide zijden benaderden Krishna om hulp in het conflict. Deze liet de strijdende partijen de keus: de ene kant mocht al zijn legers hebben met hun wapens; de andere kant kon Krishna zelf hebben, maar hij wilde zelf geen wapens dragen in de oorlog.

Duryodhana, hoofd van de Kaurava's, de zonen van de blinde koning, Dhritrashtra, kreeg de eerste keus en hij koos voor kwantiteit; hij koos de legers met al hun wapens. Zo werd Krishna, die geen wapens wilde opnemen in de oorlog, de wagenmenner van Arjuna, de voornaamste held van de Pandava's. Toen de strijd op het punt stond te beginnen, vroeg Arjuna Krishna om zijn strijdswagen te brengen naar een plaats midden tussen de twee legers in, zodat hij de krijgers aan beide kanten kon overzien. Toen Arjuna zag dat zijn eigen neven, ooms, andere familieleden en leraren zich onder de krijgers bevonden tegen wie hij moest vechten en toen hij beseftte dat hij op het punt stond een strijd aan te gaan met zijn eigen familieleden, raakte hij in verwarring over wat de juiste respons moest zijn.

Midden in de meest betekenisvolle strijd van zijn leven, op het veld van *dharma* (verantwoord handelen), is Arjuna, een typerend en overtuigd krijger, in verwarring over juist handelen en over zijn verantwoordelijkheid. Hij ziet dat de verschillende niveaus van *dharma* tegenstrijdige eisen stellen. Hij wendt zich tot Krishna, die nu optreedt als zijn wagenmenner, om hulp en instructie. De *Bhagavad Gita*, wat betekent 'lied van de Gezegende', bevat de lering die gegeven werd door Krishna aan Arjuna, in dit uur van zijn gewetensnood en van conflicterende *dharma*'s.

Van meet af aan is het duidelijk dat de lering gaat over *dharma*. Het aller-eerste woord van de *Bhagavad Gita* is zelfs *dharma*. Arjuna is in verwarring over *dharma*, maar nadat hij de lering van Krishna ontvangen heeft is zijn eigen verantwoordelijkheid hem duidelijk. *Dharma* en het aandeel dat

wij hebben bij het handhaven van orde op alle niveaus is een centraal onderwerp van de *Bhagavad Gita*. Soms wordt 'dharma' vertaald als 'plicht'. Dit is deels juist, maar het ligt dichter bij 'verantwoordelijkheid voor het bewaren van orde'. Dit is een vereiste op alle niveaus: op het niveau van de hele kosmos, van de maatschappij, van de familie en van het individu. Wij worden gesteund door de kosmos, door de maatschappij en door de familie, maar wij moeten deze ook zelf ondersteunen.

Het is nuttig te vermelden dat Krishna en Arjuna, zoals de meeste namen in de Indiase mythologie, in feite een letterlijke betekenis hebben. Krishna betekent 'zwart' en Arjuna betekent 'wit'. Zo is de *Bhagavad Gita* dus een dialoog tussen de Heer der Duisternis en de witte leerling, tussen het Oneindige en het eindige, tussen het Onbekende Mysterie van de andere oever en een reiziger die op pad gaat vanaf deze oever, bang en onzeker. Het is een uitwisseling tussen verschillende niveaus, zowel binnenin onszelf als buiten ons. Hoewel Krishna en Arjuna als letterkundig stijlmiddel, gepersonifieerd zijn, misschien zijn zij echt historische figuren, bevinden wij ons in aanwezigheid van krachten en realiteiten die niet alleen maar persoonlijk zijn. Zij zijn bestaand en concreet, maar het zijn geen beperkte of alleen maar gelokaliseerde historische details. Krishna zelf zegt: *Niets is er, dat mij overtreft... alles is aan Mij geregen als parels aan een snoer (BG 7:7)* en *Weet ook, dat in elk sterfelijk omhulsel ik zelf de Kenner ben (BG 13:2)* en *Ik verblijf in het hart van elk wezen*. In deze en soortgelijke uitdrukkingen geeft Krishna aan dat hij opereert op de grootste schaal en op het hoogste

niveau. Arjuna, aan de andere kant, is in verwarring over zijn handeling in een bepaalde situatie, op een heel andere schaal en niveau.

De algemene visie van de *Bhagavad Gita* is dat elke handeling, zelfs de kleinste, een kosmische achtergrond en een kosmisch effect heeft, ook al zijn wij ons hier niet van bewust. Het kan, in feite, alleen werkelijk begrepen worden als wij het hele plaatje zien en onze echte plaats daarin. Er is een heldere uitspraak van Krishna dat Arjuna op zijn eigen schaal zou moeten doen wat Krishna doet op de grootste schaal. Het idee dat een mens de mogelijkheid heeft – niet de feitelijkheid maar de mogelijkheid – om een microkosmisch beeld te zijn van de hele kosmos is een idee dat centraal is in het Indiase denken. Een mens wordt een *kshudra brahmānda* genoemd, een kleine brahmānda, ‘het eitje van de Uitgestrektheid’. Het hele universum is brahmānda (het ei van Brahman, de Uitgestrektheid) en een mens is een kleine brahmānda. Arjuna moet op zijn menselijke schaal doen wat Krishna doet op een kosmische schaal, dat wil zeggen: hij moet verantwoordelijkheid nemen voor het handhaven van orde.

Alleen waartoe Krishna in staat is, is voor Arjuna onmogelijk te doen, zelfs op zijn eigen schaal, omdat Arjuna een ongeletterd mens is, omdat hij *prakṛita* is. Alleen een *sanskṛita* persoon kan de grote kosmos weerspiegelen. Een *prakṛita* persoon, een gewoon, natuurlijk persoon is niet in staat dit te doen. ‘Prakṛita’ betekent ‘natuurlijk’, ‘gewoon’, ‘ordinair’, ‘niet opgeleid’, terwijl ‘sanskṛita’ betekent ‘verfijnd’ en ‘gecultiveerd’. Als Arjuna in staat moet zijn te doen wat Krishna doet, dan moet hij zich gaan bezighouden met *yajña*.

Yajña is een moeilijk te vertalen woord. Meestal wordt het weergegeven als ‘offeren’, wat één betekenis is van dit woord. De wortelbetekenis is bijvoorbeeld ook ‘vereren’, ‘aanbidden’, ‘eren’, ‘consacreran’. In de aloudste teksten, en ook in de *Bhagavad Gita*, verwijst het echter naar de gelegenheid, het proces, of de middelen voor een uitruil van substanties tussen niveaus. *Yajña* is het aanroepen van hogere krachten op het niveau van de *deva*’s of goden, of het voeden van hen. Het is alleen door *yajña*, offeren, dat de goden gesterkt worden in hun taak van het handhaven van de wereldorde. Men zegt dat het gehele universum geschapen is als een *yajña* en dat betekent dus ‘offeren’ (sacrifice), in de oorspronkelijke betekenis van het woord, namelijk ‘heilig maken’. Alleen door *yajña* komt een mens in contact met hogere zijnstoestanden, de godheden. Wij kunnen niet leven zonder deel te hebben aan de kosmische rites of plichtplegingen, het universele *yajña*, hetzij als instrumenten of als slachtoffers. Door het vrijwillig op zich nemen van offering, dat wil zeggen, door *yajña*, kunnen mensen hun zelfwil aanbieden als offerande, zodat zij gebruikt kunnen worden als instrumenten van de goddelijke wil, door identificatie met het hoogste in henzelf. Arjuna heeft alleen maar de volgende keuze: hij kan gedwongen worden door zijn eigen natuur, door *prakṛiti*, om te vechten als een slachtoffer van het kosmische drama, OF hij kan de noodzaak inzien om te vechten als een instrument van Krishna’s doelen. Het lijden aanvaarden van het verlies aan zelf-wil is de noodzakelijke vereiste voor het op zich nemen van dit *yajña*. Zoals gezegd wordt in mythen, waar elke innerlijke staat verpersoonlijkt is:

Yajña is de zoon van Ruchi (Wens) en Akuti (Wil). Yajña werd in het begin en tegelijkertijd geschapen met de mens; het wordt altijd vereist.

Zoals vermeld in (3:14-16) van de *Bhagavad Gita* is yajña (*sacrifice*) de vrucht van goed handelen. De waarde van handelen wordt bepaald door het kennen van de blijvende waarden die gevonden kunnen worden in de Eeuwige Wet. Deze wet is de uitdrukking van het principe van onverwoestbaarheid en manifesteert zich in de aanhoudende rites van offering wat het universum is. Hij die niet vrijwillig deelneemt aan dit offer zonder einde is tot zonde vervallen. Gevangen door de zintuigen is menselijk bestaan zonder doel.’

Zonder yajña, zonder een offer en een uitwisseling van substanties met hogere niveaus, is dharma, het handhaven van orde, niet mogelijk. Een uitwisseling van substantie is echter gewoonlijk onmogelijk voor iemand, behalve in mechanische zin, als ‘prakriti’, waarbij iedereen deel heeft als slachtoffer. Om ervoor te zorgen dat deze uitwisseling een doelgerichte onderneming is, moet men ‘sanskrita’ zijn; om sanskrita te zijn, moet men getransformeerd worden.

Hier wordt *yoga* vereist, de discipline, het pad of de manier om niveaus te verbinden. Een gewoon mens, die prakriti is, wordt sanskrita door yoga te beoefenen. Kortom: dharma is onmogelijk zonder yajña; yajña is onmogelijk zonder yoga. Daarom moet Krishna Arjuna yoga leren, met de bedoeling hem voor te bereiden, hem op te leiden en hem te transformeren zodat hij een doelgerichte schakel wordt tussen niveaus en schalen.

Het fundamentele denkbeeld in de *Bhagavad Gita* over hoe men opgeleid kan worden, draait om de idee

van *svabhava*. Dit woord betekent zoiets als ‘iemand's eigen wording’. Soms wordt het weergegeven als ‘eigen wezen’, of ‘essentiële aard’ of ‘ingeboren natuur’. Krishna zelf, het spirituele element, verblijft in ieder mens als *svabhava*. Het is omwille van het vervullen van de doelen van *svabhava* dat iemand een menselijke incarnatie op zich neemt. Men zou niet zeggen dat het lichaam een geest heeft verworven; men zou liever zeggen dat de geest een lichaam verkregen heeft. De geest neemt een lichaam aan, omdat het iets moet doen; als hij dat niet doet vóór de dood van het lichaam, dan zal hij opnieuw geboren moeten worden, en indien nodig, opnieuw en opnieuw, op hetzelfde niveau, totdat hij doet wat hij moet doen. Wat iemand moet doen is het vervullen van *svadharma*, dat wil zeggen, dharma dat overeenkomt met *svabhava*. Als iemand voor elkaar krijgt wat hij moet doen, dan wordt de persoon, of de geest, bevrijd uit dat bestaansniveau en de overeenkomstige manifestatie. Dan kan hij misschien de vereisten van een hoger niveau op zich nemen en zal hij dienovereenkomstig geboren worden.

In het hele Indiase denken, en zeker in de *Bhagavad Gita*, wordt gezegd dat de manifestatie van iemand's *svabhava* afhangt van diepe neigingen die aangeboren zijn en die gekleurd zijn door de astrale en de planeetinvloeden op het moment van de geboorte. Het woord dat gebruikt wordt voor wat ‘kaste’ genoemd wordt betekent letterlijk ‘kleur’ (*varna*). Op het geboortetijdstip wordt een bepaalde belangrijke kleur of tint ingeprent in de persoon, in overeenstemming met de staat van de kosmos op dat moment. Dat geeft een bepaalde kleuring aan de diepe neigingen die tot uitdrukking komen gedurende iemand's

hele leven. Zo begint ieder mens met een bepaalde vormgeving van het denkvermogen, een bepaalde kleur van gevoelens en een aantal karakteristieke neigingen, van de geboorte af aan. Traditioneel zijn er vier hoofdtypes svabhava: *brahmanen* (leraren, wetenschappers, onderzoekers), *kshatriya* (heersers, adel, krijgers), *vaishya* (bourgeoisie, vooral zakenmensen en producenten) en *shudra* (arbeiders, proletariaat). Deze kasten zijn niet afhankelijk van de kaste van de ouders. Een brahmin vader kon bijvoorbeeld een shudra zoon hebben, of vice versa. Eeuwenlang heeft in India echter de kaste van de ouders om sociale redenen de kaste van de kinderen bepaald. Zo is het oorspronkelijke inzicht over verschillende typen verwrongen geraakt.

Er is een andere verdeling die verwijst naar de kwaliteit van respons ten opzichte van onze aangeboren neigingen en essentiële roeping. Deze eigenschappen worden verdeeld in drie hoofdgebieden, de drie *guna's*. Een hiervan is bijvoorbeeld *tamas*, (slordigheid). Men kan wel een brahmin zijn door essentiële roeping, maar een slordige brahmin. Men kan een actieve, maar geagiteerde (*rajas*) brahmin zijn, of men kan *sattva* zijn (bewust en kalm). Precies zo kan men een bewuste en alerte shudra zijn – een bewuste arbeider. Broeder Laurens (1614-1691) zou een goed historisch voorbeeld zijn van een sattvische shudra die tijdens het bereiden van brood bezig was met het oefenen in de aanwezigheid van God. Op soortgelijke wijze zouden Plotinus, Salomo en Mattheus kunnen dienen als historische illustraties van een brahmin, een kshatriya en een vaishya wier respons op hun inherente diverse roepingen gekenmerkt werden door de eigenschap van bedachtzaam-

heid (*mindfulness*). Er zijn drie hoofdsorten van respons op de vier belangrijkste inherente tendensen; zo krijgen wij twaalf verschillende soorten mensen. Traditioneel wordt erkend dat shudra's die vol aandacht bezig zijn met hun eigen taken en hun eigen werk in feite hoger staan dan brahmanen die onoplettend, roekeloos of slordig zijn in hun werk. In ieder geval is de kwaliteit van de respons iets heel anders dan de tendens of de roeping waaraan men gehoor geeft.

De *Bhagavad Gita* benadrukt dat wij niet echt vrij kunnen zijn zonder onze eigen svabhava te volgen, onze eigen essentiële wording. Overeenkomend met svabhava is er *svadharma* en ook *svakarma*. Alleen die acties en die verantwoordelijkheden die overeenkomen met de neigingen in ons diepste innerlijk en onze ware positie kunnen tot vrijheid leiden. Natuurlijk bestaat deze vrijheid alleen vanaf een bepaald niveau van bestaan, en zal zij pas gerealiseerd worden wanneer aan de eisen van dat niveau voldaan wordt. Anders worden wij, zoals Krishna zegt, gedwongen om steeds weer terug te keren naar onze eigen diepe onbevredigde verlangens, die bovendien alleen maar vervuld kunnen worden door onze eigen essentiële roeping. Wanneer Arjuna bijvoorbeeld zegt: 'Ik ga niet vechten,' antwoordt Krishna:

Als je denkt: 'ik zal niet vechten', zal dat je vastberadenheid ondermijnen, omdat je dan door je eigen aard wordt ondermijnd. Als je weigert te vechten op Mijn aanwijzing, zelfs dan zal je eigen aard je daartoe aanzetten. God leeft in het hart van alle schepselen, Arjuna, en door de kracht van de illusie (maya) laat Hij hen rondgaan als waren ze bevestigd aan een rad (BG 18:59-61).

Svabhava is juist dat deeltje van Krishna dat in ieder wezen gevestigd is en het is alleen door dat deeltje dat men tot Krishna's eigen wezen kan komen. Om tot Krishna te komen, dat wil zeggen, te zijn en te handelen in zijn stijl van leven, dat is het ideaal dat uiteengezet wordt in de *Bhagavad Gita*. Svabhava is het voertuig hiertoe. Tot Krishna te komen, tot dit niveau van uitgestrekte energie, is alleen mogelijk door iemands eigen essentiële natuur, door svabhava. Krishna zegt (BG 18: 45-48) dat hoe moeilijk het dharma ook is dat overeenkomt met ons svabhava, hoe moeilijk onze roepingen en verplichtingen ook zijn en hoe prettig of lonend de wegen van andere mensen ook lijken, toch kunnen wij niet de dictaten, voorschriften, volgen van enig ander svabhava dan onze eigen. Er is geen weg tot ware vrijheid, behalve die door onze eigen diepste en meest essentiële natuur.

De fundamentele manier die Krishna omschrijft in de *Bhagavad Gita*, dat wil zeggen de fundamentele yoga die hij Arjuna ter transformatie onderwijst, is *buddhi*-yoga. Deze lering spreekt over de noodzaak van de integratie van buddhi. Buddhi, hetzelfde woord waarvan Boeddha is afgeleid, komt van de verbale wortel *budh*, wat 'ontwaken' of 'ontwaren' betekent. Buddhi is de eigenschap van visie en onderscheidingsvermogen en staat boven *manas*, het denkvermogen. In een prakrita-persoon die zichzelf niet op een hoger plan gebracht heeft beheerst de begeerte-wil het denkvermogen. Dit komt vooral voort uit de zintuigen, iets prettig of vervelend vinden, uit genoegens en angsten. Het denkvermogen beheerst op zijn beurt buddhi doet dit uiteen doet vallen in conflicterende verlangens. Als iemand

getransformeerd wordt, ontstaat er een omkering van deze natuurlijke orde, waardoor de correcte innerlijke orde wordt ingesteld die een vereiste is voor de handhaving van een uiterlijke orde. Extern dharma is alleen mogelijk nadat de juiste interne orde is gevestigd; dit is alleen mogelijk door yoga. In de juiste volgorde beheerst nu buddhi het denkvermogen dat op zijn beurt de zintuigen beheerst. Buddhi ontvangt zijn impulsen en energie van iets dat erboven staat. Dit laatste wordt met veel namen benoemd. Krishna noemt het soms gewoon 'dat' of 'het belichaamde', of soms *purusha* of *atman*. Buddhi is het hoogste aspect van een specifieke individualiteit en kenmerkt de scheidslijn tussen wat persoonlijk is en iets dat voorbij het persoonlijke ligt. Alleen buddhi is in staat om deze hogere visie op te vangen; niets anders in een mens is in staat om het rechtstreeks te ontvangen. Als buddhi niet behoorlijk functioneert, is de aandacht sterk vertakt en gedesintegreerd.

Het doel van yoga is om een persoon te integreren, volledig en één te maken. Het woord *yukta* betekent: 'iemand die in yoga is, iemand die geïntegreerd is'. Buddhi-yoga heeft verscheidene aspecten, zoals een symfonieorkest allerlei muziekinstrumenten heeft waar een beroep op gedaan wordt om samen of om de beurt te spelen. Specifieke yoga's, zoals karma-yoga, bhakti-yoga en jñana-yoga zijn de diverse muziekinstrumenten in dit orkest van buddhi-yoga. Karma-yoga betekent de discipline van handeling, of integratie door activiteit. Bhakti-yoga is integratie door liefde of devotie; jñana-yoga leidt tot een integratie door kennis, door gnosis. Dhyana-yoga is de yoga van meditatie. *Ch'an* in het Chinees, *Thon* in het Vietnamees, *Son* in het Ko-

reaans, *Zen* in het Japans, zijn allemaal variaties op het Sanskriet *dhyana*. De praktijken van meditatie in deze verschillende zettingen zijn alle beïnvloed door *dhyana-yoga*. Deze *yoga*'s vormen samen de vorm van *buddhi-yoga* van de *Bhagavad Gita*, dat wil zeggen de *yoga* van geïntegreerde intelligentie en wil.

Karma-*yoga* is de *yoga* van handeling. Het is de weg van activiteit verbonden met het lichaam en met alle fysieke arbeid, van de kunsten en handvaardigheden, van gebaren, lichaamshoudingen en rituelen. Er staan een paar fundamentele aspecten van de *yoga* van handeling in de *Bhagavad Gita*. De eerste is dat wij niet vrij kunnen zijn van de boeien van actie, dat wil zeggen vrij van dwangmatige mechanische actie, door inactie. Toen Arjuna de situatie op het slagveld aan het begin van de *Bhagavad Gita* zag, beseftte hij dat hij geen duidelijk beeld had van juist handelen en wilde hij helemaal niet in actie komen. Krishna herinnerde Arjuna er echter aan dat niemand zich van actie kan onthouden zo lang hij leeft. De eerste verzaking (iets waar je afstand van moet doen) waar Krishna om vraagt is het afstand doen van inactie. Het gehele leven is een gebied van actie en wij kunnen geen verantwoordelijkheid ontlopen voor onze handelingen. Het tweede aspect dat is verbonden met karma-*yoga* is de vereiste om afstand te doen van gehechtheid aan enige specifieke soort activiteit en aan de vruchten van handeling. Wij moeten gewoon doen wat gedaan moet worden, of wij het leuk vinden of niet, zonder zorgen over het slagen of mislukken van de onderneming. Krishna zegt ook dat de enige handeling die de mogelijkheid heeft om tot vrijheid te leiden *yajña*-

karma is, namelijk activiteiten die gedaan worden als opoffering, geheiligd door een uitwisseling met hogere niveaus. Krishna stelt dat hij zelf 'de primordiale opoffering (*adhiyajña*) [is], aanwezig in jouw lichaam, edele Arjuna.' (*BG* 8:4), en dat de wereld uit *yajña* geschapen werd. *Werk moet worden gedaan als een offergave aan God, omdat het je anders in de materiële wereld gevangen houdt. Handel daarom altijd voor Hem en je zult niet langer gebonden zijn (BG 3:9).*

Bhakti-*yoga* is de weg van gevoel en van liefde en devotie. Dit is de *yoga* van het hart, van dichtkunst, muziek, verering en zelfovergave. Krishna legt veel nadruk op het feit dat al het gewone bestaan beheerst wordt door *raga dvesha*, door iets prettig of onaangenaam te vinden. Alleen iemand die bevrijd is van de dualiteit van houden van en haten kan helder en onbevooroordeeld zien. Hierover wordt verder uitgeweid met de termen angst en genot, maar de woorden die het vaakst gebruikt worden zijn *raga dvesha*, gehechtheid en aversie, prettig en onprettig vinden. De mogelijkheid tot hogere gevoelens, welke dan ook, zoals liefde, mededogen of vertrouwen, kan zich alleen voordoen wanneer wij niet verteerd worden door subjectieve emoties. Bhakti-*yoga* opent de mogelijkheid van een relatie in liefde en devotie met hogere of met diepere aspecten van innerlijke en uiterlijke werkelijkheid. De liefde voor datgene wat van bovenaf roept, wat hetzelfde is als diep van binnenuit, is een essentieel bestanddeel van het leren kennen van de diepere en hogere aspecten van onszelf en de kosmos. Wij moeten Krishna liefhebben, die ieders intiemste zelf is, om tot bij Krishna te geraken. Er wordt wel gezegd dat wij, alleen wanneer wij

ergens van houden, de mogelijkheid hebben het werkelijk te (leren) kennen. *Door toewijding aan Mij ondervindt hij wie Ik werkelijk ben en gaat dan onmiddellijk in Mij op (BG 18:55).*

Jñāna-yoga is de weg van kennis en inzicht. Het is het pad van het intellect, van onderzoeken, van wetenschap en filosofie. De kennis waarover hier gesproken wordt is geen informatie, maar inzicht, niet de onsamenhangende kennis van *manas* (het lager denkvermogen), maar de transformerende gnosis van *buddhi* (het hoger denkvermogen), waardoor wij deel hebben aan de essentiële natuur van wat wij weten. Zo impliceert het kennen van Krishna het één worden met hem in zijn stijl van zijn. Deze kennis is niet objectief en ook niet subjectief, maar het is kennis van zowel de kosmos als het zelf. Zoals Krishna, de ‘kenner van het veld in alle velden’ zei:

Dit lichaam is het veld en degene die het kent, wordt door de wijzen de kenner van het veld genoemd (BG 13:2).

Deze kennis, of liever deze visie, wordt ons verleend in contemplatie en absorptie wanneer onze psyche in *samadhi* is (volkomen rustig en geïntegreerd) door *dhyana-yoga*, het pad van meditatie. Er staat niet veel rechtstreekse instructie over dit pad in de *Bhagavad Gita*, behalve de algemene suggestie dat de middenweg gevolgd dient te worden in zaken betreffende eten, slapen en inspanning. Er wordt gewezen op de noodzaak van de juiste houding, fysiek zowel als emotioneel en intellectueel. Wanneer ons lichaam, denkvermogen, hart en adem op de goede manier volkomen in harmonie gebracht zijn en onze aandacht stabiel is, dan is ons *buddhi* eenpuntig en geïntegreerd, zo wordt gezegd.

De diverse yoga’s zijn alle takken

van *buddhi-yoga* (*limbs of yoga*, ‘ledematen’ van *yoga*), de weg van een ontwaakte en geïntegreerde intelligentie en wil. Deze yoga’s sluiten elkaar niet uit; zij doordringen en ondersteunen elkaar, zodat *buddhi* van bovenaf kan ontvangen en onderaan kan handelen. Wanneer iemand aldus geïntegreerd is, kan hij zich naar behoren bezighouden met *yajña*, met de noodzakelijke uitwisseling van substanties, en kan hij een intelligente schakel worden tussen hemel en aarde. Als wij een microkosmos worden, kunnen wij het juiste *dharma* volvoeren dat de juiste orde kan ondersteunen. Aan het einde van de *Bhagavad Gita*, wanneer de lering voltooid is, zegt Krishna:

Nu heb ik je de kostbaarste kennis gegeven, het geheim der geheimen. Overdenk het ten volle en handel dan naar eigen goeddunken (BG 18:63).

Arjuna is nu een getransformeerd mens, ontwaakt tot zijn ware situatie, tot zijn echte plaats en tot de noodzaak van handeling die van hem gevraagd wordt. In feite heeft hij niet langer een keuze: hij ziet wat er gedaan moet worden, of hij dat nu leuk vindt of niet, en als een yogi-krijger richt hij zich volledig op dat doel. Hij zegt eenvoudigweg:

O Krishna, al mijn illusies zijn verdwenen. Ik heb de hoogste en de meest edele wijsheid mogen ontvangen door Uw goddelijke genade. Ik ben vol vertrouwen, standvastig in mijn overtuiging en zal handelen overeenkomstig Uw wil (BG 18:73).

Als afsluiting van deze zeer korte introductie tot de lering van Krishna, Yoga Meester, Master of Yoga, volgt nu een vers uit de *Bhagavad Gita* (3:30):

Als je elke handeling aan Mij wilt opdragen, als je diep en geconcentreerd wilt nadenken over de allerhoogste Ziel, als je jezelf wilt bevrijden van de koorts van begeerte en zelfzuchtigheid, dan moet je vechten!

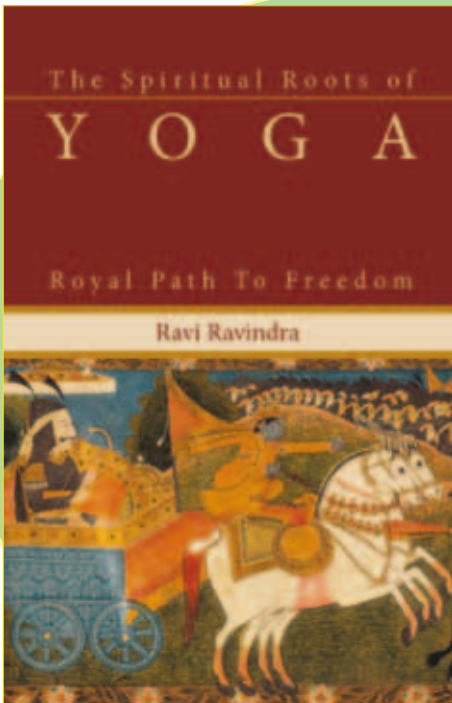
In het Engels:
*Renouncing all actions to Me,
Mindful of your deepest self,
Without expectation, without self-occupation,
Struggle without agitation.*

NB. De vertaling van deze verzen is overgenomen uit Alain Danielou, *Hindu Polytheism*, Bollington Foundation, New York, 1964, p.68.

Vertaling: A.M.I.

Voor de Nederlandse vertaling van de citaten uit de *Bhagavad Gita* is gebruik gemaakt van Mansukh Patel, *Vrijheid volgens de Bhagavad Gita*, Life Foundation International, Zetten, Nederland, 2000.

(advertentie)



The Spiritual Roots of Yoga

- Royal Path to Freedom

Ravi Ravindra

Morning Light Press, 2006. 179 pages | Paperback
ISBN: 9781596750111 - Prijs: € 16,50.

Each of the selections in this compilation of articles is informed by the philosophical background of yoga, especially the two great texts of yoga, the *Yoga Sutra* and the *Bhagavad Gita*. All of them speak of and are related to the wisdom of the spiritual traditions of India. They range from an exploration of *rita* (cosmic order) in the *Rig Veda* and its relation to *yajna* (sacrifice and exchange between levels) and *dharma* (law, order, sacred obligation) to reflections about contemporary spiritual masters such as J. Krishnamurti and G. I. Gurdjieff in the context of the Indian tradition. This volume will be valuable for those who wish to learn about the roots of yoga and the culture from which it arose.