

De filosofie van de *kleśa's* in *De Yoga-Sūtra's* van *Patañjali*

– Fay van Ierlant

De yogawetenschap was bekend en werd toegepast in India, lang voordat Patanjali de traditie en de discipline van yoga samenvatte op een meesterlijke manier. Dat gebeurde rond de tweede eeuw voor Christus. Het woord yoga is afgeleid van de wortel Yuj, verbinden, eenmaken. De Yoga Sūtra's van Patañjali worden gezien als de basistekst van rāja-yoga.



Rāja-yoga is het samengaan van denken, handelen en compassie, in één beweging van innerlijke eenheid en daarom is het de koninklijke yoga. *Rāja-yoga* toont ons hoe we het indalen van het bewustzijn in en het gebonden blijven van het bewustzijn aan materiële omstandigheden kunnen omkeren naar een evolutionaire beweging die het bewustzijn bevrijdt van zijn conditioneringen en verlicht met zijn universele geestelijke ware aard.

In 1961 gaf het Theosophical Publishing House in Adyar het boek *The Science of Yoga* uit met commentaar van Dr. I.K. Taimni. Het werd een wereldwijde bestseller en het is in vele talen vertaald en herdrukt, waaronder in het Nederlands.

De Esoterische School van Theosofie in Nederland gaf het boek uit in 1975 onder de titel: *De Yoga-Sūtras van Patañjali* met commentaar van dr. I.K. Taimni.

In het Nederlands beleefde het boek in 2010 de zesde, geheel herziene druk.

Patanjali's *yoga sūtra's* zijn verdeeld in vier delen. Deel I gaat over Samādhi Pāda, vertaald als: Geestvervoering. In Deel I wordt een overzicht gegeven van wat yoga is en waar het voor dient. Deel II, getiteld *Sādhanā Pāda*, van *Sādhanā*, de weg, de manier, gaat over de scholing.

Deel III heet *Vibhūti Pāda* en gaat over de manifestatie van geestelijke kracht. *Vibhūti* betekent heilige as. Spirituele leraren worden in India wel *vibhūtis* genoemd. Het gaat over de zich ontwikkelende vermogens of siddhi's die tot ontwikkeling komen als de hogere trappen van yoga worden beoefend. Die vermogens zijn niet het doel van yoga, want het doel is de bevrijding van illusie en het daardoor één worden met het geestelijke Zelf. Deel IV is *Kaivalya Pāda*, van *Kaivalya* bevrijding uit onwetendheid, loskoppeling. Over de uiteindelijke bevrijding, het loslaten van alle gehechtheid; de bevrijding uit de waan van het vergankelijke.

De filosofie van de *kleśa's* is het eerste onderdeel van deel II, vóór het achtvoudige yogapad dat Patanjali aangeeft als *ashtānga yoga* in sutra 29 van deel II.

De *kleśa's* zijn geen onderdeel van het achtvoudig pad dat wordt aangegeven, omdat ze er een beetje een voorland van zijn en zij worden door Patanjali gezien als een pril beginstadium van de scholing. Hij noemt het *kriyā yoga*, voorbereidende yoga.

Waarom voorbereidende yoga? In deel I begint sutra 1 met het woord *atha*, nu. Dat *nu*, wat we meer tegen komen in oosterse verhandelingen, geeft aan dat de student *nu* genoeg is voorbereid om aan de gang te gaan

met de yoga sūtra's. Men moet eerst een denkvermogen ontwikkelen dat in staat is tot diepgaand zelfonderzoek om te kunnen komen tot dat wat in sutra 2 van deel I genoemd wordt: *Yoga is het stilzetten van de wijzigingen van het denken*.

Dat wil zeggen dat al de reactiecentra van het denken moeten worden opgelost en dat is nogal wat, het vraagt om voorbereiding, om *kriyā yoga*. Als het denkvermogen het bewustzijn nog psychologisch verwickeld houdt in de wereld van ambitie en van het vergaren van goed en status, is de overgang naar de ethiek van Patanjali's sūtra's een stap te ver.

De *yoga sūtra's* vragen om een zeer precies en zeer delicaat denkvermogen dat ook in diepe stilte dynamisch blijft om te kunnen komen tot de fundamentele transformatie waar yoga om vraagt.

In Sutra 1 van deel II, de scholing, lezen we dat soberheid, zelfstandig denken en het hebben van nobele aspiraties, wat neerkomt op: eenvoud, reflectie en aspiratie, de voorwaarden zijn vóór het dieper ingaan op de *Yoga Sūtra's*. Men moet de eigen levenswaarden in zichzelf vinden, de eigen ethische ontwikkeling ontdekken, zodat discipline nooit wordt opgelegd, maar wordt ingezien. Het spirituele pad kan niet gegaan worden door het blind volgen van de normen en waarden van een tekst of van anderen. Soberheid en zelfreflectie leiden naar het vinden van de eigen diepere geestelijke waarden in het leven en zo naar ware aspiratie.

Sutra 3 van deel II brengt ons bij de *kleśa's*.

Kleśa wil zeggen: kwelling, bezoeking, ellende, maar geleidelijk aan is het de betekenis gaan krijgen van dat wat

pijn, beproeving en ellende veroorzaakt. Het gaat in feite om oorzaken van gevolgen.

Er worden vijf *kleśa's* genoemd in sutra 3.II: AVIDYĀ: onwetendheid; gebrek aan besef, illusie; ASMITĀ: ikbenheid; egoïsme; zelfzucht; RĀGA: aantrekking; het houden van; DVEŚHA: afstoting, letterlijk het tot twee maken, niet houden van; ABHINIVEŚAH: het hechten of de gehechtheid aan het leven dat de vrees of angst voor de dood veroorzaakt. We lezen bij sutra 3.II: *Deze kleśa's veroorzaken pijnen, bezoeken, ellende en zijn oorzaken van pijn en smart.*

Als je het rijtje goed bekijkt zie je dat het geen vijf verschillende oorzaken zijn. Zij zijn een geheel en gaan in elkaar over. Het is de laatste *kleśa*, het sterke gehecht zijn aan het leven dat de vier anderen inhoudt. De *kleśa's* zijn de oorzaak van onze valse identiteit van waaruit we willen blijven voortbestaan en de wens om voortbestaan versterkt weer de valse identiteit.

Willen we afkomen van die oorzaken van de pijn en ellende als gevolg van het gebonden zijn aan de persoonlijke aard, dan kan het bestuderen en onderzoeken van de filosofie van de *kleśa's* daar duidelijkheid over geven.

De grondoorzaak van de vijf *kleśa's* is de onwetendheid over de Werkelijkheid die de verschijnselen in de fysieke, emotionele en intellectuele wereld veroorzaakt.

In sutra 5.II wordt uitgelegd dat die onwetendheid, gelijk is aan: *Het niet eeuwige, het onzuivere, het boze en het niet-Zelf te houden voor het eeuwige zuivere, het goede en het Atman, het hoogste geestelijke Zelf.*

Het je niet bewust zijn van, en het daardoor niet zien hoe, de Werkelijkheid, die aan de manifestatie ten

grondslag ligt, verward raakt in de materie. Het bewustzijn raakt verstrikt in de begoocheling van de materie, omdat het daar zijn lessen tot ontsluiting van die materie moet leren. Het zich identificeren met die begoocheling houdt het bewustzijn vast in de beperking van illusie. *Avidyā*, onwetendheid, kan ook bewust in stand gehouden worden door het niet willen weten.

Asmitā, de tweede *kleśa* geeft de "Ik-benheid" aan, het zich identificeren met het zelfbedachte ikbegrip. *Asmi* wil zeggen: "Ik ben". *Mita* komt van *mithya*, niet werkelijk, illusionair. Het zuivere "Ik ben" van de geestelijke gebieden verandert in "Ik ben dit" of "ik ben dat", zich identificerend met het fysieke lichaam, met de emoties of met het intellect.

Asmitā begint in het denken, maar het daalt verder in naar de emotionele en de lichamelijke ervaringen, als het functioneert door het emotionele of door het fysieke voertuig op die gebieden van bestaan.

Daar vloeit dan weer de volgende *kleśa* uit voort: *rāga*. *Rāga* is het zich aange trokken voelen door een persoon of een object. Aantrekkelijkheid komt voort uit een of ander gevoel van genoeg, dat fysiek, emotioneel of mentaal kan zijn. Zo houden we van bepaald eten omdat we het lekker vinden en zijn we aan iemand gehecht omdat die persoon ons een bepaald genoeg verschaft of een emotionele behoefte vervult. We kunnen ook iets nastreven dat ons intellectueel bevredigt.

Rāga gaat gepaard met de volgende *kleśa*: *dveśha*, de afkeer die met pijn gepaard gaat, zoals antipathie en haat, het afstoten van.

Dveśha is *rāga* in negatieve zin. Zij vormen een paar van tegengestelden als aantrekking en afstoting. Zij klin-

ken ons vast aan de lagere niveaus van bewustzijn waar ze vrij spel hebben als instrumenten van *asmitā*, de identificatie met “Ik ben dit of dat” .

Een vrij en ongeconditioneerd denkvermogen slaat niet uit naar de ene of naar de andere kant, naar het houden van iets ten koste van het niet houden of het haten van iets anders en omgekeerd. Het kiest geen partij voor deze of gene.

Rāga en *dveṣha* zijn, vooral in hun grofste vormen, de oorzaken van veel menselijke ellende.

De laatste *kleśa*, *abhiniveśah*, is de krachtige begeerte om in leven te blijven die zelfs de geleerden of wijzen beheerst, zegt sutra 9 van deel II.

Abhiniveśah komt voort uit de identificatie met “Ik ben dit of dat” van *asmitā*, en uit het aantrekken en afstoten van materiële verlangens en gevoelens in *rāga* en *dveṣha* die weer een onderdeel zijn van het beperkte functioneren van het bewustzijn dat we *a-vidyā* noemen, niet weten, wars van weten. Het verband van onwetendheid, van *avidyā*, met zijn uiteindelijke basis *abhiniveśah*, de angst voor de dood, wordt waargenomen in het spel van aantrekking en afstoting door het ik beginsel dat de gehechtheid aan de materie steeds versterkt. Bij geestelijke groei gaan deze sympathieën en antipathieën hun krachten verliezen en de begeerte naar het fysieke overleven wordt minder en minder belangrijk. *Avidyā*, onwetendheid gaat over in *vidyā*, kennis die naar wijsheid leidt.

Hoe? Ook dat geven de sutra's aan. Sutra 11 van hoofdstuk II zegt dat de werkzaamheid van de *kleśa's* stilgelegd moet worden door meditatie op een schouwende manier. In die staat van meditatie zien we de oorzaak in het

gevolg en kan de afstand tussen die twee wegvallen.

Voor het terugbrengen van actieve *kleśa's* naar een passieve vorm kun je drie dingen toepassen: 1. Het observeren en bestuderen van jezelf om tot inzicht te komen dat je niet “ik ben dat” bent; niet voortdurend meegaan in de aantrekking en afstoting, maar zonder voorkeur naar de dingen leren kijken met een keuzeloos gewaarzijn. 2. Sober leven in een bepaalde orde, geen chaos maar rust door te leven vanuit een evenwichtig denken. 3. Om je zo open te kunnen stellen voor je geestelijke Zelf. Dat zijn de drie elementen van *kriyā yoga* die te bereiken zijn door meditatie.

In de tekst van sutra 11 klinken de drie letterlijke voorwaarden veel strenger, aangegeven vanuit het ascetisme van de Vedische sutra's: *Svādhyayā*: studie om te komen tot kennis van het hoger Zelf; *Tapas*: soberheid en onthouding, geconcentreerde discipline; *Īśvara-prānidhāna*: algehele overgave aan het geestelijke, opgaan in het Ene.

Het is vooral Krishnamurti geweest die erop wees dat discipline van binnenuit opkomt na geestelijk inzicht, je kunt het niet opleggen. Orde en discipline ontstaan in een open denkvermogen door geestelijk inzicht.

De sutra's wijzen ook op het karmische element in de *kleśa's*. In sutra 12 van deel II wordt duidelijk gemaakt dat de *kleśa's* de oorzaken zijn van de karma's die we door onze aan de materie gebonden gedachten, verlangens en handelingen in het leven roepen.

In sutra 14 lezen we: *Ze hebben vreugde of smart als hun vrucht, al naar gelang hun oorzaak deugd of verdorvenheid is.*

Verschijselen in de materie of fenomenen, zoals ze in de sutra's worden

genoemd, worden veroorzaakt door het spel van de drie guna's, de drie vibraties van materie. Het zijn sattva – rajas en tamas, de weerspiegelingen van de drie universele geestelijke beginselen op de zeven stoffelijke gebieden van bestaan. Die universele geestelijke beginselen worden aangegeven als: Sat, het Zijn, Chit, het Bewustzijn en *Anandā*, het totale evenwicht tussen Zijn en Bewustzijn: gelukzaligheid.

Als het bewustzijn grote snelheid te weegbrengt in de materie, ontstaan de snelle trillingen van rajas; als het langzaam gaat ontstaat inertie, stilstand: tamas. Het zijn natuurlijke toestanden die we allemaal kennen. We gaan voortdurend van tamas naar rajas als we weer iets ontdekken waar we meer van willen weten en wat daardoor onze ideeën van dat moment omver werpt en we komen in een staat van onrust totdat we het weer op een rij denken te hebben. Er is weer even evenwicht en soms euforie: sattva. Dan begint het allemaal weer opnieuw.

Sattva is de harmonische verbinding tussen rajas en tamas. Het in evenwicht zijn van geest en materie, zodat rajas en tamas verdwijnen. Als sattva is bereikt op een bepaald gebied van bestaan, kan het bewustzijn het volgende ijlere gebied bereiken omdat dat gebied aanvangt bij het evenwicht van het vorige gebied. Uit *De Geheime Leer* weten we dat het hoogste niveau van een gebied het laagste niveau van het daarboven liggende gebied raakt.

De drie guna's zijn een noodzakelijkheid voor het tot stand komen van een kosmos en voor de ontwikkeling van de mens. Tamas bindt aan de op een bepaald moment noodzakelijke materie, rajas gaat die materie doorbreken en sattva brengt materie en

geest in evenwicht. Tamas heeft te maken met de wil tot manifestatie, rajas met creativiteit en sattva met compassie-wijsheid.

Door het gaan herkennen van de werking van de *kleśa's* die het spel van de guna's veroorzaken gaat het geestelijk onderscheidingsvermogen in de mens zich ontwikkelen, dat aangeduid wordt met het Sanskriet woord *viveka*. *Viveka* doorziet het spel van de krachten die de verschijnselen veroorzaken en als gevolg daarvan ontstaat *vāirāgya* van *vai* dat zonder betekent en van *ragya*, meeslependheid. Het wordt gewoonlijk vertaald door ongehechtheid aan die verschijnselen door inzicht: *viveka*.

Rajā yoga is het omkeren van het proces van indaling in de materie naar evolutie uit die materie.

Krishnamurti had het over het ontstaan van een totaal andere staat van bewustzijn, vrij van de *kleśa's*. Dan kan de intelligentie die geboren wordt uit compassie door het herseninstrument werken. Dan alleen kan er de ware aandacht zijn voor het leven, als die aandacht niet meer uitsluitend gericht is op en slechts werkt vanuit de op de persoonlijkheid gerichte gebieden.

Krishnamurti in *De Toekomst van de Mensheid: Kan het hersendenken met al zijn geconditioneerde cellen totaal veranderen? Wij zeggen dat dat kan door geestelijk inzicht. Geestelijk inzicht ligt buiten de tijd. Het heeft niets te maken met tijdgebonden gedachten.*

Het begin van dat proces van geestelijke ontwikkeling ligt in het ontdekken en aanpakken van de *kleśa's*; dat wist men al in 2000 voor Christus. Men spreekt dan ook van de Wetenschap van Yoga.