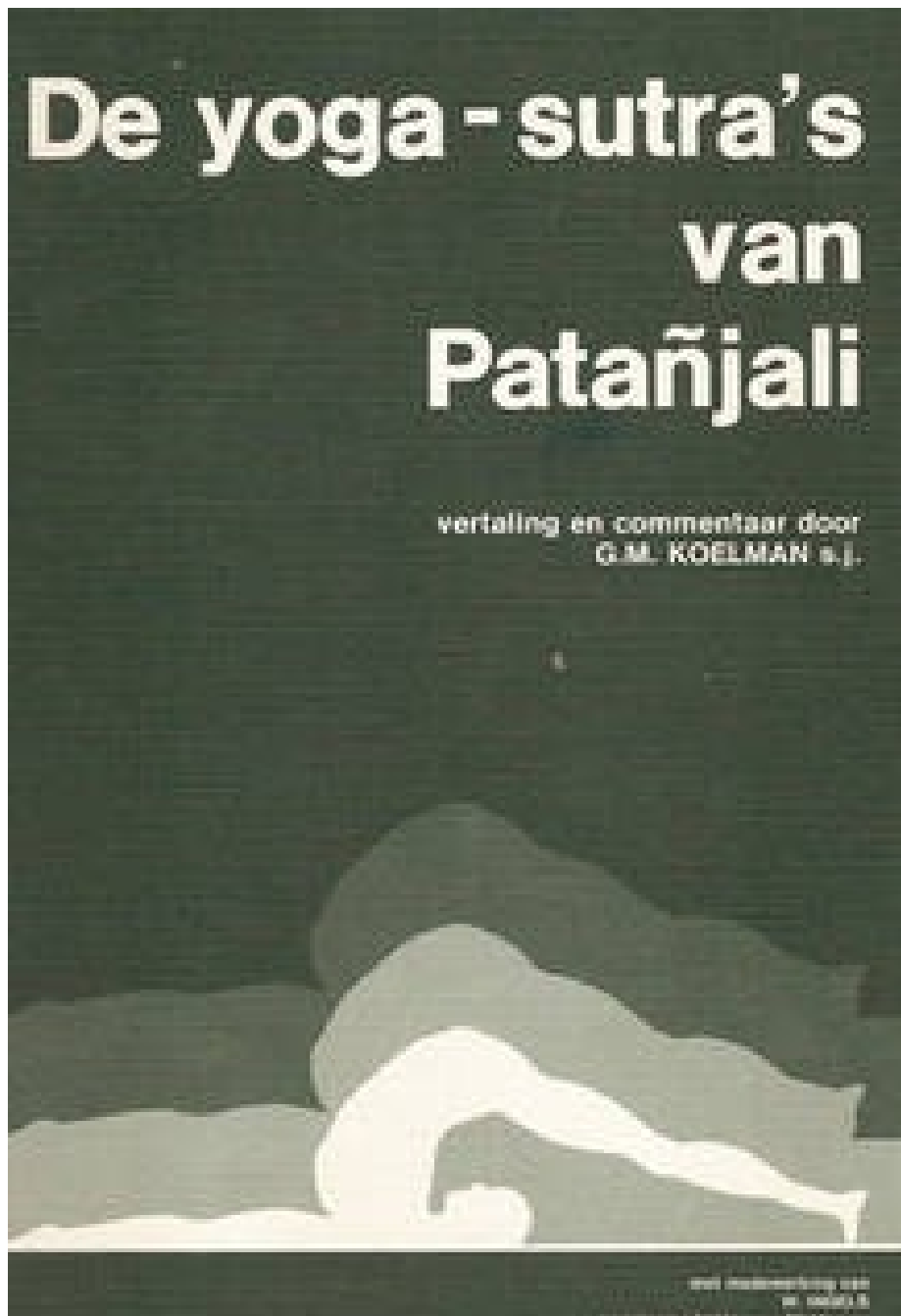


## De Yoga-Sutra's van Patañjali.



# Hoofdstuk 1.VOORWOORD.

## **Atha Yoga\_Anushāsanam**

**Hier nu is de uiteenzetting aangaande de yogaleer.**

-oOo-

De yoga-sutra van Patañjali is ongetwijfeld het oudste en tevens het voornaamste werk dat de meeste en de zuiverste gegevens bevat over de yoga-dârsana. Zoals ik in mijn blog "Mijn yoga-belevenissen" heb uitgelegd, is de yoga-dârsana een volwaardige zienswijze die behoort tot de orthodoxe indische zienswijzen en niet berust op dogmatische premissen. Ze is pragmatisch en men kan ze slechts begrijpen en in zekere mate uitleggen door ze zelf toe te passen.

Toen ik de vertaling in het Nederlands van het Engelstalige boek "From related ego to Absolute Self" geschreven door wijlen G.M. Koelman s.j. en guru van Halâsana-Maldegem had beëindigd en er ook een synthese had van geschreven voor het onderricht van de yoga-dârsana, heb ik gemeend dat daarbij een vertaling van de yoga-sutra zelf, vanuit de bronteksten van het oude Sanskriet naar het Nederlands, als een bewijskracht à fortiore, niet zou misstaan. Trouwens, tijdens het vertaalwerk en het opmaken van de synthese, werd het steeds duidelijker dat de wetenschap van de yoga-dârsana in deze 195 korte zinnen opgeborgen lag. Alleen een echte 'kenner' van deze bijna onontwarbare geheime taal kon in staat zijn, ons de inhoud ervan te onthullen.

Nu we G.M.Koelman hadden leren kennen en ondervonden hadden dat zijn kennerskwaliteit van het oude Sanskriet het zeker tegen de besten kon opnemen, was er geen twijfel mogelijk. Hij zou het voor ons klaarspelen om een begrijpelijke vertaling te maken (zij het hier en daar met mijn medewerking ontdaan van wat verroeste woorden uit de vooroorlogse Spelling 'Nederlands ').

Het relaas van het ontstaan van deze vertaling en de uitgave ervan, kan men lezen in mijn vorige blog in de afleveringen 11 en 12. Ik kan dus hier bijna onmiddellijk van start gaan met de studie van de Sutra zoals ik deze destijds (in 1983) voor de eerste maal heb voorgesteld aan de aspirant -yogadocenten in de opleidingslessen tot Yogacharya. Voor de studie van de Yoga-sutra werd gebruik gemaakt van de volgende boeken:

- 1.The yoga-system of Patañjali - J.H. Woods.
- 2.Yoga-philosophy of Patañjali Sw. Hariharananda. (Engelse vertaling P.N. Mukersi.
- 3.Raja-yoga - Sw/Vivikananda.(Nederlandse vertaling G.Van Suchtelen Van de Haere)
- 4.Zien door Yoga - Joh.Dijkstra & Salv.Cantore (De toorts)
- 5.Initiation au Yoga-sutra - J.Varenne & G. Blitz (cursus EYU)
- 6.De Yoga-sutra's van Patañjali -G.M. Koelman & W. Ingels (eigen uitgave)
- 7.Het wetenschappelijk onderzoek van de mystiek - Frits Staal (aulareeks 619)
- 8.Patañjala Yoga (from related ego to Absolute Self) G.M.Koelman, (in het Nederlands vertaald door W.Ingels (eigen uitgave).

De uitleg en de commentaren bij de sutra-teksten wordt beslist geen polemiek tussen deze verschillende auteurs en hun boeken. De vergelijking ervan laat ik over aan de lezer van mijn blog. Mij is het er alleen om te doen de Sutra van Patañjali voor te stellen die berust op de dualistische strekking van de Yoga-dârsana die ik in mijn blog 'Mijn yoga-belevenissen' heb uiteengezet (zie de bijdragen nr.19 tot en met nr.25, en de nr.34 tot en met nr.41).

In mijn volgende bijdrage laat ik u kennis maken met het geheel -Betekenis Karakter en Indeling van de Yogasutra .

## **Hoofdstuk 2 KENNISMAKING MET HET GEHEEL – SUTRA & AUTEUR.**

### **1° Betekenis Sutra :**

Het woord Sutra betekent in de eerste plaats de beknopte weergave van een leer. Het is a.h.w. het tekstboek waarin de essentie van deze leer wordt neergeschreven. In India hebben de zes grote dârsnas ( Vedanta - Mimansa - Sankhya - Yoga - Niyaya - Vaiçesika ) hun eigen sutra of tekstboek waarin we de formulering van hun filosofie aantreffen. Het woord sutra slaat dus in de eerste plaats op het geheel. In onze uiteenzetting zullen we spreken over de Yoga-sutra.

Het woord Sutra betekent ook 'kernachtige zin' of een beknopte tekst die voor de oningewijde wel enige uitleg vergt om begrepen te kunnen worden. Men spreekt in dit geval van Sutras. De beknoptheid van deze zinnen brengt o.a. mee, dat bepaalde woorden spontaan weggelaten worden. Dit is o.a. dikwijls het geval met werkwoorden, die verondersteld worden. De tekst wordt dan leesbaarder en duidelijker, wanneer men de weggelaten werkwoorden eraan toevoegt.

Het woord Sutra betekent ook 'koord' of 'draad'. Dit duidt dan op een reeks aan elkaar geregen kernachtige zinnen die doorlopend en zonder onderbreking de nodige toelichting geven. Het is trouwens op deze wijze dat de Sutra moet gelezen worden, want de voorgaande en de erna komende sutra sluit er soms, als bijkomende verklaring, bij aan. Het is dus meteen ook duidelijk, dat het praktisch niet mogelijk is één sutra (zin) uit haar context te nemen en daarover een verklaring te geven zonder verder rekening te houden met de voorgaande of de volgende sutra.

De betekenis van de Sutra (als leer) is dus vooral te vinden in de draad van het verhaal en zeker niet in gezegden die soms uit hun verband gerukt worden om welbepaalde redenen, bv. de opvatting of de zienswijze van de commentator. Deze opmerking is van groot belang, en we vinden ze trouwens bevestigd in "Het wetenschappelijk onderzoek van de mystiek"-zie aulareeks nr.619 Frits Staal pag. 107)- "De structuur van de yoga-sutra's": filologen houden zich gewoonlijk bezig met tekstanalyse, en het meest spectaculaire wat een filoloog kan doen, is een tekst in stukken knippen en laten zien dat deze stukken afkomstig zijn van andere teksten die, als zij niet gevonden worden, waarschijnlijk verloren geraakt zijn.... (na eerst gezegd te hebben dat dit in de meeste gevallen met de Bhagavad-Gita gebeurt, gaat hij verder...) De yoga-sutra gaat over aanzienlijk minder bekende en begrepen onderwerpen dan de Bhagavad-Gita; het is dus een sutra-tekst en daarom veel beknopter en pregnanter en er komen veel technische termen in voor. Filologische technieken kunnen daarom hier nog minder succes hebben. Maar toch zijn er nogal wat pogingen gedaan. De uitdaging ertoe vormde een opmerking van de grote Duitse geleerde Hermann Oldenberg, die de yoga als 'Eine ununtwirrbare Mischung von Philosophie und Zauber' beschouwde (een onontwarbaar mengsel van filosofie en tovenarij). De Duitse geleerde die de meeste aandacht aan de Yoga-sutra besteedde is J/W. Hauwer. Hij verdeelde de tekst in vijf gedeelten. De eerste hiervan is de 'Nirodha-tekst' en omvat de eerste tweeëntwintig sutra's van het eerste boek, die het begrip 'Nirodha' (het 'Verstillen') introduceert; en de definitie van Yoga als 'citta vritti nirodha', het 'verstillen van de wervelingen van de geest' uitwerkt. Hauwers historisch gezichtspunt is al impleciet aanwezig in de eerste zet die hij doet in zijn poging dit gedeelte van de sutra af te zonderen en het te dateren. Deze tekst moet daarom afkomstig zijn uit een periode dat de yoga zich tegen de buitensporige exploitatie van het bewustzijn verzette, een periode dus, waarin volgens Indische maatstaven dialectische en speculatieve activiteiten sterk toenamen, iets wat tenslotte op verscheidene momenten van de Indische geschiedenis als een weg tot heil was beschouwd '(Hauwer 1958 blz.227)... Het zou ons te ver voeren Hauwers analyses op de voet te volgen. Het meest ontstellende van dat in stukken rijten van de tekst is wel, dat de geleerden die in deze richting verder gingen, weer geheel

anders onleedden...)" Tot zover de aanhaling van Fritz Staal. En zo gaat het betoog en de waarschuwing verder.

De indeling in een "Nirodha-" en een "Astanga-yoga" toont aan, dat men met de draad of de doorlopende zin van de Sutra geen rekening houdt. De Samapatti is derhalve geen aparte vorm van Yoga; aangezien de Sutra zelf in 1-41 aantoont dat deze voorkomt in het mentaal complex waarin de golvingen stilgelegd zijn (dit laatste noemt men dan volgens Oberhammer, Nirodha-yoga ). De tekst en de betekenis van deze sutra wordt later in de context uitgelegd. In vele gevallen is het ook best niets méér in de tekst te zoeken dan er werkelijk in staat.

## **2° Karakter van de Sutra-leer.**

Het karakter van de Sutra-leer is openbaar. Alle geheimen of voorbehoud van leermeester naar uitverkoren leerling vallen weg door de schriftelijke tekst die voor iedereen ten toon ligt. Het karakter van de Sutra-leer is dus openbaar. Naast het openbaar zijn is de tekst ook niet-dringend. In zijn boek "Yoga-philosophy of Patanjali" zegt Sw. Hariharananda in zijn inleiding, dat de Yoga-sutra een niet-dwingend boek is over yoga. Hij zegt o.a. "Het bevat geen verwijzingen, noch goedkeurende, noch afkeurende, over het onderricht van enig ander filosofisch systeem. Haar sutra's of aforismen willen alleen maar eigen leerstellingen bewijzen en niet de leerstellingen van andere systemen weerleggen zoals de latere filosofische werken wel doen. Patañjali bewijst niets, hij omschrijft".

## **3° Basistekst van de Yoga ?**

Wanneer men zegt dat de Yoga-sutra de basistekst is van de Yoga, dan mogen we dit niet opvatten in de zin van "Yoga in 't algemeen' Er bestaat inderdaad een heel duidelijk verschil tussen de yoga van de Bhagavad-Gita en de yoga door Patañjali in de Sutra uitgelegd en omschreven. Het zou van kortzichtigheid getuigen om de Yoga-Sutra als 'Het boek van de Yoga' te zien, evenzeer als het een utopie zou zijn in de Yoga-sutra de betekenis van het 'Alles-één' principe van de Vedanta-leer te willen aantonen. De Yoga-sutra is dus het tekstboek van 'De Yoga van Patañjali'. Daarom moet men het vooraf eens zijn. Patañjali had zijn mening over Yoga. Deze mening wordt door eerste commentatoren, Vyasa en Vacaspati-misjra, bewezen.

## **4° Wie is PATAÑJALI?**

Met zekerheid kan niemand zeggen wie Patañjali was. Het is hier zeker niet de plaats om een gok te doen in één of andere richting of naargelang de bron van de commentatoren. De meningen zijn zo uiteenlopend dat sommigen zelf spreken van twee Patañjali's, een die leefde in de tweede eeuw V.C. en een andere die zou geleefd hebben in de tweede of de derde eeuw N.C.. Soms wordt beweerd dat Patañjali een groot grammaticus of zelfs een geneesheer zou geweest zijn.

Wat er ook van zij, het geschrift "Yoga-sutra" is de geschiedenis van de Yoga-dârsana ingegaan als een niet te verdringen bron van kennis over de theorie én de praktijk van de yogabeoefening.

## **5° Hoe staat het met de Commentatoren?**

Ontegensprekelijk zijn de oudste commentatoren de belangrijkste. In zijn boek 'Patañjala Yoga, from related ego to Absolute Self' verklaart G.M.Koelman zeer uitvoerig dat vooral de eerste commentator nl. VYASA zeer uitvoerig en grondig werk leverde, zodat alle latere commentaren deze als basis hebben. Bij Feuerstein lezen we dat we wel op onze hoede moeten zijn voor de talrijke commentaren die na Vyasa ontstonden. " Zelfs, zo zegt hij, antagonistische scholen beroepen zich op de Sutra, en dit steekspel gaat nog steeds voort omdat vooral scholen met een 'Advait-Vedanta'-strekking ofwel opzettelijk een andere wending willen geven aan sommige teksten, ofwel de definitie van Yoga zoals ze door Patañjali wordt vooropgesteld, niet kunnen aanvaarden ". G.Feuerstein geeft in zijn 'Handboek voor Yoga' op pag.110-111-112 een vrij volledig overzicht van de voornaamste commentaren. In mijn uiteenzetting volg ik de commentaren door G.M.Koelman weergegeven in een eigen uitgegeven uitgave (Herfst 1980) en hier boven vermeld.

## **Hoofdstuk 3. INDELING EN SAMENHANG.**

### **1. INDELING VAN DE SUTRA.**

De yoga-sutra bestaat uit vier hoofdstukken, ook boeken genoemd, waarin telkens een afzonderlijk deel van de yoga-dârsana wordt uitgelegd. Voor de verdere bespreking en uitleg gebruik ik de benaming 'boek' omdat deze benaming in de meeste uitgaven gebezigd wordt.

Het eerste boek, SAMADHIPADA of De Concentratie omvat 51 sutra's.

Het tweede boek SADHANAPADA handelt over het leerlingschap. Het wordt soms ook 'de yoga van de actie' genoemd en bestaat uit 55 sutra's.

Het derde boek, VIBHUDIPADA, handelt over de vermogens of de wonderbare gevolgen en telt eveneens 55 sutra's.

Ten slotte wordt in KAIVALYAPADA, het boek dat handelt over de 'bevrijding', het uiteindelijke resultaat van de concentratie besproken in 34 sutra's. De totale inhoud van de Yoga-sutra van Patañjali omvat dus 195 sutra's.

Vooraf wil ik hier een opmerking maken die van belang is en als antwoord kan dienen i.v.m. dit aantal. Toen ik aan wijlen G.M. Koelman (de vertaler van de sutra teksten die in de verdere besprekingen zullen gebruikt worden), de vraag stelde over de authenticiteit en dus ook over het aantal sutra's, heeft hij mij in zijn brief nr.21 het volgende laten weten "De Sanskriete tekst is gedrukt door de 'Bhandarkar Oriental Research Institute' hier in Puna. Dit instituut doet niets anders dan sanskriete werken drukken, en is dus zeer gespecialiseerd. Gewoonlijk nemen ze geen drukwerk van iemand anders aan, enkel nieuwe wetenschappelijke herdrukken van oude teksten, of het drukken van werken voor het doctoraat van hen die speciale studies maken omtrent de Oosterse cultuur, meestal het Hindouismus. Maar omdat mijn boek zo gewaardeerd werd door die bijzondere specialisten, hebben ze voor mij een uitzondering gemaakt." Men treft inderdaad in sommige uitgaven over de Yoga-Sutra's, vooral in deze van Vedantijnse oorsprong, een ander aantal of een andere indeling aan. In de verdere uitleg over de sutra's zal daarover de nodige aandacht aan geschonken worden in het belang van verdere of persoonlijke vergelijkingen die sommige lezers zouden maken.

### **2. SAMENHANG VAN DE VIER BOEKEN.**

Zoals hier boven reeds gezegd in het uittreksel 'De Structuur van de yoga-sutra' door Frits Staal, wordt de voorstelling van de samenhang van de sutra's soms geweld aangedaan. Het is van belang zo goed mogelijk te willen inzien dat de Sutra één geheel vormt van onderrichtingen en aanwijzingen. Zij is bijgevolg ook éniġ onder diverse aspecten uniek, zoals:

#### **-De basistekst van de klassieke Yoga.**

In het handboek voor yoga van G. Feuerstein, blz. 107 lezen we dat onze kennis van de klassieke yoga bijna uitsluitend op de yoga-sutra's van Patañjali steunt. De dârsana van Yoga is inderdaad niet elders dan bij Patañjali ontstaan en de sutra was de basis van het denkstelsel waardoor Yoga t.a.v. vele rivalen zich kon meten met de andere dârsanas, zonder het Boeddhisme te vergeten waartegen vooral in het vierde boek geageerd wordt zonder het evenwel tegen te spreken.

#### **-Systematisch hulpmiddel voor de studie van de klassieke yoga.**

De systematische weg die door Patañjali gevolgd wordt, niet alleen om de praktische toepassing van de uitwendige middelen in praktijk te brengen, maar ook deze van de inwendige middelen, heeft velen ertoe aangezet de Yoga van Pañjali als praktische verwezenlijking van de Zelfrealisatie te aanvaarden.. Spijtig genoeg wordt er niet ver genoeg doorgedrongen tot in de teksten zelf die de dârsana weergeven. Wij bedoelen hier in het bijzonder de verklaringen over de opvatting van de materie (Prakriti) en het Zelf

(Purusha - meestal gewoon 'de ziener' genoemd). Ook over het karakter van Iswara (niet als schepper van de kosmos te beschouwen), wordt met onachtzaamheid heen gekeken alsof Patañjali zich daar vergist heeft. Hij geeft nochtans uitdrukkelijk te kennen dat Iswara eventueel als een keuzemiddel van concentratie kan beschouwd worden, en dus niets te maken heeft met 'éénwording' volgens het principe van de Vedanta-leer, waardoor de meeste commentatoren zich laten leiden

### **-Logisch-realistisch.**

Een merkwaardige uitlating over Patañjali's logische en realistische theorie, komt van Bagwan Rajnees (de guru die o.a. eveneens in Puna verbleef en wel gekend door G.M. Koelman): "Wanneer ik zeg dat Patañjali logisch is, rationeel mathematisch en wetenschappelijk, dan is dit omdat hij je niets vraagt, tenzij de moed om het te doen. Hij zegt niet : 'Geloof en dan zal je het ondervinden', hij zegt: 'Ondervindt, en dan zult u geloven'. En hij heeft een structuur opgesteld om stapsgewijze te werk te gaan. De treden ervan zijn niet willekeurig, het is niet als een doolhof. Het is als een super hoofdweg. Elk stuk is klaar en hij geeft de kortst mogelijke weg aan. Maar je moet deze in elk detail volgen, zoniet zul je uit het pad geraken en in de wildernis terechtkomen. Dat is de reden waarom ik zeg dat hij logisch is. En u zult zien hoe logisch hij is. Hij begint met het lichaam. Hij start en werkt met uw ademhaling, omdat de adem uw leven is. Eerst werkt hij aan het lichaam, dan aan prana, de tweede levensbasis, uw adem, en dan begint hij aan uw denkvermogen te werken. Er zijn vele methoden die direct met het denkvermogen beginnen werken. Grote meesters geven je enkel methoden, geen antwoorden. U vraagt om een antwoord en u krijgt een methode, ze geven je technieken. Patañjali is te begrijpen: er is geen verwarring in wat hij zegt. Hij is absoluut rationeel. Hij kan gevolgd worden, er is geen probleem. Al zijn technieken zijn uit te voeren omdat hij u zegt wat en hoe je het moet doen. Al deze technieken kunnen uitgevoerd worden omdat hij u zegt wat en hoe. Hij geeft u de technieken. Patañjali praat over de weg, niet over het doel." - tot zover Bagwan rajnees.

### **-Objectief onderricht.**

Hier kunnen we nogmaals de tekst aanhalen waarover ik gesproken heb n.a.v. het niet dwingend karakter van de Sutras. Niettegenstaande het feit dat Patañjali met nadruk de klemtoon zal leggen op verschillende aspecten van zijn dârsana die niet stroken met deze van de Boeddhistische en Upanishad-meningen: zie de bewering waar Prakriti als bewerker van eigen werking optreedt (sutra 3- 4de boek) of waar het ontstaan der dingen uitgelegd wordt (sutra 14- 4de boek) -daarover zal later gehandeld worden in mijn uiteenzetting-. Men zal echter nergens een aanval aantreffen op een dârsana die een andere verklaring heeft voor deze Prakriti-evolutie.

### **-Hoogste autoriteit van Raja-Yoga.**

De vedantijnse monnik Swami Vivekananda verklaart volmondig dat de yoga-sutra van Patañjali de hoogste autoriteit is over de raja-yoga en er tevens het handboek van is.. In zijn boek 'Raja-Yoga' zegt hij in zijn voorwoord (pag.8): "Het onderwerp van dit boek is die vorm van Yoga, bekend als Raja-Yoga (Koninklijke-Yoga). De aforismen van Patañjali zijn de hoogste autoriteit over Raja-Yoga en vormen haar handboek. De andere filosofen, hoewel op enige filosofische punten afwijkend van Patañjali, hebben als regel aan zijn methode van oefening de voorkeur gegeven.", en verder op pag. 9..." Het systeem van Patañjali berust op het systeem van de Sankhyas, de geschilpunten zijn slechts zeer gering. De twee meest belangrijke verschillen zijn, ten eerste dat Patañjali een persoonlijke God aanvaardt in de vorm van een eerste leraar, terwijl de enige God die de Sankhyas aanvaardden, een bijna volmaakt wezen is, tijdelijk bestuurder van een scheppingsperiode. In de tweede plaats verklaren de Yogis dat de geest evenals de ziel of Pjeroesha aldoordringend is en de Sankhyas huldigen dit standpunt niet."

Het boek 'Raja-Yoga' kwam in mijn bezit op 13 september 1973, als geschenk mij aangeboden door een bevriende yogaleraar van Vedantijnse strekking om kennis te maken met de Sutra's van Patañjali. Ik was toen in volle opleiding tot Yogacharya, ingericht door de Belgische Yogafederatie. Het was voor mij het begin van mijn intense zoektocht naar de Yoga-dârsana. Dit boek heeft mij ervan overtuigd dat er een op de Sutra's van Patañjali gebaseerde zienswijze of Yoga-dârsana moest bestaan. Enkele jaren later ontdekte ik het boek van G.M.Koelman waarin ik mijn vermoedens bewaarheid zag.

## **Hoofdstuk 4. Tekststudie van het eerste boek SAMADHIPADA; Definitie van Yoga (sutra 1 en 2).**

BOEK 1: SAMADHIPADA. DE CONCENTRATIE.

### **Inhoud en overzicht van het eerste boek.- Een woordje uitleg vooraf.**

Het hier weergegeven algemeen overzicht laat ons toe kennis te maken met de volledige inhoud van het eerste boek dat handelt over 'De Concentratie', (tevens de definitie van de Patañjala-Yoga.). De cijfers tussen haakjes vermeld, verwijzen naar de nummers van de sutra's (in totaal 51 sutra's voor het eerste boek.) Indien sommige passages of woorden in deze beknopte inhoud nog niet duidelijk begrijpbaar zijn, geen paniek. Denk niet te vlug dat dit alles voor u te veel of te duister is. Heb geduld.. Wil niet onmiddellijk verder zien dan de tekst die voor u staat. Elke voorstelling, ook al bevat zij nog onbegrepen woorden, wordt bij de bespreking van de teksten zelf duidelijk uitgelegd. Het aanleggen van een lijstje met de getranslitererde woorden uit de sutra-teksten, met hun betekenis in het kort, is geen overbodige luxe. Het zal u later veel opzoekingswerk besparen. Hier en daar zal ik, om herhalingen te vermijden in de uitleg, verwijzen naar mijn eerste blog (Mijn yoga belevenissen - in het kort: m.y.b. met het nummer van het bericht). In het nu volgende overzicht worden er nog geen dergelijke verwijzingen vermeld.

### **INHOUD EN OVERZICHT.**

In het eerste boek wordt de definitie van de (Patañjala) yoga gegeven en het effect op de Ziener voorgesteld (1-4). De golvingen van het mentaal complex waar het om gaat worden opgesomd (5) en uitgelegd (6-11). Daarna volgt een uitleg over de wijze waarop de stillegging kan gebeuren, nl. door de algemene middelen (12-15) en door de andere keuzemiddelen (samen met de algemene middelen), 9 in aantal (16-23). Onder deze keuzemiddelen bekleedt ISWARA een bijzondere plaats, en daarom wordt er verder ingegaan op zijn naam, zijn betekenis en de wijze waarop men Hem als object van concentratie kan gebruiken. (24-29). Vervolgens worden de hinderpalen opgesomd die de concentratie beletten (30); ook de beletsels die ermede samengaan, worden opgenoemd (31). Daarna geeft Patañjali enkele aanbevelingen om te helpen de verstrooidheid tegen te werken, nl. door het fixeren van één enkel object (32). Daarna geeft hij bijkomende richtlijnen om het mentaal complex tot meer kalmte te brengen en ons aldus klaar te maken voor het bereiken van de nodige passieloosheid die vereist is om de concentratie te bereiken (33-39). Tenslotte volgt er een uitleg over het effect dat door de concentratie wordt bereikt, nl. een algemeen effect dat zich laat voelen door bijkomende voordelen, uitgedrukt in de heerschappij over de ganse Prakriti-werking (40) en het effect dat uiteindelijk moet bereikt worden, nl. de intentionele vereenzelviging met het object van de concentratie (41). Hoe deze intentionele vereenzelviging kan tot stand gebracht worden, wordt nu verklaard, d.w.z. het keuzemiddel aangehaald in sutra 17, nl. "concentratie met objectief bewustzijn" wordt nu verder uitgelegd, want deze concentratie kan met een grof of subtiel object gebeuren. Ze kan met of zonder verwarring zijn (42-45) m.a.w. lagere vorm van intentionele vereenzelviging, of hogere vorm van intentionele vereenzelviging. Al deze intentionele vereenzelvigingen zijn zaadbarend zegt Patañjali, (46) maar ze leiden tot onverstoorbare kalmte (47) en tot intuïtief inzicht (48). Hij legt uit wat intuïtief inzicht is (49). Het eindresultaat waartoe dit alles leidt wordt nu omschreven in de laatste sutra's. Tijdens de concentratie 'Nirvicara', worden de verzonken indrukken door intuïtief inzicht naar voor gebracht, sterker dan deze welke door gewoon inzicht (op een grof object) worden voortgebracht, en verdringen deze (50), maar worden op hun beurt verdrongen of afgesloten omdat zij niet zaadbarend zijn. Dit wordt zaadloze verzinking genoemd en daarin komen de golvingen van het mentaal complex tot stilstand (51)



## BESPREKING VAN DE SUTRA'S

### 1.atha yogānuāśanam

**Hier nu is de uiteenzetting aangaande de yogaleer.**

Het woord 'atha' is dikwijls het inleidend woord van de sutra's van een bevrijdingssysteem; het heeft dan een heilzame betekenis, en omsluit een zegen.

Definitie van Yoga.

### 2.yogaā citta-vētti-nirodhaī

**Yoga is het afsluiten van de golvingen van het mentaal complex.**

Yoga wil het mentaal complex stilleggen en aldus het Bewustzijnslicht (zie m.y.b. nr.'41 wat is waarnemen?) in zijn zuivere, onbezoedelde doorzichtigheid waarnemen.

Indien men de betekenis van de term Yoga wil begrijpen zoals Patañjali deze voorstelt en gebruikt in zijn werk, dan is het zeker aangewezen te luisteren naar de verklarende woorden van de grote commentatoren die de sutra's hebben toegelicht.

De eerste, en wellicht de voornaamste van deze commentatoren is ongetwijfeld Vedavyasa (650-850 NC), kortweg Vyasa genoemd. Zijn werk is gekend onder de naam 'Yoga-Bhasya' Het wordt in vele gevallen samen met de Sutra's als één geheel voorgesteld.

De tweede en niet minder vermaarde meester is Vacaspati-misra, die in zijn 'Tattvavaiçaradi' omstreeks 850 NC, als het ware een woordvoorzorgverklaring geeft van Vyasa's Bhasya. Beide commentaren werden samen in 1914 onder één band uitgegeven bij de Harvard Oriental Series (volume 17) door James Haughton Woods. Dit kostbare boek was speciaal voor India alleen bestemd en kwam langs daar in ons bereik. Het is een studieboek dat zeker niet mag ontbreken bij hen die Patañjali's woorden willen begrijpen en zijn yogafilosofie toepassen.

Een derde commentator die eveneens van uitzonderlijke betekenis blijkt te zijn, is Swami Hariharananda, de stichter van het Kapilaklooster te Madhupur in Bihar. Hij schreef menige werken over Yoga, maar zijn 'Yoga filosofie van Patañjali' is ongetwijfeld het bijzonderste. Dit boek bevat de sutra's met de commentaar van Vyasa en bijzondere verklarende toelichtingen daarover door hem zelf in het Bengali geschreven. De eerste uitgave dateert van 1911. Een van zijn leerlingen P.N.Mukerji, vertaalde het werk in het Engels ten behoeve van de universiteit van Calcutta, waar het in 1977 werd uitgegeven en gebruikt als studieboek.

Talrijk zijn natuurlijk nog de andere commentatoren maar bijna allen geven ze meestal slechts afwijkende betekenissen aan de verklaringen die we bij deze drie hierboven vermelde grootmeesters aantreffen.. Opvallend is de bezorgdheid waarmede Vyasa en ook beide andere commentatoren te werk gaan, opdat de lezers toch zeker en vooraf de ware betekenis zouden begrijpen van de term YOGA waarover Patañjali in zijn sutra's spreekt.. Zij verduidelijken hun verklaringen door ontleding alleen van de tekst die Patañjali heeft nagelaten in de eerste twee sutra's nl.: 1° atha yoga'nusasanam en 2 yoga's citta-vritti nirrodhah..

Laten we Vyasa aan het woord "Hier nu is de uiteenzetting over Yoga aan de orde. De uitdrukking 'atha' (hier nu) betekent dat hier een welbepaald onderwerp wordt aangesneden. Het gezaghebbende boek dat uitlegt hoe yoga moet worden begrepen, vangt aan. YOGA IS CONCENTRATIE; dit is echter een eigenschap van de denksubstantie 'Citta' (zie m.y.b. nr.40) welke in elk van haar stadia kan thuishoren. De stadia van de denksubstantie zijn deze: het stadium van rusteloosheid (ksipa), het verdwaasde (mudha) het verstrooide (viksipta), het éénpuntig gerichte (ekagra) en het beheerste (niruddha). Van deze stadia hebben de eerste twee niets met yoga te maken en zelfs in het beheerste stadium van de geest wordt zijn concentratie soms overheerst door

tegengestelde verstoringen en kan bijgevolg niet echt als yoga aanzien worden. Maar het stadium dat, wanneer de geest éénpuntig gericht is, tenvolle en alleen één reëel object verlicht en de hindernissen (kleṣa's) dwingt tot vermindering, dat de banden van karma (zie m.y.b. nr 29) doet afnemen en dat zich ten doel stelt alle golvingen te beperken, wordt de yoga genoemd waarin er bewustzijn aanwezig is van een object (samprajnata). Deze bewuste yoga gaat zeker nog gepaard met concentratie op grove objecten, met vreugde of met een persoonsgebonden gevoel (asmita). Daarover zullen we later nog spreken; Maar wanneer er stillegging is van alle golvingen van de denksubstantie (vritti's), dan hebben we te maken met concentratie waarin geen bewustzijn van een object aanwezig is." Vacaspati-misra beklemtoont in de eerste plaats de reden waarom Vyasa een voorlopige definitie geeft van (deze) yoga en versterkt in de tweede plaats de uitdrukking van het feit dat yoga hier niet kan worden gezien in de betekenis van 'Verenigen'. Hij zegt: "Het voorgestelde onderwerp echter is enkel de Yoga, welke begrensd is in haar activiteit door het gezaghebbend boek. Daarover gaat het. Twijfel over de voorgestelde zaak (Yoga) wordt veroorzaakt door twijfel omtrent het woord (Yoga). Deze (twijfel) neemt hij (Vyasa) weg door te stellen dat Yoga in de zin van 'Yoga is concentratie', etymologisch afgeleid wordt van de stam 'Yuj-a' in de betekenis van concentratie en, niet van de stam 'Yuj-i' in de betekenis van vereniging."

Dat zeggen dus de oudste commentatoren. Ook Hariharananda (monnik en onder de invloed van de Advait-Vedanta van Sankara), geeft nochtans de volgende vertaling en uitleg i.v.m. de definitie van Patañjali over de Yoga: "Deze term 'Yoga' heeft verschillende betekenissen zoals verenigen van Jivatman met Paramatman, de vereniging van Prana met Apana, enz..., zowel als andere technische, afgeleide en conventionele betekenissen. Maar in deze filosofie wordt de term Yoga gebruikt in de betekenis van Samadhi of Concentratie, wat in de tweede sutra wordt uitgewerkt." Inderdaad, de tweede sutra luidt: Yoga is het stilleggen (of het beteugelen) van de golvingen van het mentaal complex." Wanneer we opnieuw Vyasa aan het woord laten, dan lezen we: " De bedoeling van de volgende sutra is het bevestigen van het onderscheiden karakter van deze (yoga). Door geen gebruik te maken van het woord ALLE voor de golvingen, wordt aldus de yoga waarin bewustzijn van objecten aanwezig is, eveneens gerekend onder de benaming Yoga." Opnieuw wordt de uitleg van Vyasa bevestigd door Vacaspati-misra die er aan toevoegt: "Indien er gezegd ware dat Yoga de stillegging betekent van ALLE golvingen van het mentaal complex, dan zou Yoga met bewustzijn van een object, uitgesloten worden." De tekst die ik hier boven heb neergeschreven i.v.m. de uitleg over de eerste twee sutra's, is van zeer groot belang om te bevestigen (en de zekerheid te geven aan hen die twijfelen over de betekenis van het woord 'Yoga' dat in de Sutra van Patañjali wordt bedoeld) dat het hier gaat om CONCENTRATIE en niet om VERENIGEN. Deze tekst is afkomstig uit mijn schriftelijke cursus (bijlage aan les 10) voor de opleiding tot Yogacharya, geschreven in 1984 met als titel: De betekenis van Yoga, gezien vanuit het standpunt van Patañjali.

## **Hoofdstuk 5. Vervolg tekststudie van het eerste boek SAMADHIPADA; De Ziener- gevolgen (sutra's. 3en 4).**

**Wat is er, wanneer de golvingen van het mentaal complex stil liggen?**

### **3.Tadā Drashtuh Svarupeavasthānam Dan staat de Ziener vast in zijn eigen vorm.**

De Ziener is het Zelf, dat Zuiver Bewustzijn is. Alle inhoud van bewustzijn verkleurt het Bewustzijnslicht met een vorm die niet de zijne is. Alleen wanneer er geen inhoud meer is, kan men het Zuiver Bewustzijn in zijn pure essentie aantreffen.

Het woord 'De Ziener' (drashtir) wordt door Patañjali gebruikt daar waar sommigen misschien het woord ATMAN zouden verwachten, of wat nog onwaarschijnlijker is: De Ziener vergelijken met ons Westers begrip ZIEL. (zie voor De Ziener m.y.b. nr 9 - voor de vergelijking van De Ziener met ZIEL m.y.b.nr. 37). Verder gebruikt Patañjali in het tweede boek sutra 6 zelfs het woord dirga-sakti d.w.z.: De kracht van het zien..

De betekenis 'in zijn eigen vorm' duidt er op, dat, wanneer er geen beweging of vervorming meer is in het mentaal complex (verder vermeld als M.C.) m.a.w. geen verkleuring van het Bewustzijnslicht met iets anders dan met zijn eigen vorm of werkelijkheid, de Ziener in zijn eigen essentie kan uitstralen. De uitzonderlijke staat van beweegloosheid in het M.C. wordt dus vooropgesteld om in yoga te kunnen zijn. Voor de rede is deze uitzonderlijke staat onbegrijpbaar en met empirische begrippen niet uit te leggen, omdat het Zelf (De Ziener) IS, d.w.z. op zichzelf bestaat, zonder steun van ergens anders en onveranderlijk onbeweeglijk zichzelf is. De mogelijkheid dat het Zelf aan enige verandering of golving onderhevig zou zijn wordt dus uitgesloten. Om in zijn eigen status vast te kunnen staan en te schitteren is er bijgevolg een volledige beweegloosheid van mentale golven vereist. Voor verdere uitleg geef ik hier het woord aan G.M.Koelman, uit zijn boek Patañjala Yoga:

"Het Zelf is steeds de Ziener. Wanneer er golvingen zijn van objectieve aard in de bewustzijnsfunctie (d.w.z. wanneer we een object zien) dan heeft het Zelf daar kennis van. Wanneer er geen objectieve golvingen zijn in de bewustzijnsfunctie dan is er ook geen kennis, maar toch blijft het Zelf de Ziener van deze functie. Ware dit niet, dan zou het Zelf veranderlijk zijn, met een onderbreking van zuiver Bewustzijn (let op de hoofdletter B !). Voor Yoga vormen de natuur en de functies ervan een afzonderlijk bestaan. De vraag kan echter gesteld worden of de aanwezigheid van objectieve golvingen in de bewustzijnsfunctie niet gepaard gaan met een opflakking in het Zelf dat ze waarneemt. Het antwoord is JA; en het ziet er dus naar uit dat het Zelf op een bepaald ogenblik er zal gaan uit zien als veranderd. Dit is echter maar schijn, want zoals de roodheid van een kristal -zoals Vyasa het eveneens verduidelijkt - een verkleuring is vanwege de nabijheid van een Hibiscusbloem en de verwijdering van deze bloem geen verandering teweeg brengt in het kristal en zijn doorzichtbare witheid, zoök is de weerkaatsing van de objectieve golvingen tot het Zelf alleen maar een schijn, die de natuur van het Zelf niet aantast en niet doet veranderen. Bewustzijn is voor het Zelf zijn eigen natuur, maar de kennis die het heeft van objectieve golvingen van de bewustzijnsfunctie (d.w.z. het geconditioneerd bewustzijn -let op de kleine letter 'b'), is afhankelijk van omstandigheden. Zuiver Bewustzijn duurt echter ononderbroken voort en er is dus een onsterfelijk Bewustzijn volgens de Yoga." Tot daar de verklaring van G.M.Koelman. We kunnen daaruit dus besluiten dat het Zelf niet aangetast wordt door de golvingen van het M.C., maar dat deze golvingen beletten dat het Zelf gerealiseerd kan worden wanneer zij aanwezig zijn in het M.C..

**Wat is er, wanneer er golvingen in het M.C. aanwezig zijn?**

#### **4.Vritti\_Sārūpyam\_Iṭaratra**

#### **In de andere toestanden is er gelijkvormigheid (van de Ziener) aan de golvingen (van het M.C.)**

In het gewone leven zijn onze kennis en onze ervaringen gebaseerd op de inhoud. Ons bewustzijn schijnt gekleurd door die inhoud en komt naar voor als één bestaan met die bewuste disposities.

Met deze sutra sluit Patañjali de inleiding af van zijn verklaring over de definitie van Yoga. Wanneer de golvingen in het M.C. niet stilliggen dan is er waarneming of bewuste ervaring, en met deze bewegende golvingen vereenzelvigd men het Zelf. Er is dus verwarring. Deze verwarring ontstaat door dat het Spirituele Zelf, de niet handelende oorzaak en neutrale waarnemer, gezien wordt als de uitvoerder of de actieve bewerker van de waarnemen. Het proces van waarneming behoort echter tot Prakriti; langs de zintuigen en het verstand bereiken de objecten de bewustzijnsfunctie waar ze belicht worden door het licht van het Zelf, en aldus bewustzijnsinhoud worden.

#### **De bewuste ervaringen worden tot stand gebracht door vier verschillende realiteiten:**

1° Het bewustzijn zelf dat een besef is van aanwezigheid en het mogelijk maakt alle subjectieve en objectieve dingen mee te maken. Het is de egofunctie, beschenen door het Zelf.

2° De voortdurende stroming van op- en neergaand bewustzijn, tot stand gebracht door de objectieve vaststellingen die tot ons doordringen in mindere of meerdere mate: het gaat hier alleen om de inhoud van hetgeen men ervaart. Het verstand Manas zorgt voor het onderscheid in de dingen.

3° De ervaring van bewust worden van de ons bekende objecten, tot stand gebracht door een genetisch werkend proces, waardoor een object in ons bezit komt. Dit is de relatie 'Prakriti en Spirituele Zelf'.

4 De bewerker van het hele proces of de bewerker van de eenheid tussen het aspect van bewustzijn, het aspect van op- en neergaande inhoud van kennis en het aspect van een geleidelijk 'worden'.

Deze bewerker is de egofunctie.

#### **SAMENVATTING.**

De inleiding van het eerste boek omvat aldus de eerste vier sutra's, waarin we met zekerheid de volgende punten terugvinden:

1° Yoga, en niets anders.:

Patañjali zegt dat hij het over de Yoga wil hebben en niet over iets anders. Het is alsof hij met nadruk wil laten weten dat het werk of de uiteenzetting die nu volgt, alleen over Yoga handelt. Dat kan er eventueel op wijzen, dat hij nog andere uiteenzettingen geschreven heeft. Dit wordt hier en daar wel verondersteld of beweerd. Het is dus geenszins uitgesloten dat er nog andere werken op Patañjali's naam staan.

2° Wat betekent Yoga volgens Patañjali?

Hij maakt duidelijk wat hij met Yoga bedoelt en wat er moet om in Yoga te zijn. Yoga doen is de wervelingen van het denkvermogen stilleggen en dan is men er. Hij zegt alleen dat het aldus moet gebeuren, dat is nog geen methode, want zomaar het denkvermogen stilleggen (d.w.z. de golvingen die het denkvermogen allerlei vormen doen aannemen) doen stoppen, dat is niet "hocus pocus" zo gebeurd. Hij zal verder in zijn onderricht uitleggen hoe dit mogelijk is door geleidelijke oefening in concentratie. Hij spreekt niet over een 'vereniging' van het Zelf met om het even welk ander Zelf of Opperwezen. Indien hij dit bedoeld had, dan had hij het zeker gezegd.

3° Het resultaat:

Het resultaat van (mijn) Yoga is dit, zegt Patañjali:

"De Ziener staat vast in zijn eigen vorm." Het resultaat geeft ook het na te streven doel aan: de Ziener vrij maken van de belemmeringen die hem verlagen tot profane dingen, d.w.z. tot alles wat Prakriti is. Die belemmeringen worden veroorzaakt door de golvingen die in het M.C. alle dingen weergeven of herleiden tot mentale vormen: het empirisch bewustzijn waarin de egofunctie de plaats inneemt van het Bewustzijn.

Deze uitgebreide uitleg over de eerste vier sutra's van Patañjali's onderricht over yoga is van essentieel belang en nodig; voor het begrijpen van de verdere studie.

Het volgend hoofdstuk zal handelen over de golvingen - hun betekenis en aantal- en de eerste middelen tot de stillegging ervan.

## **Hoofdstuk 6. Vervolg tekststudie van het eerste boek SAMADHIPADA; De golvingen (sutra's 5 tot 11).**

Na de inleiding waarin Patañjali duidelijk gemaakt heeft wat hij met Yoga bedoelt, gaat hij verder met de verklaring dat de vorm van de stil te leggen golvingen vijfvoudig is, en dat deze kwellend of niet kwellen kunnen zijn.. Hier zijn sutra:

### **5.Vrittayah Panchatyyah Klishtā\_Aklishtāh De golvingen zijn vijfvoudig van aard en zijn kwellend of niet-kwellend.**

Er zijn vijf categorieën van kennisgolvingen; ze kunnen gegrondvest zijn in de kwellingen of er vrij van zijn. De kwellingen worden besproken in boek 2 sutra 2- 11. De vijf mentale golvingen zijn middelen tot bewuste gewaarwording. Ze kunnen leiden tot bevrijding (niet kwellend) of tot grotere gebondenheid (kwellend), naargelang de mens de kwellingen koestert of ze tegenwerkt. Ze houden slechts op voor een gegeven Zelf, wanneer dit Zelf bevrijd is.

In het begrip 'klista' treft men het woord 'klesa' aan. De commentator Vyasa zegt dat de golvingen welke veroorzaakt worden door de klesa's (= niet onderscheidmakend inzicht) de bodem zijn voor de vermeerdering of de groei van de latente overblijfselen die nieuw Karma veroorzaken. De golvingen echter, aldus Vyasa nog, welke ontstaan onder invloed van 'onderscheidmakend inzicht' houden de werking van de guna's tegen en verwekken geen karma. Alles wat met 'klesa's te maken heeft, werkt dus de gehechtheid in de hand (kwellend). Voor een Yogi werken deze golvingen geen gehechtheid in de hand omdat ze niet ontstaan onder invloed van de klesa's maar onder de inwerking van 'Vivekakhyaati' (=onderscheidmakend inzicht), Wanneer het Zelf bevrijd is dan houden de klesa's op te bestaan voor dit Zelf: dan staat de Ziener vast in zijn eigen vorm (s.3). Met deze uitleg kunnen we Patañjali verder volgen in de sutra's met de omschrijving der golvingen.

### **6.Pramāna\_Viparyya\_Vikalpa\_Nidra\_Smritayah (Deze vijf zijn) bronnen van ware kennis, miskennis, begripspredicaties, slaap en herinneringen.**

Elke bewuste ervaring bestaat in een van deze vijf golvingen.  
De betekenis van deze vijf worden nu verder verduidelijkt:

### **7.Pratyaksha\_Anumana\_āgamah Pramanani De bronnen van ware kennis zijn: directe waarneming, gevolgtrekking en geloof.**

Deze drie soorten kennisgolvingen worden beschouwd als activiteiten die ware kennis geven van om het even welke inhoud. Dit behoeft geen verdere uitleg.

### **8.Viparyyo Mithyā\_Gyānam\_AtadRupa\_Pratishtam Miskennis is een valse voorstelling die niet rust op de vorm (van de realiteit).**

Miskennis is die kennis waarvan de intentionele inhoud als dusdanig geen werkelijke realiteit is.

Avidya is ook miskennis; maar de valsheid daarvan betreft ook het subject en het bewustzijn in het kennisproces, niet de inhoud ervan. Avidya vertalen wij door "miskennis" of nog door "miswijsheid. Het gaat hier dus niet over de onjuistheid of de onwaarheid van de inhoud van hetgeen men zegt of meent, wanneer men zegt "daar is een grote hond" terwijl het in feite een klein kalf betreft, dan is dit onjuist of niet waar. Miskennis is de valsheid van empirische kennis als zodanig. Het is de 'niet-onderscheidmakende-kennis' in

haar vijf gedaanten (avidya in haar brede betekenis - zie m.y.b. nr 41 de kwellingen-.) Miskennis bestaat hierin, dat men het ganse Prakriti-organisme met al zijn kennisfuncties enerzijds, en het Bewustzijnslicht dat er op neerschijnt anderzijds, aanziet als één bestaand wezen. maw., alsof het 'ik' dat de functies uitvoert, werkt, vreugde of droefheid ondergaat, hetzelfde wezen zou zijn als het Zelf dat onveranderlijk Bewustzijn is, slechts 'toeschouwer' of 'getuige' is. Daarbij komt nog dat miskennis samen met het zuiver kennisaspect, ook nog gehechtheid en verlangen inhoudt.

### **9. Shabda\_Jnana\_Anupati Vastu\_Shunyo Vikalpah**

**Begripspredicatie is zonder objectieve realiteit en berust op het waarnemen van woord en begrip.**

Begripspredicatie is een kennis die gebaseerd is op een rationele constructie aangeduid door een woord. Alle negatieve predicaties zijn aldus begripspredicaties. Begripspredicatie is aan een subject iets toeschrijven wat geen objectieve realiteit is, maar alleen berust op het waarnemen van een woord. Onze gewone kennis associeert twee verschillende realiteiten nl. het subject en het predicaat. Dikwijls is het predicaat iets negatiefs, of maw. de afwezigheid van een eigenschap. Deze afwezigheid van een eigenschap is geen bestaande realiteit, maar een louter begrip. Voorbeeld 1: 'de auto stopt': stoppen is het ophouden of de afwezigheid van bewegen; afwezigheid is een begrip, en kan dus niet als iets reëls aan de auto toegeschreven worden.: het is dus een begripspredicatie. Voorbeeld 2: 'Het Zelf is Bewustzijn'. Het predicaat 'Bewustzijn' is logisch toegevoegd aan het subject 'Zelf' en is er dus verschillend van. In feite is er een absolute gelijkheid tussen het Zelf en het Bewustzijn, zij zijn één en het zelfde. Dus dit is ook een begripspredicatie. Vacaspati-Misjra heeft dus gelijk wanneer hij zegt dat men soms ten onrechte verschil toeschrijft aan dingen die identiek zijn (dit is zo met alles wat men over Het Zelf kan zeggen), of identiciteit toekent aan dingen die verschillend zijn (vb. de auto en 'stoppen'. Deze wijze van kennen is, nl. door een begripspredicatie, is geen directe waarneming, geen gevolgtrekking, geen geloof, en ook geen miskennis. Zij geeft ons echter wel een zekere kennis, en is dus een begripspredicatie.

### **10. Abhava\_Pratyaya\_ālabana Vrittir\_Nidra**

**Slaap is de golving die berust op manifestatie van afwezigheid (van waak en droomtoestand).**

Slaap wordt beschouwd als een kennisholving, nl. deze welke de afwezigheid van naar buitengekeerde golvingen weergeeft. Slaap moet dus ook verdwijnen voor de gevorderde yogi. Slaap is toe te schrijven aan overdreven 'Tamas' (een van de guna's). Diepe droomloze slaap is een golving van Tamas die het Sattvam bedekt en aldus mentale duisternis meebrengt. Alhoewel deze golving in zekere zin éénpuntig is, komt er geen object in voor. De straling van het Bewustzijnslicht wordt dus niet weerkaatst in de bewustzijnsfunctie: er is mentale duisternis. Slaap kan dus geen hulp zijn om het Zelf te benaderen. Het is een hindernis. Het is een toestand die volledig verschilt van het hogere stadium van 'concentratie-zonder-objectief-bewustzijn'. In dit laatste geval blijft de straling van zuiver Bewustzijn weerspiegeld in de bewustzijnsfunctie. Daar zal dus een verinwendigd bewustzijn alleen, de mogelijkheid verlenen aan het Zelf, zich te weerkaatsen.

### **11. Anubhoot\_Vishaya\_Asampramoshah Smritih**

**Geheugen bestaat in het niet insluipen (van iets anders) in (de voorstelling) van een vroeger waar- genomen object.**

Om echt te zijn, mag het geheugen niets anders bevatten dan vroegere waarnemingen

(niets méér) er mag niets ontbreken. Het geheugen geeft het vroeger waargenomen object, of iets minder, weer. Indien er iets aan toegevoegd wordt, is het geen geheugen meer. Aangezien er bijna altijd een verschil is van tijd en plaats, is er zelden echt geheugen. Deze golvingen beletten eveneens de concentratie. Nu komt de vraag: hoe kunnen we deze stroom van golvingen stilleggen en het doel van de Yoga benaderen?



## **Hoofdstuk 7. Vervolg tekststudie van het eerste boek** **SAMADHIPADA; Het stilleggen van de golvingen van het M.C.** **(sutra's 12 tot 22)**

Na de kennismaking met de golvingen gaat Patañjali verder met zijn onderricht. Hij zal nu het antwoord geven op de vraag hoe de stillegging in werkelijkheid gebeurt. In de sutra 12 geeft hij eerst de algemene maar ook de hoofdvereisten aan die er moeten zijn, nl oefening (abhyasa) en passieloosheid (vairagya) .

### **12.Abhyāsa\_Vairāgyabhyām Tannirodhah** **De afsluiting van deze (golvingen) gebeurt door oefening en passieloosheid.**

Na de opsomming van de kennisgolvingen worden de algemene middelen aangeduid om deze tegen te werken. Door deze twee algemene middelen komt er afzwakking, en uiteindelijk het ophouden van golvingen die het Zelf met het mentaal complex ogenschijnlijk verbinden. Deze twee middelen worden in de volgende sutra's verder uitgelegd. Men kan ze ook keuzemiddelen noemen omdat er verder nog andere middelen worden aangegeven.

### **13.Tatra Sthitau Yatno\_Abhyāsah** **Oefening is de (herhaalde) inspanning om (het mentaal complex) daar te (in afsluiting) te houden.**

Deze oefening is een geleidelijk proces: van de grovere tot de meer subtiele golvingen, tot deze van het 'verheven inzicht' Men moet er dus voortdurend mee bezig zijn, want het komt niet van zelf. Zonder oefening en doorzettingsvermogen zal men nooit tot stillegging komen. Alle uitwendige en inwendige middelen hebben het zelfde doel: de golvingen doen afzakken en uiteindelijk doen verdwijnen. Naarmate men oefent groeit de stevigheid zegt Patañjali in sutra 14.

### **14.Sa Tu Dirghakāl\_Nairantaryya\_Satkār\_Asevito DridaBhoomihi** **Deze (inspanning) groeit echter tot een stevige dispositie wanneer ze voor lange tijd, onophoudelijk met ernstige toewijding aangekweekt wordt.**

Yogaoefeningen onder alle vormen, moeten zonder ophouden voortgezet worden. Zwakke of dikwijls onderbroken inspanning, kan het naar ervaring gekeerde M.C., met zijn bezinksels, niet tot stilstand brengen. Het is dus absoluut onontbeerlijk dat de yogabeoefenaar de wil opbrengt om met een volgehouden inspanning te werken. Daarbij komt nog, dat twijfel i.v.m. de uitwerkingskracht van de oefeningen, tot fatale mislukking zal leiden. De beoefenaar kan de nodige vaste wil verwerven door elke inspanning, iedere opwinding, elke competitie met zichzelf of anderen, te vermijden. Geen verlangen naar bevrijding, mag uitgroeien tot een mentale spanning. Kalmte te brengen in de ganse psyche is het enige doel waarin men moet geloven, en dit geeft de wil de nodige sterkte. Passieloosheid is het tweede hoofdmiddel:

### **15.Drishta\_Anushrāvika\_Vishaya\_Vitrishnasya VashikaraSanghyā Vairagyam** **Passieloosheid is de gemoedstoestand van meesterschap, in iemand die niet dorst objecten hetzij waargenomen of in de veropenbaring genoemd.**

Passieloosheid betekent afwezigheid van verlangen en afkeer. Het is de aangevoelde beheersing van alles wat ervaring voedt, zodat men volledig meester wordt van zijn daden en gemoedstemmingen. Deze passieloosheid heeft te maken met de werking van Prakriti, en wordt de lagere passieloosheid genoemd. Passieloosheid is gelegen in het niet belust

zijn op het laten voortduren van gebondenheid, d.w.z. geen aantrekking of verlangen naar de objecten of de resultaten van hun werking.. Alle overdrijving moet vermeden worden. Door een zachte, maar kordate handelswijze moet men komen tot een verlamming van de naar buiten gerichtheid van de geest om te komen tot passieloosheid. Zonder deze psychische ingesteldheid kunnen de fysische oefeningen en technieken van de yoga in niets bijdragen tot de bevrijding van ons Zelf. De golvingen die moeten stilgelegd worden zijn dus de kennisgolvingen en de emotiegolvingen.

De meer specifieke middelen tot stillegging worden nu verder door Patañjali voorgesteld:

### **1° Niet dorsten naar de guna's.**

#### **16.Tat\_Param\_Purushakhyāter\_Guna\_Vaitrishnyam**

**Meer verheven dan deze (passieloosheid) en voortkomend uit (iemand's) inzicht in zijn Zelf, (als gans anders) is het niet dorsten naar de guna's.**

Dit is de hoogste passieloosheid; ze betreft de bron zelf van alle resultaten (der dingen) nl.de Guna's, die de essentie zijn van Prakriti. Prakriti laat de yogi als dusdanig onverschillig, wanneer hij de ware natuur van zijn Zelf heeft ingezien. Hij verkeert aldus in de toestand van 'Verheven inzicht' en deze toestand verblindt de yogi want hij ziet reeds het anders zijn van het Zelf t.a.v. alle Prakriti-dingen die ook intuïtief waargenomen worden. De keuze tussen deze twee kan slechts tot stillegging van het mentaal complex leiden wanneer er volledige onthechting bestaat t.a.v. de guna's. De buitengewone gaven ('Siddhis) die de yogi te beurt vallen, eens op dit niveau aanbeland, oefenen ook een zware aantrekkingskracht uit. Alleen als men de diepste Prakritilagen (de guna's en hun werking) kan verlaten, dan kan men verder gaan...; hun verleiding moet wel krachtig zijn, aangezien Patañjali daarvoor waarschuwt. De hoogste passieloosheid kan deze krachtige verleiding breken.

### **2°Concentratie met objectief bewustzijn.**

Buiten de algemene middelen die a.h.w. de grondslag zijn van de manier waarop men in het algemeen moet te werk gaan en de beoefening van de yoga aanpakken, nl. door te blijven oefenen in een geest van onthechting... zelfs als men reeds verder gevorderd is en Siddhi bekomt, zal Patañjali nu de praktische toepassing beschrijven nl. het beoefenen van de soorten concentraties. Men dient zich vooral eerst goed te realiseren wat er bedoeld wordt met 'concentratie' We moeten weten dat 'concentratie' staat voor Samyama d.w.z. dharana, dhyana en samadhi (zie m.y.b. nr. 47).

Patañjali zegt in Sutra 17 dat concentratie waarin nog een object; in het bewustzijn aanwezig is onder vier vormen kan bestaan.

#### **17.Vitarka\_Vichāra\_ānanda\_Asmitā\_Rupa\_Anugamāta Samprjnātah**

**De concentratie is met objectief bewustzijn, wanneer deze gepaard gaat met afbeeldings- begrips- blijdschaps- of ik-ben gevoel.**

De verhevenste oefening voor het stilleggen van de golvingen is de 'concentratie' Hier wordt de concentratie voorgesteld tijdens de welke er nog een object in het bewustzijn aanwezig is.

1° Savitarka : een object dat een beeld is van iets grofstoffelijks is het concentratieobject.

2° Savicara : het object van concentratie is een begrip.

3° Sananda : het object van concentratie is een blijdschapgevoel.

4° Sasmita : het object van concentratie is het ik-gevoel.

Wanneer de concentratie gepaard gaat met een van deze vier objecten dan noemt Patañjali deze

Concentratie 'Samprajnata-samadhi, concentratie met verwarring., zij is niet perfect.

Voor een volledig overzicht van de concentratie vormen zie m.y.b. aflevering 43

### **3° Concentratie zonder objectief bewustzijn.**

Concentratie zonder object in het M.C.; noemt Patañjali 'Asamprajnata-samadhi' (sutra 18)

**18. Virāma\_Pratyaya\_Abhyāsa\_Purvah Sanskāra\_Shesho\_Anyah**  
**(De concentratie die) ingeleid wordt door oefeningen die het stilleggen (van het mentaal complex) teweeg brengen, en waarin slechts verzonken indrukken overblijven, is de andere (concentratie) nl. zonder objectief bewustzijn.**

Deze sutra beschrijft de bevrijdende concentratie, nl. de concentratie van afsluiting, waarin alleen bezinkselgolven overblijven die zonder inhoudsbewustzijn gebeuren.

### **4° Concentratie van de ontlichaamden.**

#### **19. Bhava\_Pratyayo Videha\_Prakriti\_Layānām**

**De concentratie van de ontlichaamden en van hen die in de onherleidbare oergrond liggen, wordt teweeg gebracht door positieve middelen.**

Er bestaat een gans andere concentratie van hen die in Prakriti rusten, of van hen die, alhoewel ze hun lichaam tijdelijk verlaten hebben, hun bevrijding toch niet hebben bereikt, en die de kringloop van geboorten moeten voortzetten. Deze concentratie wordt teweeg gebracht hier op aarde, door positieve middelen bv. door goede daden, niet door het stilleggen van hun mentaal complex. Dit is geen zelfrealisatie maar zogezegde heiligen die goede daden doen om goed karma te verwerven.

### **5° Concentratie van de 'anderen'.**

**20. Shraddhā\_Virya\_Smriti\_Samādhi\_PrgnyāPurvakah Itreshām**  
**(concentratie die) ingeleid wordt door heilzaam geloof en onderscheidmakend inzicht (is de concentratie) van de 'anderen' (d.w.z. van de echte yogi's).**

De heilzame concentratie (sutra's 17 en 18) bestaat in het geleidelijk stilleggen v&n het M.C.. Dit vereist heilzaam geloof, krachtdadigheid enz.. Zij die yoga beoefenen, de yogi's dus, komen tot de concentratie via de aangeduide weg (sutra's 17 en 18) en door geleidelijke stillegging van hun mentaal complex. De ijver die ze daarvoor moeten aan de dag leggen speelt een grote rol in het vlug of langzaam bereiken van de concentratie.

#### **21. Tivra\_Samvegānām\_āsanah**

**Voor hen die grote ijver aan de dag leggen, wordt deze (concentratie)spoedig bereikt.**

De uitmuntende concentratie is dus deze welke het vlugst tot stand komt. zegt Patañjali verder.

#### **22. Mridu\_Madhya\_Adhimātra\_Tvāt Tato\_Api Visheshah**

**Aangezien ijver ofwel zacht of middelmatig of hevig kan zijn, bestaat er een uitmuntende (concentratie)-.**

Ijver kan minder of meer krachtdadig zijn; men kan dus vlug of minder vlug de perfecte concentratie bereiken.

## **Hoofdstuk 8. Vervolg tekststudie van het eerste boek SAMADHIPADA; Concentratie door devotie tot ISVARA.**

### **6° Concentratie door devotie tot ISVARA**

#### **23. Ishvara\_Pranidhanād\_Vā**

**Ofwel wordt concentratie bereikt door devotie tot de Heer.**

Volgens de vorige sutra's over de concentratie, is de yogi in staat om op eigen krachten zonder hulp van enig Opperwezen concentratie te bereiken. Bevrijding is dus mogelijk zonder Opperwezen. Hier worden de sutra's ingelast die betrekking hebben op Isvara, ze worden door Vyasa ingeleid met de woorden " is het bereiken van concentratie dichter bij als resultaat van deze laatste (voornoemde methoden), of is er ook een andere methode om dit te bereiken, of niet? Het antwoord luidt dat er een andere methode bestaat nl. "door devotie tot de Heer. Dit middel is echter niet onontbeerlijk zoals de sutra zelf zegt: "ofwel, kan deze (concentratie bereikt worden door devotie tot de Heer". Deze sutra geeft een alternatief en hoe dit gebeurt zie sutra 27 en 28

De sutra's over de Heer worden door sommigen aangezien als interpolatie. Wij, aldus Koelman, zijn van oordeel dat ze wel van Patañjali afkomstig zijn.

Wie is ISVARA?

**24. Klesha\_Karma\_Vipāka\_āshayaih Aparamrīshthah PurushaVisheshah Ishvarah De Heer is een bijzonder Zelf, onaangetast door kwellingen, vrij van daden die vergelding meebrengen, vrij van de vruchten daarvan en vrij van verzonken indrukken.**

Dit is de omschrijving van de Heer. Zijn essentie verschilt niet van de andere Zelfen; alleen de vermeende bindingen met Prakriti en de effecten daarvan, worden uitgesloten. Zie in verband met de omschrijving en de betekenis van Isvara, m.y.b. nr 38. Koelman legt verder uit: "Concentratie op de Heer wordt hier niet bedoeld als een soort devotie of onderwerping. Het is een louter hulpmiddel tot concentratie, geen onderwerping, niet een houding van aanbidding en liefde maar alleen gebruikt om doelbewust het doel (de concentratie) te bereiken Het weinige dat in de Patañjali-yoga over de Heer gezegd wordt is niet relevant in het geheel van haar techniek. De Heer Isvara is niet noodzakelijk, en iedere trede in de yogatechniek kan uitgelegd worden (en is uitgelegd) zonder enige toevlucht (of beroep te doen) tot de Heer. De sutra's i.v.m. Isvara kunnen hier, zonder spoor van verdwijning achter te laten, gemakkelijk uit de patañjala-sutra's verwijderd worden".

In de volgende sutra gaat Patañjali verder met de omschrijving van de eigenschappen van Isvara.

#### **25. Tatra Niratishayam Sarvāgnya\_Bijam**

**In deze Heer is de (kennis) kiem van de Alwetende onovertrefbaar.**

Er bestaat geen groter bron van kennis. Deze is echter niet bedorven (aangetast) door het niet onderscheiden van zuiver Bewustzijn en de kennisfuncties (de reeds beschreven verwarring).

Het onderscheid tussen Isvara en de andere Zelfen, zou bestaan in het feit dat, zoals men zegt, "in Hem de bron van alwetendheid haar uiterste uitmuntendheid bereikt". "Voor de Heer (aldus Koelman, is er dus geen opgaande gradatie van kennis door het verdwijnen van de onwetendheid waaruit de bevrijding ontstaat. Overeenkomstig de algemene principes van de Patañjala-yoga behoort de activiteit van het kennen tot Prakriti, terwijl

het inactieve Bewustzijn de aard van het Zelf is. Vanuit dit standpunt is het te begrijpen dat geen speciale en meer perfecte natuur van kennis, aan de Heer wordt toegeschreven; de manier van kennen zou tocht een activiteit blijven en zou dus een Prakriti-modaliteit zijn die dus de natuur van Isvara als opperste Zelf helemaal niet kan onderscheiden van de andere Zelfen. Zijn kennis is daarom absoluut en onveranderlijk".

**26. Poorveshām\_Api Guruh Kālena\_Anavcchedāta  
(Deze Heer) is de leraar, zelfs van de eerste (wijzen), aangezien hij niet afgescheiden is (van hen) door de tijd.**

Alle vorige wijzen sinds beginloze tijd, zijn door Hem opgeleid. Hij is aanwezig in alle tijden.

Met betrekking tot het proces van bevrijding kunnen aan de opperste Heer verschillende functies toegeschreven worden:

- 1° Zonder begin of einde is hij de leraar aller tijden, en de weg van openbaring en verlossing is iedere nieuwe evolutie aan Hem verschuldigd.
- 2° Hij zorgt er voor dat in elk leven en gelijkmatige verdeling van Prakriti-voorwaarden aanwezig is uit wiens werking de bevrijding tot stand zal komen. De Heer blijft echter, met alle respect voor iedere vrijheid, verdiensten en gebreken, een 'causa removens prohibens' (de oorzaak die de hindernissen wegneemt) met betrekking tot bevrijding, van hem die er om vraagt.
- 3° Hij dient als gemakkelijk object om de geest stil te leggen, omwille van zijn gelijkenis met het individuele Zelf.
- 4° Hij kan speciale hulp verlenen aan zijn aanbidders zodat het Hem mogelijk wordt de yogaladder te bestijgen, met overslaan van sommige treden.

De yogafilosofie echter, en de technieken tot bevrijding komen naar voor als zijnde atheïstisch.

"Indien een yogi (aldus Koelman) Isvara aanziet als een God, dan ligt dit niet aan de yogaleer, maar aan de individuele ingesteldheid van de yogi. Men zou kunnen zeggen dat de Patañjala-yoga buiten beschouwing laat of men God erkent of niet.. De Patañjala -yoga doctrine van de Opperste Heer komt echter voort uit de atheïstische opvatting van de Sankhya-leer. Het formuleren van God, indien de Sankhya-terminologie toch gebruikt en gerespecteerd moest worden, diende de vorm aan te nemen van een speciaal Zelf. Slechts in die termen kon een godsleer geformuleerd worden zonder de basisstellingen van de Sankhya tegen te spreken. Maar dergelijke godsleer was niet vereist en kon dus wegvallen zonder spoor achter te laten".

Mircea Eliade zegt in zijn boek "Yoga"- wat volgt over de opvatting van Isvara bij andere commentatoren. "Isvara krijgt bij latere commentatoren (na Vyasa) een steeds actievare rol. Bij Vacaspati

Misra en Vijnana Bhikshu grote importantie. Nu moet gezegd worden dat beide Patañjali en Vyasa hebben geïnterpreteerd in het licht van de geestelijke stromingen van hun eigen tijd, en zij leefden in een periode waarin geheel India in de ban was van mystieke en devotionele stromingen (de 9de eeuw voor Vacaspati Misra en de 17de eeuw voor Vijnana Bhikshu). Deze laatste spreekt, beïnvloed door bepaalde Vedanta-concepten en door de Bhakti of mystieke devotie, zeer uitvoerig in de 'Yogasarasamgraha' over de bijzondere genade van God. Volgens Das Gupta schrijft Nilakantha, een andere commentator, dat Isvara een wil bezit welke het leven van de mens kan voorbestemmen ; want Hij dwingt hen die Hij wil verheffen, tot goede daden, en hen, die Hij wil vernietigen, tot slechte daden. Wij zijn hier wel ver af van de bescheiden rol die Isvara van Patañjali mocht spelen".

**Hoe gebeurt de concentratie op ISVARA?**

## **27.Tasya Vāchakah Pranavah**

**De verwoording van deze (Heer) is de heilige lettergreep (d.i. OM).**

De lettergreep OM is in de Hindoe-heilige schrift gezien als de verwoording van het Opperste we-zen; een verwoording waarin dat wezen tegenwoordig is. Het LOGOS. OM is een mantra, dwz een geestesbeschermer. Het voortdurend herhalen van een mantra leidt tot concentratie omdat het een éénpuntig concentratieobject is: een vereiste om tot stillegging van de wervelingen van het M.C. te kunnen komen.

## **28.Tat\_Japah Tadartha\_Bhāvanam**

**(De yogi oefent zich in) het herhalen van die (heilige lettergreep) en het overwegen van de betekenis-ervan.**

In plaats van een immobiliserende kennis waarin de vroeger vermelde concentraties bestaan, is er hier het immobiliserend effect van een geluid, dat ononderbroken de aandacht vastklemt. Deze oefening kan ook het M.C. stil leggen. Het resultaat van deze oefening lezen we in de volgende sutra.

## **29.Tatah Prtyak\_Chetanā\_Adhigamah\_Api\_Antarāyā\_Bhāvah\_Cha**

**Daardoor bekommt hij de naar binnen (naar zijn Zelf) gekeerde denkwijze, en eveneens het verdwijnen van de hindernissen.**

Deze sutra wijst terug naar, en is de voortzetting van, de sutra's 17 - 22.. Het ingekeerd denken bestaat in het zich realiseren dat zijn Zelf als Zuiver Bewustzijn geen betrekking heeft met het mentaal complex, en afzonderlijk bestaat. De hindernissen behoren allen tot Prakriti.

Ik wil hier nogmaals aan toevoegen dat het niet noodzakelijk is deze vorm van concentratie te beoefenen, maar het kan voor hen die devotieel aangelegd zijn een middel worden om samadhi te bereiken. Hiermede zijn de keuzemogelijkheden voorgesteld. Patañjali zal nu verder gaan met het behandelen van de hindernissen die de concentratie kunnen beletten of vertragen.

-oOo-

YOGA-INSTITUUT HALASANA V.Z.w.- artikel geschreven in 1983.

OPLEIDING YOGACHARYA -

ISVARA DE HEER

Ishvara-pranidhânâd vâ (Y.S. 1-23)

De staat van samâdhi kan door een yogabeoefenaar ook bereikt worden door devotie tot Ishvara.

In het eerste boek (Y.S. 1-23) wordt door Patañjali de devotie tot Isvara aangehaald als een andere weg om parasamâdhi te bereiken. Wie is Isvara en waar is zijn plaats in de patañjala-yoga? Ter verduidelijking weze hier vooraf gezegd dat er met "Patañjala-yogi niets anders bedoeld wordt dan de yoga zoals ze door Sri patañjali wordt verklaard in de yoga-sutra's.

In zijn studie over de Patañjala-yoga wordt door G. KOELMAN S.J. een zeer realistische voorstelling gegeven over bovenvermelde sutra's. Een afzonderlijk hoofdstuk van de studie over de Patañjala-yoga wordt eveneens aan Isvara gewijd.

Heel verrast zal menig yogabeoefenaar opkijken wanneer door een zeer goed yogakenner

(G. KOELMAN schreef zijn studie na 40 jaar intens werk en verblijf in India waar hij nu nog is) gewezen wordt op het feit dat de devotie tot Isvara, één van de middelen om samādhi te bereiken, geen echte devotie is zoals wij westerlingen ons voorstellen. Het is inderdaad zo dat wij al te vlug geneigd zijn ons de yoga voor te stellen als een soort devote weg die we zouden moeten bewandelen in een geest van oecumenische verdraagzaamheid. We beweren dat yoga geen godsdienst is en toch wordt het bereiken van samadhi in de meeste gevallen omgeven door een sfeer van heiligheid of devotie die we toetsen aan onze godsdienstig gerichte levensvisie.

Devotie tot de Heer wordt door patañjali aangehaald als een andere weg om parasamadhi te bereiken.

De leer en de filosofie waarop de yoga van patañjali werd opgesteld is praktisch volledig ontstaan uit de Sankhya-filosofie (de Vedanta-filosofie bestond toen nog niet). Door het inlassen van de devotie tot Isvara als een andere weg om samādhi te bereiken, wordt de Yoga ook wel sesvarasankhya genoemd; het begrip Isvara wordt in de Sankhya-filosofie immers niet aanvaard.

Duidelijker wordt het wanneer de yogabeoefenaar aldus weet dat er ook andere wegen zijn om samādhi te bereiken. Het staat immers vast dat de toepassing van yoga kan afdalen tot zuivere techniek en kan opstijgen tot de meest verfijnde metafysische ervaringen.

Aldus is yoga ook geschikt of bruikbaar voor de meest uiteenlopende doctrines zoals het primitief animisme, het nihilisme, het atheïsme, een eenvoudige volksdevotie of theosofische leerstellingen. Volledigheidshalve heeft Patañjali de devotie tot de Heer in zijn systeem ingelast als één van de middelen om samādhi te bereiken. Het moet ons dan ook niet verwonderen dat de yogi die niet de weg van deze devotie wil opgaan, gerust de sutra's met betrekking tot de devotie van Isvara kan achterwege laten zonder afbreuk te doen aan het wezen van de Yoga.

Wie wil weten wie Isvara is, leze dan verder de sutra's 24, 25 en 26, boek I. Als onderscheiden van Prakriti en de andere zelve is Ishvara een bijzonder zelf, vrij van alle hindernissen of karma, absoluut in zijn bestaan, zowel wat het verleden, het heden of de toekomst betreft. Hij is onaantastbaar voor om het even welke evolutie of involutie. Het onderscheid tussen Isvara en de andere zelve zou er in bestaan dat in Hem de bron van alle alwetendheid aanwezig is.

Er is dus geen opgaande gradatie van kennis aanwezig waaruit bevrijding zou moeten ontstaan. Daarom ook staat Isvara buiten Prakriti. Elke activiteit, ook het denken, is Prakriti, terwijl het inactieve bewustzijn, de onbewogen ziener, de aard van het zelf is. Als men de Heer of Isvara vanuit dit standpunt uit bekijkt, dan begrijpt men dat er geen enkele verandering aan hem kan worden toegeschreven want hij is absolute en onveranderlijke kennis in zich zelf. De kennis van de Heer is echter afhankelijk van zijn aanwezigheid in Prakriti ten einde zich aan de andere zelve kenbaar te kunnen maken en om zich aldus te kunnen laten gebruiken als voorwerp van meditatie of als een andere weg om samadhi te bereiken. Deze verbinding met Prakriti is evenwel vrijwillig.

De yogafilosofie en de techniek tot bevrijding komt, gezien haar oorsprong, over als zijnde atheïstisch. Indien echter de yogi Isvara aanziet als een god, dan ligt dit niet aan de yogaleer, maar aan de yogi en zijn individuele ingesteldheid. Men moet hier in herinnering brengen dat de Patañjala-yoga buiten beschouwing laat of men (een) God erkent of niet.

De yoga van Patañjali komt echter, wat de leer van Isvara betreft op de mens over als een

theïstische yoga, tenzij men de sutra's zou weglaten die daarop betrekking hebben. Het blijft evenwel een feit dat de andere sutra's verder in Sankhya-termen zijn opgesteld en het bestaan van Isvara of een opperwezen niet verder toelichten. Met betrekking tot het proces van bevrijding kunnen voor hen die de devotie tot Isvara als weg aanvaardden, aan de Heer verschillende functies worden toegeschreven; nl.

1. Zonder begin of einde is hij de leraar aller tijden; de weg van de openbaring en van de verlossing. Aan hem is' men iedere evolutie verschuldigd.
2. Hij zorgt er voor dat in elk leven een gelijkmatige verdeling van Prakriti-voorwaarden aanwezig is waaruit de bewerking van de bevrijding tot stand kan komen.
3. De Heer blijft met respect voor ieders vrijheid, verdiensten en gebreken, een "causa movens prohibens" (een wegruimer van de hindernissen) op de weg van bevrijding.
4. Hij laat zich (geheel vrijwillig) gebruiken als een gemakkelijk object om de geest stil te leggen.
5. Hij kan speciale hulp verlenen aan zijn aanbidders, waardoor het mogelijk wordt de yogaladder te bestijgen met overslaan van sommige treden.

De beheersing of het beletten dat de geest vormen aanneemt (aldus G. KOELMAN) kan behalve door de wil van de beoefenaar, ook door devotie tot Isvara bereikt worden. Het is echter niet de enige weg en dit feit maakt de yoga van Patañjali tot een universeel systeem en de ware Yoga.



## **Hoofdstuk 9. Vervolg tekststudie van het eerste boek** **SAMADHIPADA; HINDERNISSEN OP HET YOGAPAD.**

De vraag wordt nu gesteld: welke zijn de hindernissen die de concentratie kunnen beletten?. Ik verwijs hier in de eerste plaats naar m.y.b. nr. 42 - hindernissen op de weg, dd.23.10.2006. Patañjali geeft in de nu volgende sutra's een overzicht over de mogelijke hindernissen zonder daarbij onmiddellijk de methode te omschrijven of de oefeningen uit te leggen die men kan aanwenden om deze hindernissen te doen afnemen of te doen stoppen. Dit zal pas gebeuren in het tweede boek , waar de yoga van de actie (ook Kriyayoga genoemd) aan bod zal komen.

In de sutra 30 worden de hindernissen voorgesteld :

### **30.Vyādhi\_Styāna\_Sanshaya\_Pramāda\_ālasya\_Avirati\_Bhrāntidarshan\_AlabdhaBh**

**umikatva\_Anavasthitatva\_Tvāni Chitta\_Vikshepah\_Antarāyāh**

**Ziekte, loomheid, twijfel, onverschilligheid, luiheid, verlangen naar aardse dingen, valse waarnemingen, geen yoga-treden kunnen veroveren, en (eens bereikt), daarin verstrooiingen van onstandvastigheid het mentaal complex; deze zijn de hindernissen.**

Deze disposities beletten de concentratie.: Om yoga te beoefenen moet men zich voorbereiden. De meeste mensen zijn niet in staat hun denkfunctie, waar het eigenlijk om gaat, te temmen en te richten. Deze denkfunctie kan rusteloos zijn of verdwaasd (stompzinnig) of verstrooid, en in deze toestand kan men de eigenlijke yoga niet beoefenen. Daarom moeten de meeste, zonet alle mensen Kriya-yoga beoefenen (dit volgens de voorschriften in het tweede boek). De enkele uitzonderingen die een zuivere en kalme denkfunctie hebben, welke niet verstrooid is of niet steeds afdwaalt, en gewoonlijk rustig en bedaard is, kunnen de mentale discipline van de yoga aanvatten. De hindernissen hier opgesomd gaan, zoals in de volgende sutra gezegd wordt, gepaard met pijn, moedeloosheid, ongedurigheid enz...

### **31.Duhkha\_Daurmanasya\_Angamejayattva\_Shvāsa\_Prashvāsā Vikshepasahabhuvah**

**Pijn, moedeloosheid, ongedurigheid, (niet gecontroleerde) in- en uitademingen, gaan samen met verstrooidheid.**

Verstrooidheden duiden aan dat het M.C. niet éénpuntig gericht is, en dit gaat gepaard met de genoemde pijn, ongedurigheid ongecontroleerde ademhalingen enz... De betekenis van de hier bedoelde pijn (die in werkelijkheid het geconditioneerde bestaan is, maar daarover wordt verder de nodige uitleg gegeven). Ook de controle over de ademhaling (waarmede de pranayama bedoeld wordt) komt later aan bod, eerst geeft Patañjali enkele middelen op die aangehaalde verstrooiing kunnen tegenwerken.

1° Concentreren op één punt (op één enkele realiteit: zie myb.nr.46 het voorwerp kiezen)

### **32. Tat\_Pratisedhārtham\_Eka\_Tatva\_Abhyāsah**

**Om deze verstrooiingen tegen te werken (moet men) zich oefenen in (het fixeren van) één enkele realiteit**

Om de standvastigheid van het mentaal complex te bedwingen, moet men zich oefenen in het vastzetten van zijn aandacht om één ding.

2° Aankweken van kalmte in het M.C.

\*door vriendelijkheid.

### **33.Maitri\_Karunā\_Mudito\_Apekshānām Sukha\_Duhkha\_Punya\_Apunya\_Vishayanām**

#### **Bhāvanāt Chitta\_Prasādanam**

**Door het aankweken van vriendelijkheid, medelijden, vreugde en gelatenheid ten aanzien van (respectievelijk) geluk, pijn, deugd en ondeugd, (verwerft men) de onverstoorde kalmte van het mentaal complex.**

Indien iemand dergelijke vredevolle disposities kan koesteren, dat hij vriendelijk kan zijn wanneer iemand gelukkig is, medelijden kan tonen wanneer iemand droevig is, vreugde zonder uitbundigheid kan voelen wanneer iemand deugdzaam is, kalm en gelaten kan zijn, wanneer iemand kwaad doet, dan is zijn mentaal complex zonder storing. Het komt er op aan steeds (zoveel mogelijk) gelijk en evenwichtig te zijn in alles, en niet te oordelen of te veroordelen. Een voorbeeld van deze Upeksha wordt door Sree Bagwan Rajnees gegeven in de volgende bijlage aan Sutra 1.33:

YOGA-INSTITUUT HALASANA V.Z.w.

BIJLAGE 2 - LES 24

- najaar 1983 -

Sutra 1. 33

"Door het aankweken van vriendelijkheid, medelijden, vreugde en gelatenheid ten aanzien van (respectievelijk) geluk, pijn, deugd en ondeugd, (verwerft men) de onverstoorbare kalmte van het mentaal complex."

Het woord Upeksha = gelaten tegenover anderen, dat Patañjali gekozen heeft is zeer mooi. Het betekent noch apathie noch antagonisme noch ontvluchting (van iets). Het is eenvoudigweg gelatenheid zonder enige opstelling, onthoud goed, zonder enige opstelling, want men kan ook gelaten zijn met een opstelling. U kunt ook denken dat iets geen aandacht verdient, dat het de moeite niet waard is om er aan te denken. Neen, dan neemt ge een standpunt in en er ontstaat een zekere veroordeling over dit. Gelatenheid is een eenvoudige weg ongemoeid laten. Wie ben jij dat je beslist, dat je oordeelt?

Met gelatenheid moet je over jezelf denken. Wie ben ik? Hoe kun jij zeggen wat slecht is en wat goed is? Wie weet dat?

Het leven is zo complex dat het kwaad goed wordt en dat het goede het kwade wordt. Er ontstaat een verwisseling. Er zijn zondaars gekend die het hoogste ultieme bereikten en heiligen die in de hel belandden. Zo dan, wie weet het? En wie ben jij? Wie vraagt het U? Let op jezelf. Wanneer je daartoe in staat bent, hebt U genoeg gedaan. U zult meer geestelijk besef hebben en bewuster zijn..

Dan volgt er een verhaal over Vivekananda die, voor hij naar Amerika ging, uitgenodigd werd bij een Maharaja; deze had nu de receptie prostituees uitgenodigd om te dansen en te zingen voor Vivekananda. Toen hij de prostituees zag, vluchtte Vivekananda in een kamer en sloot zich op vol verontwaardiging en wilde niet naar buiten komen. De Maharaja kwam aan de deur zich verontschuldigen maar niets hielp. Vivekananda was niet gelaten want hij veroordeelde deze vrouwen en zei dat ze hem bang maakten. Hij was zeer bang en wilde niet naar buiten komen. Dan begonnen de prostituees te zingen. Een zeer mooi lied waarin ze zichzelf afschilderden als onwaardig en zondig en smeekten om een beetje

begrip vanwege Vivekananda. "Ik ben een zondares en U bent een heilige, waarom bent U bang van mij?"... Toen voelde Vivekananda hoe onvolwassen hij was en hoe kinderachtig hij zich had opgesteld. De reden...? Hij was nooit diep ingegaan op de betekenis van Patañjali's woord en ook Ramakrishna had hem dit niet bijgebracht, omdat ze beiden niet gelaten waren en oordeelden over wat goed en slecht was voor hen. Hier ziet men, aldus Ragnesh, dat het van groter belang is te weten wat er in Uzelf is dan te weten of te oordelen wat er buiten U is.

Vivekananda zag zijn belachelijke situatie uiteindelijk in en is toch buitengekomen. Hij was toen zodanig verrijkt dat hij de dans en het spel der prostituees met gelatenheid en zonder oordeel kon aanschouwen en naast hen neerzitten.

's Nachts schreef hij in zijn dagboek: "Nu zou ik zelfs met hen in bed kunnen gaan slapen". Men weet nooit vanwaar de hulp komt om te transcenderen. Niemand weet wat goed of slecht is. Wie kan beslissen? Het verstand is onmachtig en hulpeloos. Dus neem geen standpunt in: dat is de betekenis van gelaten of onverschillig zijn!

-000-

**\* door het buitensluiten en inhouden van de adem: hier wordt pranayama bedoeld.**

### **34. Pracchardana\_Vidhāranābhyām Vā Prānasya**

**Ofwel ontstaat (mentale vastheid) door het buitensluiten en het inhouden van adem.**

Het gecontroleerde in- en uitademen, en die beweging geleidelijk vertragen en verlengen, veroorzaakt lichamelijke kalmte, en stilt het mentaal complex. De techniek van ademhaling is zeer belang-

rijk voor yoga en andere Hindoe-systemen; ze bestonden reeds eeuwen V.C. De Indiërs hebben het nauwe verband tussen ademhaling en gemoedsstemming ingezien en benut.. Verdere uitleg in de sutra's 49 tot 52 boek 2. Daar wordt de pranayama in het bijzonder behandeld. Zij is de belangrijkste van de lichamelijke oefeningen (zie m.y.b. nr 42 de uitwendige middelen 4°).

**\*door een buitengewoon fijn gevoel.**

### **35. Vishayavati Vā Pravittiha\_Utpannā Manasah Sthiti\_Nibandhinii**

**Ofwel ontstaat (mentale standvastigheid) wanneer in verband met een object, een buitengewoon fijn gevoel opdaagt en de denkfunctie vastbindt en stillegt.**

Het woord 'vishayavati' is een technisch woord; het betekent een diep doordringende waarneming van een object, dat een diepe gemoedsstemming verwekt in 'manas' van de waarnemer. Manas is hier door Patañjali gebruikt in de plaats van 'Citta' (zie verklaring citta m.y.b. nr 40). Manas komt 2x voor in de Sutra's (1.35 en 2.43). Het is niet precies het zelfde als citta is is steeds verbonden met een externe activiteit zoals spreken, leven, ademen en zelfs aan slaap. G.M.Koelman vertaalt het door 'verstand'. Het is volgens de yoga de functie die tussen de zintuigen en de bewustzijnsfunctie ligt en heeft als specifieke taak, algemene begrippen te vormen, onderscheid te maken tussen verschillende dingen, te vergelijken, te redeneren en de eigenschappen te ontwaren die door de zintuigen niet kunnen waargenomen worden. Vacaspati zegt dat zintuiglijke kennis slechts een vage

indruk geeft van de uiterlijke dingen, zonder abstracte begrippen en universele noties, maar dat manas ons in staat stelt uiterlijke dingen door vergelijking en tegenelkaarstelling, dieper te leren kennen; Manas is dus een kennisfunctie die fijner is dan de zintuigen.

**\*door het opdagen van waarneming vrij van droefheid.**

### **36.Vishokā Vā Jyotishamati**

**Ofwel (ontstaat mentale standvastigheid wanneer) een waarneming opdaagt die gans vrij is van droefheid en schitterend helder is.**

Het woord 'yotismati' is een ander technisch woord dat een diepe helder klare waarnemingen beschrijft met een diepe vreugde. Diepe ervaring van de lotus van het hart, of van het licht boven het hoofd, kunnen als voorbeeld dienen. Deze ervaring doet ons de zuivere bewustzijnsfunctie in haar onaangetaste doorzichtigheid ervaren. Nadere uitleg hierover volgt in het 3de boek 'Wonderbare gevolgen'.

**\*door het vrij worden van elk verlangen.**

### **37.Viitarāga\_Vishyam Vā Chittam**

**Zonder passie, als object ofwel, een mentaal complex.**

Ofwel (ontstaat mentale standvastigheid wanneer) het object (van concentratie) het mentaal complex is van iemand die vrij is van elk verlangen. Wanneer men bv. zijn aandacht strak fixeert op het mentaal complex van de Heer, of van een grote heilige. Passie (raga) is het sterk aangetrokken worden of aangeboren gehechtheid aan goederen en genoegens. Het is dus een kwelling die in het mentaal complex van iemand die vrij is van elk verlangen, niet aanwezig is.

**\*door droom of slaap als steun**

### **38.Svapna\_Nidrā\_Gyāna\_āmbanam Vā**

**Ofwel (ontstaat mentale standvastigheid wanneer) de objectieve steun een droomvoorstelling is, of de slaaptoestand.**

Een droomvoorstelling (niet de inhoud van de droom, maar de droom als dusdanig), en nog meer de slaaptoestand, zijn fijne vredevolle realiteiten die het mentaal complex weinig gelegenheid geven om van het steunpunt af te dwalen.

**\*door geconcentreerde aandacht op gelijk wat.** Elk object kan dienstig zijn voor de beoefening van concentratie.

### **39.Yathā\_Abhimata\_Dhyānād\_Vā**

**Ofwel (ontstaat mentale standvastigheid) door geconcentreerde aandacht op om het even wat men maar verkiest.**

Wat men ook verkiest, het kan als steunpunt dienen om standvastigheid te bereiken. Hier eindigt Patañjali met de aanbevelingen die ons een keuze van mogelijkheden en voorstellen geven en die ons in zekere mate voorbereiden om de echte yoga (concentratie) te beoefenen.. Hij zal ons echter ook inlichten over het effect dat we kunnen verwachten.

## **Hoofdstuk 10. Vervolg tekststudie van het eerste boek** **SAMADHIPADA; HET EFFECT VAN DE CONCENTRATIE.**

Als laatste onderdeel van het eerste boek bespreekt Patañjali in het kort de resultaten die kunnen verwacht worden door wie intens oefent.

### **1° Algemeen effect.**

#### **40.Paramānu\_Paramā\_Mahatva\_Antah\_Asyā\_Vaśhīkārah**

**De heerschappij van deze (yogi) strekt zich uit van het kleine atoom tot het uiterst grote.**

In deze sutra wordt het algemeen effect van de hoger genoemde concentratie en hulpmiddelen aangeduid. De volgende sutra's behandelen het effect van de klassieke concentraties. In het derde boek sutra's 44 tot 49 worden er meer toelichtingen gegeven in verband met de heerschappij over alle objecten en de elementen waarop de concentratie wordt toegepast en intentionele vereenzelviging ontstaat.

### **2° Wat is Intentionele vereenzelviging en hoe ontstaat ze?**

De intentionele vereenzelviging ontstaat wanneer de golvingen van het M.C. de vorm aannemen van het object waarop men zich concentreert. Dit object kan een gewoon voorwerp zijn, de akte van kennen of de kenner, al naar gelang men in staat is grove of subtiele dingen als object van concentratie te nemen. Door concentratie te beoefenen, worden de gunas van de denkfunctie gelijkvormig aan de gunas van het object waarop men concentreert. Aldus ontstaat er een soort intentionele weergave van dit object in de denkfunctie. Door dit proces ontstaat er intentionele vereenzelviging (samāpatti) of perfecte overeenstemming van de denkfunctie met het object van concentratie. Voor het ontstaan van een gedacht zijn er immers drie Prakriti-factoren vereist: 1° de inhoud of het voorwerp dat voorgesteld wordt 2° de activiteit van het denken en 3° de persoon of het subject dat denkt. Men kan zich dus concentreren op één van deze drie, naargelang men daartoe in staat is. Daaruit volgen de soorten concentratie: met een voorwerp (samprāñāta) ofwel zonder voorwerp (asamprāñāta). Daarover gaan de volgende sutra's, met nadere uitleg.

#### **41.Kṣiṇa\_Vṛitṭer\_Abhijāṭasyeva\_Maner\_Grihṭri\_Grahana\_Grāhyeṣhu Tataṣṭha\_Tadanjanatā\_Samāpattiḥ**

**(wanneer het mentaal complex) vanwaar, als van een edelgesteente, golvingen verdwenen zijn (gevestigd is) hetzij op de kenner hetzij op de kennisactiviteit, hetzij op het te kennen object, rust dit onbeweeglijk op één (van deze drie), en neemt de gedaante aan van dat (éne waarop het rust); dit is de intentionele vereenzelviging.**

Wanneer er objectief bewuste concentratie is, blijft de bewustzijnsfunctie vastgeklemd aan het concentratiepunt, en neemt er de gedaante van aan, onder vorm van een kennisgolving; dit is de intentionele vereenzelviging. Het concentratiepunt is ofwel de kenner, ofwel het proces van kennen, ofwel het kenbaar ding. Bij het aanleren van de concentratie wordt de volgorde omgekeerd toegepast, men begint met het kenbaar ding, gaat verder met het kennisproces om te eindigen met de concentratie op de kenner. In de uiteenzetting die volgt (sutra's 42 tot 44) begint Patañjali ook met 'het ding'. De intentionele vereenzelviging doet zich dus voor onder diverse vormen, naargelang het object van concentratie.

#### **42.Tatra Shabda\_Artha\_Gyāna\_Vikalpahi Sankiṛnā Savitarkā Samāpattiḥ**

**Wanneer er in deze (intentionele vereenzelviging) omwille van begripspredicatie,**

**een mengsel is van (uitdrukking) woord en (grofstoffelijk) ding-op-zichzelf en het begrip (daarvan), dan is de intentionele vereenzelviging afbeeldend en verward.**

Woord, ding-op-zichzelf, en idee, zijn drie verschillende realiteiten. De intentionele vereenzelviging die perfect is, mag deze drie niet door elkaar gebruiken. Indien dat toch gebeurt, ten aanzien van grofstoffelijke objecten, dan is er verschuiving van aandacht van het ene naar het andere, en is de vereenzelviging verward. Dit noemt men de 'afbeeldende' vereenzelviging; als het intentioneel beeld en het woord aanhoudend afwisselt met het ding-op-zichzelf, Men spreekt dan van SAVITARKA d.w.z. afbeeldend met verwarring. Zonder verwarring, zie de volgende sutra.

**43.Smriti\_Parishuddhau SvarupaShunye\_Vā\_Artha\_Mātra\_Nirbhāsa Nirvitarkā**  
**Wanneer het geheugen gans vrij is (van herinnerde woorden) en alsof (het mentaal complex) leeg is van zijn eigen vorm, zodat uitsluitend het (grofstoffelijk) ding-op-zichzelf (in het bewustzijn) oplicht, (dan) is de intentionele vereenzelviging niet-afbeeldend.**

Een woord is de uitdrukking van een begrip; deze twee zijn universeel van aard, en kunnen dus niet vereenzelvigd worden met ding-op-zichzelf. Indien dus het geheugen geen woord oproept en er geen begrip aanwezig is in de concentratie, wanneer ook de activiteit van kennen en de kenner niet waargenomen worden, dan is de bewustzijnsfunctie onverstoord vastgeklemd aan het ding-op-zichzelf. Dit is de vereenzelviging zonder verwarrende afbeelding, zonder begripspredicatie; dit is perfecte vereenzelviging met het concentratiepunt. NIRVITARKA = afbeeldende vereenzelviging zonder verwarring via een grof object. Deze vereenzelviging wordt ook 'van de hogere graad' genoemd, daar waar deze met verwarring 'de lagere graad' genoemd wordt. In nirvitarka zal dus enkel het ding-op-zichzelf, zonder begripsvorming, zonder bijdrage van het geheugen, zonder verbeelding, zonder redenering en zonder associaties of relaties oplichten in het bewustzijn. De vereenzelviging is dus een perfecte vereenzelviging zonder verwarring.

**44.Etayaiva Savichārā Nirvichārā Cha Sukshma\_Vishayā Vyākhātā**  
**Door deze (voorgaande omschrijving) zijn ook de begrijpende en niet-begrijpende (intentionele vereenzelvigingen), die te maken hebben met subtiele objecten, verklaard**

De twee vorige sutra's hadden het over grofstoffelijke concentratieobjecten. Men kan echter ook concentreren op een subtiel object. Men kan er geen ware afbeelding van maken: men kan er echter wel een inbeelding van krijgen, of een begrip. Zo kan men concentreren op de guna's, op de primaire atomen, op de vijf objectieve algemeenheden of op de bewustzijnsfunctie enz....

Indien de kunstmatige inbeelding of het begrip samen met het ding-op-zichzelf in het bewustzijn oplicht, is er zoals in de vorige afbeeldende concentratie, afwisseling van drie verschillende realiteiten (afbeelding, activiteit en uitvoerder); omwille van die verwarring is de concentratie niet perfect (men noemt ze SAVICARA). Wanneer echter de verbeelding en dat begrip niet bewust worden waargenomen, dan is de vereenzelviging met dat subtiel object, perfect en zonder verwarring (men noemt ze NIRVICARA); Betreffende subtiele objecten hebben we dus ook twee graden, nl. de 'begrijpende' en de 'niet-begrijpende' vereenzelviging. Zoals in de volgende sutra zal worden gezegd, worden ook het vereenzelvigen met of zonder blijdschapsgevoel, en die met of zonder ik-ben-gevoel, verklaard. Hun steunobjecten zijn immers subtiele realiteiten.(Ik verwijs hier eveneens naar m.y.b. aflevering 43 - de praktijk en de vormen van concentratie).

**3° -Wat zijn subtiele objecten? Patañjali geeft zelf het antwoord in de volgende sutra.**

#### **45.Sukshma\_Vishayatvam Cha\_Alinga\_paryavasānam**

**En (het domein) van subtiele objecten strekt zich uit tot de onherleidbare entiteiten.**

Alle prakriti-effecten, op hun diepste niveaus bekeken, bestaan uit subtiele realiteiten; alleen de onherleidbare entiteit heeft geen diepere grondoorzaak. Concentratie op het kennisproces en op de kenner zijn bijzondere gevallen van concentratie op subtiele objecten; deze objecten zijn subjectivo-objectief. (zie m.y.b. bijdragen 39 en 40 - De aard van Prakriti's evolutie - en De Tattvas).

Op de vraag of dergelijke concentratie wel mogelijk is, kan men de bevestiging van hen die ze beleefden, niet zonder meer terzijde schuiven. Het vergt in elk geval een zeer ver gevorderd stadium van verfijnde aandacht, met afsluiting van alles wat afleiding kan veroorzaken. Alleen gevorderde yogi's zijn in staat de subtiele objecten als concentratieobject te nemen. De subjectivo-objectieve realiteiten zijn: de zintuigen en hun werking - de denkfunctie en haar werking - de egofunctie - de bewustzijnsfunctie - de intensiteit van de kwellingen - de graad van inspanning van elk individu - de morele waardebezinkels (morele indrukken van iemands vroegere morele gedrag) - fysische verzonken indrukken (indrukken van vroegere daden waardoor gewoonten worden opgebouwd) psychische verzonken indrukken (waardoor de grond van passie en afkeer wordt in herinnering gebracht). De beoefening van concentratie hierboven genoemd geeft nog niet de stillegging van het M.C. Patañjali zegt in de volgende sutra dat ze door hun beoefening de weg naar verder geconcentreerd denken teweegbrengen.

#### **46.Tā Eva Sabijah Samādhih**

**Deze zelfde (intentionele vereenzelvigingen) zijn de zaadbarende verzinkingen.**

De concentratie met objectief bewustzijn (op grofstoffelijke of op subtiele objecten) laten bezinkels achter die verder geconcentreerd denken teweegbrengen. Zo groeit de kunde in deze concentraties en gaat tenslotte van 'zaadbarende verzinking' over naar verzinking die 'zonder zaad' genoemd zal worden in het derde boek waar in de sutra's 8 tot 10 verdere uitleg wordt gegeven.

Hier wordt door Patañjali bevestigd in sutra 46, dat de zaadbarende verzinkels het verder functioneren van het M.C. in de hand blijven werken. Er is dus meer nodig om tot de stillegging te komen van het M.C.

Wat wordt er dan wel bereikt door deze zaadbarende verzinkels en wat is het mogelijke gevolg ervan?

Het antwoord daarop zal gegeven worden in het volgende hoofdstuk (sutra's 47 tot 51)

## **Hoofdstuk 11. Vervolg tekststudie van het eerste boek SAMADHIPADA; ATMAPRASADA en RTAMBARA (Van inwendige kalmte naar intuïtief inzicht tot het ophouden van het objectief bewustzijn.)(sutra 47 tot 51).**

4° Onverstoorbare inwendige kalmte (atmaprasada) is het resultaat van de concentratie die door Patañjali vermeldt wordt in sutra 47.

### **47.Nirvichār\_Vaishāradye\_Adhyātma\_Prasādah Wanneer bedrevenheid in de niet-begrijpende (intentionele vereenzelviging) verworven is, ontstaat er onverstoorbare kalmte.**

Wanneer men in staat is de concentratie zonder verwarring op subtiele objecten uit te voeren, komt het mentaal complex tot onverstoorbare kalmte. We mogen niet vergeten dat ook het proces van kennen en de kenner, subtiele Prakriti-realiteiten zijn. De buitengewone inwendige kalmte bekroont dus de niet-verwarrende-concentratie op subtiele objecten; dit kan zijn: het subtiele ding op-zich-zelf (nirvicara), het proces van kennen (nirananda) of de subtiele kenner (nirananda). De sutra vermeldt echter alleen nirvicara, maar sluit ook de twee andere niet uit.

Deze inwendige kalmte leidt op haar beurt (een zaadbarende concentratie zijnde) tot intuïtief inzicht (rtambara) zoals in de volgende sutra wordt gezegd.

### **48.Ritambharā Tatra Pragya In deze (kalmte) is het inzicht vol van waarheid.**

Het woord 'rtambara' is een technisch woord. Er bestaat geen groter kennen met objectief bewustzijn dan uit niet-begrijpende concentratie op subtiele objecten. Maar er bestaan graden van subtiliteit. (zie sutra 54). Het kennen dat ontstaat uit atmaprasada wordt daarom 'Intuïtief inzicht' genoemd., een 'kennen' of een inzicht dat Patañjali in de volgende sutra nader omschrijft.

### **49.Shruta\_Anumāna\_Pragyabhyām Anya\_Vishayā Vishesha\_Arthatvāt Dit inzicht heeft een ander object dan (de kennis die verkregen wordt door) getuigenis en gevolg- trekking, aangezien het één individueel ding-op-zichzelf als object heeft.**

Gewone kennis komt voort uit wat men van anderen hoort, wat men leest, wat veropenbaring zegt, of uit redenering. Deze soorten kennis zijn allen gebaseerd op woorden die algemene begrippen uitdrukken; ze kunnen niet het ding-op-zichzelf in zijn individualiteit voorstellen. Het inzicht echter, dat ontstaat uit niet-verwarrende concentratie op subtiele objecten is daarentegen de klare intuïtie van een individueel ding. Er is geen schaduw van rationele constructies.

Het hieronder weergegeven artikel dat ik als bijlage in het onderricht tot de opleiding 'yogacharya' heb geschreven in 1983, geeft een beeld van de betekenis 'Intuïtief inzicht' en kan hier als verduidelijking van het geheel van het eerste boek der sutra's bijdragen.

YOGA-INSTITUUT HALASANA V.Z.W..

INTUITIEF INZICHT (Resultaat van onverstoorbare kalmte 'atmaprasada')

Dit inzicht heeft een ander object dan (de kennis die verworven wordt door) getuigenis en gevolgtrekking, aangezien het een individueel ding-op-zichzelf als object heeft." Yoga



## Sutra 1.49

Patañjali heeft tot hiertoe verklaard wat Yoga is (YS 1.1 - 1.4), welke golvingen ons beletten in de staat van Yoga te zijn (YS 1.5 - 1.11); daarna heeft hij ons de middelen bekend gemaakt die ons kunnen helpen het stilleggen van het denkvermogen te bereiken (YS 1.12 - 1.29) en de hindernissen opgesomd die ons in de weg staan (YS 1.30 - 1.39). Tenslotte wil hij ook het effect beschrijven van de verschillende concentratiemogelijkheden (YS 1.40 - 1.51).

In dit laatste gedeelte vernoemt hij atmaprasada (de onverstoorbare kalmte) als bron van inzicht (inzicht vol waarheid, YS 1.48). Over dit inzicht geeft hij in YS 1.49 de betekenis, door de waarde ervan af te wegen tegenover de kennis die verkregen wordt langs redenering, het lezen van boeken bv., of uit hetgeen anderen ons zeggen, kortom, theoretische kennis.

Met "Dit inzicht" bedoelt Patañjali hier dus een gans ander inzicht dan het kennen der dingen, nl. het kennen van het werkelijk bestaan zoals het is op dit ogenblik, zonder verkleuring of geconditioneerdheid, welke afhangen van een redeneerproces. De Yogi krijgt een klare waarneming van ieder ding-op-zichzelf, hoe subtiel het ook is, waarop hij zich concentreert (Syn. 9.3). Dit inzicht is het eerste resultaat van de yogabeoefening en het leidt tot het steeds fijner wordende onderscheidmakend inzicht tussen het Zelf en Prakriti.

Er is hier intuïtieve (directe) waarneming, zonder tussenweg. De Yogi kent onmiddellijk de kern van alles, omdat hij deze ziet in het licht van de grote mentale kalmte waarin hij verkeert. Hij ziet dus de waarheid, de dingen zoals deze zijn, en niet zoals deze door gevolgtrekking zouden kunnen gekend of aanvaard worden met het verstand. Het gaat hier dus niet om empirische kennis, want deze houdt het denkvermogen bezig en geeft niet de nodige kalmte aan de geest waar het tenslotte om gaat in het proces naar de stillegging. Empirische kennis brengt door haar werking de Yogi niet dicht bij het eindresultaat van de yogabeoefening. Zij zal desgevallend een hinderpaal zijn, indien de Yogi blijft staan bij alles wat zijn denkvermogen in beweging houdt. Het volstaat echter ook weer niet alleen deze empirische kennis weg te bannen uit zijn denkvermogen. De Yogi moet nog verder gaan en ook afstand doen van de intuïtieve kennis, die weliswaar fijner is van aard, doch eveneens oorzaak kan zijn van mislukking wanneer de Yogi zich daaraan hecht. Uit het intuïtief zien en kennen der dingen volgt er immers een reeks bijkomende resultaten.

Dit is het gevolg van de beheersing van Prakriti in haar geheel. Daardoor ontstaan soms uitzonderlijke gaven. Perfecte opslorping (Samadhi) kan ook zonder deze bijkomende resultaten en de Yogi die ze heeft, zal ze zeker moeten achter laten om verder te kunnen gaan.

Hier dringen we dus heel wat dieper door in de verklaring over de betekenis van dit inzicht waarover patañjali spreekt in zijn Sutra 1.49.

Het andere object dan het object van de kennis die verkregen wordt door getuigenis en gevolgtrekking (theoretische kennis dus), wordt door patañjali zelf ook verklaard. Het is nl. de essentie van een individueel ding en deze essentie is aan de basis van de evolutie, alleen bestaande uit Prakriti en niet uit het Zijn.

Hier zien we dus nogmaals dat het uitdrukkelijk gaat om het waarnemen van de werkelijke essentie der dingen. Deze waarneming laat ons dan ook zien dat we nog niet het Zelf waarnemen, maar de (de zeer subtiel kern) van de Prakriti-werking.

De betekenis van deze Sutra gaat dus veel dieper dan het oppervlakkig kennen der dingen. De beoefening van Yoga heeft niet tot doel ons een grotere kennis te laten verwerven, maar in de eerste plaats de ware aard der dingen aan te tonen, hun wezenlijk anders zijn dan het Zelf te laten blijken. Het ganse proces van de Yogabeoefening moet ons tenslotte in staat stellen het onderscheid te zien tussen Prakriti (de materie) en het Zijn (het Spirituele Zelf).

W. INGELS  
Yogaleraar

Zomer 1983

-oOo-

In sutra 50 geeft Patañjali dan het vervolg op rtambara, het intuïtief inzicht aan.

**50. Tat\_Jah Sanskārah\_Anya\_sankāra\_Pratibandhii**  
**De verzonken indrukken door deze (concentratie-kennis) voortgebracht werken de andere verzonken indrukken tegen.**

De verzonken indrukken van concentratiekennis en kalmte, beletten het opkomen van gewone naar buitengekeerde kennis: de indrukken van deze bezinksels zijn tegenstrijdig aan deze van de standvastige gewone ervaringen. We staan hier dus met zaadloze verzinkingen (indrukken) die het resultaat zijn van de concentratie van afsluiting die uitmondt in stillegging van alle golvingen in het M.C.  
Dan is er geen objectie bewustzijn meer aanwezig.

**51. Tasyāpi Nirodhe Sarva\_Nirodhāta Nirbijah Samadhihi**  
**Wanneer er afsluiting is van deze (verzonken indrukken van intuïtief inzicht) is de verzinking zaadloos, aangezien er (dan) afsluiting is van absoluut alle (golvingen).**

Wanneer zelfs de verzonken indrukken van objectief bewuste concentratie tegengehouden worden door de concentratie van afsluiting, of door concentratie zonder objectief bewustzijn, dan wordt elke denkactiviteit tegengehouden. De concentratie van afsluiting is, zo zegt men, 'zonder zaad' d.w.z.: er zijn wel verzonken indrukken, maar ze brengen meer en meer afsluiting voort en neigen het M.C. tot volkomen ophouden van objectief bewustzijn.

Hier eindigt de omschrijving die Patañjali geeft van wat hij met YOGA bedoelt. In zijn tweede boek zal hij de middelen voorstellen die hij aanreikt met het oog op het bereiken van het doel.

## **Hoofdstuk 12. Tekststudie van het tweede boek** **SADANAPADA.**

### **1. Inhoud en overzicht van het tweede boek.**

In het tweede boek wordt de KRIYA-YOG(of de yoga van de actie) voorgesteld. Patañjali beschrijft hierin de middelen die kunnen aangewend worden om het doel te bereiken. In het eerste boek heeft hij enkel de beschrijving gegeven van de betekenis van zijn filosofie, maar daarmee kan men de praktijk nog niet toepassen en zich stil gedachteloos neerzetten. Hij begint met te zeggen waaruit de Kriya-yoga bestaat en wat de bedoeling ervan is in de aanloop naar de werkelijke toepassing van de concentratie. Het gaat over de bevordering van de verzinking en het afzwakken van de klesas of de kwellingen die haar tegenwerken. (sutra's 2.1-2.2). Het aantal kwellingen wordt aangehaald en er volgt een beschrijving van elke kwelling. (2.3 -2.9). Daarna wordt uitgelegd hoe de kwellingen weggewerkt kunnen worden en wat hun uitwerking is in het geconditioneerd bestaan dat als één lijden wordt voorgesteld(2.10 -2.16). De karmawet komt tersprake en de definitie van het 'lijden' dat aangezien wordt als de relatie van de Ziener (het Zelf) met Prakriti (de materie). Beide begrippen nl. de Ziener en het object van het zien, worden duidelijk voorgesteld. De reden waarom alles bestaat en ten dienste staat van het Zelf, wordt eveneens besproken. Patañjali geeft dan de middelen aan om aan het 'lijden' te kunnen ontsnappen (2.17 - 2.26). Twee middelen nl.'onderscheidmakend inzicht' en 'de zevenvoudige intuïtie' worden eerst voorgesteld en daarna wordt er uitgelegd hoe men ze bereikt. Dit is dan de beoefening van zijn yoga of het achtvoudig pad (2.27 -2.32). Er wordt eveneens uitgelegd wat men kan doen om eventuele tegenwerkingen te bestrijden (2.33 - 2.34). Als slot volgt er een beschrijving van de resultaten die men kan verwachten bij het naleven van de eerste vijf treden van het achtvoudig pad (Yama -Niyama - Asana - pranayama -prathyahara) de middelen van de Kriya-yoga (2.35 -2.55). Deze korte samenvatting geeft ons dus een overzicht van de uitwendige middelen die uitmonden in 'de opslorping in het object van de concentratie' waardoor men uiteindelijk in de mogelijkheid komt om het denkvermogen stil te leggen en het doel te bereiken.

### **2. Waarin bestaat de Kriya-Yoga, en wat is haar doel?**

#### **1. Tapah\_Svādhyāya\_Ishvara\_Prānidhānāni Kriyāyogah**

#### **Zelfkastijding, geestelijke studie, devotie tot de Heer, zijn de yoga van de aktie.**

De meeste mensen kunnen niet onmiddellijk met de concentratie beginnen; hun mentaal complex is nog te onstandvastig, ze zijn nog te veel onder de invloed van passies. Velen moeten beginnen met de yoga van de actie. Deze oefeningen helpen onrechtstreeks met het stilleggen van het mentaal complex, ze brengen een lichamelijke stilte tot stand, een stilte van gemoedsstemmingen, een ethische kalmte en vrede. De door Patañjali aangehaalde zelfkastijding, geestelijke studie en devotie, staan in verband met de drie voornaamste elementen van een spiritueel leven. Zelfkastijding toomt het lichaam in, en staalt het. Ze helpt aldus de standvastigheid van de denkfunctie te bevorderen. Devotie tot de Heer kan veel bijdragen tot het opwekken van rust, gelatenheid en vertrouwen. Het is een steun voor de gevoelens. De geestelijke studie verlicht het verstand, verstevigt de overtuiging; datgene waarvan men overtuigd is, streeft men met ijver na. Uit gezaghebbende commentaren mogen we echter aannemen dat deze drie geen overdreven uitgebreidheid moeten kennen en zeker niet moeten gezien worden als rechtstreekse middelen tot zelfrealisatie. Vyasa zegt aldus, dat zelfkastijding niet mag leiden tot versterking van lichaam en geest. Vacaspati voegt daaraan toe, dat ze niet mag leiden tot aantasting van het humeur of dat ze dan een vijand wordt van de yoga.. Verder wordt er ook herhaald, dat devotie tot de Heer geen aanbidding of mystieke devotie is,

maar een opoffering van de vruchten van zijn daden aan de Heer, en dat de studie in hoofdzaak bestaat in het herhalen van de lettergreep OM, daarbij toevoegend, de studie in boeken die handelen over de bevrijdingsleer. Hoe dan ook, we weten nu waarin de Kriya-yoga bestaat. Maar waartoe ze moet dienen zegt Patañjali zelf in de volgende sutra.

**2.Sa Hi Kriyāyoga, Samādhi\_bhavanārthah Klesha\_Tanu\_Karana\_Arthah Cha (Deze yoga heeft) als doel het bevorderen van verzinking en het afzwakken van de kwellingen.**

De yoga van de actie bestaat in uitwendige daden die het mentaal complex slechts voorbereiden en in staat stellen de mentale golvingen direct aan te pakken.

De hogere yoga die met concentraties samen gaat op fysisch en ethisch gebied, gaat naar een temmen en richten van het M.C., tot een verfijning van de gedachtestroom die uiteindelijk ophoudt in een mentaal immobilisme dat in de hogere graad zal uitmonden in de realisatie van het Zelf. De verzinking (samadhi of opsorping in het object van de concentratie) is nog geen stillegging van het M.C., ze blijft een uitwendig middel (kriya-yoga).

Ook de kwellingen moeten afgezwakt worden en volledig verdwijnen om de bevrijding van het Zelf te bereiken.

De volgende sutra's handelen over de kwellingen.

**1°Hun aantal.**

**3.Avidyā\_Asmitā\_Rāga\_Dvesha\_Abhiniveshāh Kleshāh Miswijsheid, het ik-ben-gevoel, passie, afkeer en de-wil-om-te-leven zijn de vijf kwellingen.**

Het zijn aangeboren neigingen die het Zelf verblinden en ogenschijnlijk gebonden houden: ze zijn de oorzaak van de kringloop van wedergeboorten.

**2°Hun betekenis.**

Patañjali verklaart van elke klesa haar betekenis: wat hebben ze te maken met het feit dat ze ons beletten in Yoga te zijn?

**AVIDYA (miswijsheid)**

**4.Avidyā\_Kshetram\_Uttareshām Prasupta\_Tanu\_Vicchinna\_Udarānām Miswijsheid is de grond waarin de andere (kwellingen) groeiën, hetzij ze verzonken zijn, of afgezwakt of onderschept of opgekomen.**

Miswijsheid is de hoofdkwelling: de andere kwellingen zijn slechts verschillende vormen van miswijsheid. Als hoofdklesa belet zij ons een zuiver onderscheid te maken tussen wat het ware Zelf is en wat voor ons in ons empirisch bestaan de schijn verwerkt het ware Zelf te zijn.

**5.Anitya\_Ashuchi\_Duhkha\_Anātmasu Nitya\_Ashuchi\_Sukha\_ātma-Khyātihi Avidyā**

**Miswijsheid is het beschouwen van wat onbestendig is, onzuiver is, wat pijn is, wat niet-zelf is als zijnde altijd durend en geluk en het ware Zelf.**

Dit is een algemene omschrijving van miswijsheid in zover ze haar omvorming insluit. Op zichzelf beschouwd, en onderscheiden van de vier andere kwellingen, bestaat miskennis in het feit dat het Zelf, dat zuiver Bewustzijn is, zich één waant met zijn Prakriti omhulsel, zich een subject van activiteit waant, zijn afzonderlijke bestaansacte niet erkent, maar zich samen met de Prakriti-omhulsels beschouwt als één (bestaand)wezen. Deze eerste

kwelling is de basis van alle andere kwellingen, zij is Avidya = ongedifferentieerd bewustzijn. Aangezien ze verder in de vier andere kwellingen overgaat, staat ze dus in brede zin voor alle kwellingen. In deze brede zin wordt ze omschreven als het gewoon menselijk gevoel dat de psychische en de psychologische houdingen omvat welke in feite praktische uitingen zijn, waardoor iemand pijnlijk of aangenaam beïnvloed wordt, en welke toebehoren aan het Spirituele Zelf. Dit is een valse voorstelling

## AVIDYA: DE HOOFDKWELLING

(Antwoord op een vraag)

In de lente van dit jaar schreef ik een artikel over AVIDYA. Ter aanvulling van dit artikel en naar aanleiding van een vraag, gesteld door een lezer van de nieuwsbrief 1983-4 van de federatie, maak ik van de gelegenheid dankbaar gebruik om het begrip AVIDYA zoals het in de yoga-sutra van Patañjali wordt verklaard, nader toe te lichten.

Na de betekenis te hebben uitgelegd van het begrip KRIYA-YOGA (YS 2.6), zegt Patañjali ook waartoe Kriya-Yoga dient (YS-II,2): ter bevordering van de concentratie en voor het afzwakken van de hindernissen. Welke deze hindernissen zijn wordt onmiddellijk gezegd

in de volgende sutra: avidya, asmita, raga, abhinivesa en avesa. Dit zijn de vijf hindernissen of klesha's die ons beletten in Yoga te zijn. Patañjali zal verder zelf uitleggen wat ze juist betekenen.

In de vierde sutra geeft hij de omschrijving van de eerste kwelling, nl. AVIDYA.

"Ongedifferentieerd bewustzijn is de grond (vootplantingsbodem) van de andere (kwellingen), hetzij ze verzonken, of afgezwakt, of onderschept ofwel opgekomen zijn". (YS-II,4)

Ongedifferentieerd bewustzijn, door ons vertaald door niet-onderscheidmakend inzicht of mis-wijsheid, (avidya), is dus de hoofdkwelling die aan de basis ligt van de andere vier kwellingen.

Omdat ze dergelijke plaats inneemt in ons geconditioneerd bestaan, acht Patañjali het nodig er nog een sutra aan te wijden.

"Het erkennen van het permanente, van het zuivere, van vreugde en van een Zelf, in wat niet-permanent is, in het onzuivere, in wat pijn is en in wat niet-Zelf is, is ongedifferentieerd bewustzijn."

Deze vertaling geeft J.H. WOODS in het boek "The Yoga system of Patañjali" - blz. 110 (YS-II,5).

Van G.M. KOELMAN (zie uitgave Halasana blz. 51 "De Yoga-Sutra's van Patañjali") kregen we de volgende vertaling

"Miswijsheid (avidya) is het beschouwen van wat onbestendig is, onzuiver is, wat pijn is, wat niet-zelf is, als zijnde altijddurend en zuiver, en geluk en het ware Zelf".

Hoe dan ook, het is hier duidelijk dat Patañjali vier voorbeelden geeft waarmede hij ons wil uitleggen wat hij bedoeld met avidya. Met zekerheid kunnen wij zeggen dat iemand die in avidya verkeert, er een verkeerde opvatting op nahoudt over wat de betekenis is van bestendig - zuiver - vreugde - het Zelf, in de yoga-darsana. Hij of zij, heeft dus een valse kennis over deze begrippen. Er wordt niet gezegd dat het geen kennis zou zijn, het is geen

onwetendheid maar deze kennis strookt niet met wat in de yoga-darsana aangezien wordt als bestendig, zuiver, vreugde en het Zelf.

Vele commentatoren geven zeer uitvoerig uitleg over avidya, maar men zal vaststellen dat sommige uitleg zeer duidelijk onder de invloed staat van eigen zienswijzen en dus min of meer geforceerd wordt om toch maar het werkelijke bestaan van Prakriti met de werking van de drie guna's, zowel in de zichtbare als in de onzichtbare dingen te blijven negeren. Avidya betekent geenszins onwetendheid, maar het is een gans andere wetendheid, nl. deze waar geen onderscheid gemaakt wordt tussen alles wat Prakriti-werking is en het ware Zelf. Patañjali verduidelijkt dit door de uitleg die hij geeft over de andere kwellingen. In de sutra 11,6 zegt hij: "Het principe van het zien (de Ziener) en het principe van de activiteit van het zien als eenzelfde wezen beschouwen, is asmita.", d.w.z. het ik-gevoel aanzien als het ware Zijn is een hindernis of een kwelling op het pad van de yoga. Ook over raga, avesa en abhinivesa geeft hij verduidelijkingen. Zijn uitleg komt er op neer dat er verwarring of verwisseling in het spel is tengevolge van de kwellingen die eigen zijn aan het menselijk bestaan. M.a.w. een erfenis uit vorige levens die de mens belet om in yoga te zijn. Daarom ook zegt Vyasa over het vierde beeld dat Patañjali geeft om avidya uit te leggen (nl. een niet-zelf aanzien als het Zelf), hetgeen volgt:

Hij die elk bestaand ding, zij het gemanifesteerd of niet (eerste materie of Prakriti~ als zichzelf beschouwt, of hij die zich verheugt over het succes van deze (tasya) dingen, het beoordelend als zijn eigen succes, of hij die treurt over het uitblijven van succes van deze (dingen) en het aan~iet als zijn eigen mislukking, deze (sa) zijn allen niet-verlicht."

Antwoorden op de vraag: "is avidya onwetendheid of het ontbreken van wijsheid (weten, kennis, inzicht)?" (zie nieuwsbrief 1983-6) zou ik als volgt willen doen:

Avidya betekent geenszins onwetendheid; het is het ontbreken van wijsheid, weten, kennis en inzicht..., ontbreken van het onderscheidmakend inzicht. Door Vyasa wordt dit antwoord duidelijk toegelicht (zie blz. 111 "The Yoga-system of Patañjali" J.H. WOODS).

"... En dit niet-onderscheidmakend inzicht (ongedifferentieerd bewustzijn) avidya, is juist zoals in het geval van een vijand (a-mitra) of van een onbetreden woud(a-gospada) te aanzien als een werkelijk bestaand ding."

Vyasa zegt duidelijk dat avidya een even werkelijk bestaand ding (d.w.z. een Prakriti-werking) is als het begrip a-mitra en het begrip a-gospada. Avidya moet dus niet gezien worden als iets wat enige objectieve werkelijkheid bezit, HET IS WERKELIJKHEID, geen maya!

Het vervolg van Vyasa's uitleg luidt als volgt:

"... Een vijand (a-mi tra) is niet een negatieve vriend of iets wat verband houdt met een vriend, het is het tegenovergestelde van deze (vriend), een rivaal. Aldus is een onbetreden woud (a-gospada) niet (een plaats), niet-bezocht-door-koeien (gospada-abhava), noch opnieuw louter een (stuk) land dat iets te maken zou hebben met koehoefafdrukken, maar in tegendeel is het niets minder dan een welbepaalde plaats, een ander ding, iets anders dan deze twee (en het tegenovergestelde aan de afdruk van een koehoef). Precies aldus is ongedifferentieerd bewustzijn niet een bron-van-geldige-gedachten, noch de ontkenning van een bron-van-geldige-gedachten, maar een gans andere wijze van denken, het tegenovergestelde van (wereldse) kennis."

Ongedifferentieerd bewustzijn is dus niet het ontbreken van objectieve of materiële of profane kennis... alles wat Prakriti is. Het is het ontbreken van een gans andere soort kennis, nl. het ontbreken van het juiste inzicht, het niet in staat zijn het onderscheid te

maken tussen alles wat van Prakriti-oorsprong is en het werkelijke Zijn. De oorzaak van dit gebrek is in de mens aangeboren aanwezig en blijft bestaan tot wanneer het "weten" aanbreekt, d.w.z. zolang de zelfrealisatie er niet is, blijft men gevangen in avidya.

Dit gebrek of deze avidya transcenderen opent de weg naar yoga. Door de Kriya-Yoga kunnen we, aldus Patañjali, de kwellingen afzwakken en verder zal men ze kunnen laten verdwijnen wanneer het onderscheidmakend inzicht ons zal bevrijden.

Aanvullend kunnen we Kalvalya of 'alleen zijn...', bevrijding, vinden bij Patañjali YS-IV,34.

Met deze aanvullende toelichting wil ik enkel bijdragen tot het verduidelijken van de yoga-darsana.

W. INGELS

Voorzitter Halasana

Maldegem

Herfst 1983

**2.ASMITA.** (ik-ben-gevoel =egotisme)

**6.Drīga\_Darshan\_Shaktyoh Ekātmata\_Iva Asmitā**

**Het ik-ben-gevoel bestaat uit (dit,det)het principe van het zien (als getuige) en het principe van de activiteit van het zien, één zelfde wezen uitmaken.**

Er bestaat een onoverbrugbare kloof tussen het Spirituele Zuiver Bewustzijn, en al het andere dat Prakriti is. De Ziener -getuige is Zuiver Bewustzijn. Dat het Prakriti uitvoerend subject zich beschouwt als de Getuige, of dat het Zuiver Bewustzijn de schijn heeft van een uitvoerend subject, dat is het ik-ben-gevoel, te vertalen als EGOTISME.

**3. RAGA** (passie)

**7.Sukhānushayii Rāgah**

**Passie is (de gemoedsstemming die) genot als voorwerp heeft.**

De dispositie die uit de herinnering van een genieting, of door het waarnemen van iets dat tot genot leidt, genot doet verlangen, is passie. Deze kwelling heeft betrekking op het genot van een geconditioneerd bestaan ; zelfs het genot van de Hindoe-hemelen behoort tot een geconditioneerd bestaan.. Het is eveneens het sterk aangetrokken worden of aangeboren gehechtheid naar goederen en genoegens.

**4. DVESA** (afkeer).

**8.Duhakhanushayii Dveshah**

**Afkeer is (de gemoedsstemming die) pijn als voorwerp heeft.**

Deze kwelling wordt ook werkzaam met behulp van het geheugen dat een pijnlijke vroegere ervaring oproept.Deze kwelling omsluit ook de pijn die in de verschillende Hindoe-hellen bestaan Dvesa is het tegenovergestelde van Raga.

**5. ABHINIVESA** (de wil om te leven.)

**9.Svarasvāhii Vidusho\_ api Tatharudo\_Abhiniveshah**

**De wil-om-te-leven wordt door de natuur zelf voortgezet, en komt voor onder die vorm, zelfs bij de wijzen.**

De kwellung heeft invloed op iemands bestaan, niet op een object. Ze wordt voortgezet door de geconditioneerdheid van ons bestaan, niet door bepaalde daden, en wordt aangevoeld onder vorm van vrees voor de dood, alsof iemands ware Zelf één bestaan zou vormen met zijn vergankelijke Prakriti condities.



## **Hoofdstuk 13. Vervolg tekststudie van het tweede boek SADANAPADA; DE KWELLINGEN - Bestrijding en vernietiging. (sutra's 10 tot 16)**

Patañjali zal in de volgende sutra's uitleggen hoe we de kwellingen kunnen bestrijden en uiteindelijk kunnen vernietigen. De kwellingen zijn van Prakriti-oorsprong, ze kunnen bestreden worden in de laatste fase van Asamprajnata (zie m.y.b. nr 43). Maar we moeten ons daarbij niet voorstellen dat dit kan gebeuren met onze empirische wil. Dit vernietigen gebeurt zoals Patañjali zegt door de werking van Prakriti zelf.

### **10. Te Prati\_Prasavheyah Sukshmah**

**Wanneer deze (kwellingen) subtiel zijn geworden; moeten ze weggewerkt worden door omgekeerde evolutie..**

Wanneer deze kwellingen subtiel geworden zijn als verbrande zaden, en de waarnemingsgolven niet langer beïnvloeden, zijn ze buiten het bereik van de yogi. Alleen Prakriti zelf kan de ontbinding voleindigen; ze keren terug naar hun guna-grondslag (dus omgekeerde evolutie). Dit alles gebeurt in de metafysische trede die boven elke lichamelijke en psychologische oefening uitstijgt.

Op dit niveau zal menselijke inzet niet meer meespelen. De yogi stelt geen daden meer die vergelding opeisen, aangezien hij volkomen passieloos is en zich heeft onttrokken aan alle kwellingen. De guna's zijn van hun finaliteit (doel) beroofd omdat Prakriti ophoudt te werken voor het Zelf dat niet langer geconditioneerd is. De schijnverbinding met het empirisch bestaan is verbroken. Patañjali herhaalt nog in de volgende sutra hoe we de golvingen van de kwellingen kunnen bestrijden.

### **11. Dhyān\_Heyāh Tad\_Vrittiyah**

**De golvingen van deze moeten tegengewerkt worden door éénpuntige aandacht.**

Wanneer de kwellingen nog als vruchtbaar zaad bestaan en actief worden, moet de yogi ze tegenwerken door gegraduateerde concentraties. De verschillende vormen van concentratie zijn de kern van de Patañjala-yoga. Ze volgen elkaar gradueel op teneinde de yogi in staat te stellen los te komen van de conditionerende werking van Prakriti, om aldus zijn ware Zelf zo dicht mogelijk te kunnen benaderen, los van alle schaduwen en verkleuringen. Alle concentraties brengen intentionele vereenzelviging teweeg in de yogi. Geleidelijk aan gaat hij over van zijn geobjectiveerd bewustzijn naar het niet-geobjectiveerd Zuiver Bewustzijn; naar zijn ware Zelf. De éénpuntige aandacht wordt geleidelijk aan scherper tot de yogi (in de achtste concentratie), de intentionele vereenzelviging zal verwezenlijken via het bewustzijnslicht, het beeld of de verlenging van zijn ware Zelf.

### **4 Hoe staan we er voor, wat de vernietiging van de kwellingen betreft.?**

We dienen ons te realiseren dat de kwellingen en hun vernietiging te maken hebben met de karma-wet. Al de bezinksels of de indrukken die de kwellingen achterlaten, zijn bronnen van nieuwe aankomende kwellingen. Daarom waarschuwt Patañjali ons, dat we rekening moeten houden met de karmawet en moeten aanvaarden dat de uitwerking ervan nu of later (in een volgend leven) kan plaats hebben.

### **12. Kleshamulah Karmāshayo Drishtā\_Drishta\_Janma\_Vedaniyah**

**De bezinksels van daden die vergelding meebrengen en die de kwellingen als basis hebben, zullen ofwel in het (huidig) leven ofwel in een niet geziene (toekomst) leven, aangevoeld worden.**

Alle daden, deugdzame en ondeugdzame, door de kwellingen beïnvloed, brengen vergelding mee, (de Karmawet), en ze zullen hun vruchten uitwerken in het huidige of in een toekomstig leven. De vraag kan gesteld worden hoelang de Karmawet uitwerking zal hebben en of we er iets kunnen aan veranderen? Patañjali geeft antwoord.

### **13.Sati Moole Tadvipāko Jati\_āyuh\_Bhogāh**

**Zolang de wortel bestaat zal er vruchtvorming zijn (te weten) geboorte, levensduur en ervaring.**

Zolang de wortel niet uitgebrand zal zijn zal hij vruchten voortbrengen;

- a) onder vorm van klassen d.w.z.: de wedergeboorte als mens, als slang of als kat,
- b) onder vorm van ervaring d.w.z.: onder vorm van genot of pijn, de soorten genot of pijn, grote of kleine pijn, lichamelijke of geestelijke –
- c) onder vorm van levensduur van een slang of van een kat.

Hoe lang zal elk genot of elke pijn duren? We zullen het later vernemen in Boek 4. Wat de vraag nu is, is dit (leven, ervaring of duur) een beloning of een straf? Een beloning voor braaf of slecht leven? Patañjali geeft antwoord.

### **14.Te Hlād\_Paritāp\_Phalāh Punya\_Apunya\_Hetu\_tvā**

**Deze(vruchten)zijn productief van vreugde of groot leed, naargelang ze deugd of ondeugd als oorzaak hebben.**

Er is noch beloning noch straf (ze zijn productief); de morele bezinksels zijn het zaad dat uit eigen natuur de juiste vergelding zal opleveren. De rijpe vruchten van morele bezinksels kunnen niet tot stand komen zonder de medewerking van de onderbewuste indrukken in het geheugen bewaard. Het ganse leven, zegt Patañjali verder, is niets anders dan leed. Er is enkel kwestie van er 'gewild' een einde aan te maken door onderscheidmakend inzicht, waardoor men kan ontsnappen aan het nog niet opgekomen leed, d.w.z. een volgend leven. De sutra's 15 en 16 geven uitleg.

### **15.Parinām\_Tāpa\_SanskārDuhkhaih Guna\_Vritti\_Virodhāt\_Cha Duhkhameva Sarvam Vivekinah**

**Omwille van smarten (onder vorm van) mutaties, angsten en verzonken indrukken, en ook omdat de guna-golwingen onderling tegenstrijdig zijn, is alles (in het geconditioneerd leven) niets anders dan leed voor hem die onderscheidmakende kennis heeft verworven.**

Een noot pessimisme! Dat volgt logisch uit de leerstelling die al het veranderlijke aan Prakriti toe-schrijft, en het ware Zelf als zuiver Bewustzijn aanschouwt, dat toch, hoe dan ook, met het stoffelijke verbonden is. In deze veronderstelling is al het stoffelijke en het veranderlijke een hindernis voor de geest, aangezien er dan in een waarnemend wezen feitelijk twee tegenover elkaarstaande of gans onafhankelijke wezens zijn, nl.: het Zuiver Bewustzijn, en al wat veranderlijk Prakriti is. Zelfs in de concentratie van afsluiting is er nog een reeks mutaties; alleen in ISOLATIE houdt 'pijn' op.

### **16.Heyam Duhkham\_Anāgamam**

**Het nog niet opgekomen leed is dat, waaraan men moet ontsnappen.**

Wanneer het rijpen van karma begonnen is moet het zich volledig uitwerken., Men kan de bevruchting niet verkorten of beperken. Alleen het zaad dat nog niet beginnen rijpen is, kan belet worden zijn vruchten te baren; vergeet niet, dat volgens de vorige sutra zelfs datgene wat men in de geconditioneerde toestand als geluk beschouwt, vanuit het absoluut standpunt, niets anders is dan pijn.

Het ware na te streven doel is bijgevolg het vermijden van nieuw leed. Dit heb ik in een hieronder weergegeven artikel trachten te omschrijven.

## HET WARE NA TE STREVEN DOEL IN YOGA

"Heyam dukkham anagatam" YS.II,16

"Het nog niet opgekomen leed is dat, waaraan men moet ontsnappen"

Met deze sutra geeft Patañjali op zeer duidelijke en ondubbelzinnige wijze het ware na te streven doel aan van Yoga: zorgen dat er niet nog eens nieuw leed komt.

We moeten hier niet weer opnieuw elkaar vragend aankijken en denken: "is dat je eigenwijze denkwijze?". Neen, Patañjali legt zelf uit hoe we dit gezegde moeten begrijpen.

In sutra 11,15 heeft hij formeel gesteld dat alles in het (geconditioneerde) leven niets dan leed is voor hem die onderscheidmakend inzicht heeft bereikt. Over het "leed" en over het "onderscheidmakend inzicht" heb ik reeds vroeger geschreven. De vraag die ons nu bezig houdt is, wat Patañjali bedoelt met "het nog niet opgekomen leed".

In sutra 11,15 hebben we vernomen wat het leed is. We moeten vaststellen dat het dit huidige leven is. Het leven dat we nu leiden is dat wat we als nu bestaande prakritiwezens waarin ons Zelf geïncarneerd werd, tot zijn einde moeten voortleven als gevolg van de karmawet. Het rad der wedergeboorte blijft draaien voor elk individueel "Zijn" dat aan het einde van de levenscyclus niet de staat van Zelfrealisatie bereikt heeft. We mogen met Taimni zeggen dat de dood het spiritueel probleem evenmin oplost als de slaap onze economische problemen oplost. De karmawet is onverbiddelijk. Alle daden van niet-gerealiseerde individuen brengen karma voort.

Pātañjali licht ons daarover in wanneer hij zegt: "Het karma van de yogi is noch wit noch zwart; dat van de anderen is van drie soorten" YS.IV,7.

Verder in sutra IV,8 en IV,9 geeft Patañjali uitleg over het feit dat deze drie soorten karma "der anderen" wel, en de soort van de yogi geen gevolgen teweeg brengen. Patañjali zegt tenslotte dat de gevolgen steeds aanwezig blijven en, zich slechts manifesteren als hun tijd gekomen is. Wat staat er ons dus te doen? Zorgen dat we een yogi worden zodat onze daden geen van de drie gewone soorten karma voortbrengen. Goede daden hebben eveneens gevolgen.

Er mogen dus geen gekleurde daden meer gesteld worden. Dit kan alleen de zelfgerealiseerde, bij wie het perfecte onderscheidmakend inzicht bereikt is en in staat van Yoga verkeert.

Het leed dat moet vermeden worden kan dus niets anders zijn dan een nieuwe confrontatie met de materie, een volgend leven. Karmaloos streven zal geen wedergeboorte als gevolg kennen. Het doel is dus als volgt samen te vatten:

-Stop er mee, je Zelf samen met de materie als één te beschouwen, het is oorzaak van alle leed (YS.II,17). (Patañjali noemt dit één beschouwen: samyoga).

-Volg het achttredig pad van Patañjali; het leidt je tot de staat van Yoga of kaivalya (YS.IV, 34) waarin je Zelf niet langer in samyoga, maar in yoga verkeert.

Met yogische groeten.

wom. INGELS

Yogaleraar HALASANA

Lente 1984

Nu weten we wat Patañjali bedoelt met lijden of leed.

In het volgende hoofdstuk zullen we verder de yoga-filosofie nagaan: de oorzaak van het lijden, de verdere evolutie van Prakriti, de Ziener en de onderlinge schijnverbinding van beide leren kennen.

## **Hoofdstuk 14. Vervolg tekststudie van het tweede boek SADANAPADA; De oorzaak van het lijden, De evolutie - De zevenvoudige intuïtie. (Sutra's 2.17 tot 2.27.)**

### **17.Drishta\_Drishayayoh Samyogo Heya\_Hetuha**

**De verbinding van de Ziener (getuige) met het 'object- van -het- zien', is de oorzaak van datgene waaraan men moet ontsnappen.**

Deze gewaande verbinding, (nl. miswijsheid -zie m.y.b. nr 43 inwendige middelen - miskennis), is de reden waarom er ervaring is; waarom er voor een bepaald Zelf objecten zijn. Het Zelf is niet degene die 'lijden' ondergaat, Het is enkel de toeschouwer ervan. Het Prakriti-organisme is het subject van de mutaties en de golvingen, die in het Bewustzijnslicht weerspiegeld worden. Indien de gewaande verbinding als een illusie wordt aangezien, dan bestaat er voor dat Zelf niets meer waaraan het moet ontsnappen (dan is men in Yoga).

Nu we weten wat Patañjali bedoelt met 'LIJDEN', kunnen we ook begrijpen waarom hij dan kan zeggen dat dit lijden ontstaat door SAMYOGA (verbinding) tussen Ziener en het 'object -van-het-ziens: dus een vaststelling. Ter verduidelijking echter van zijn zienswijze (filosofie) zal Patañjali nu ook duidelijk aantonen wat hij bedoelt met het 'object-van-het-zien'. In deze uitleg komen we aan de uiteenzetting over de guna's en de voorstelling van de evolutie. Hierin volgen we de indeling:

**1 Waaruit bestaat Prakriti en wat is haar doel?** (zie ook m.y.b. nr.35 Prakriti en de guna's)

### **18.Prakāsh\_Kriyā\_Sthitii\_Shiilam Bhutendriya\_ātmakam Bhoga\_Apavarga\_Artham Drishyam**

**Het object-van-het-zien heeft de natuur van helderheid, activiteit en apatie, het bestaat onder vorm van vaste elementen en organen,(en) het heeft als doel, ervaring en bevrijding.**

Alle Prakriti-realiteit bestaat uit de drie guna's die van elkaar onafscheidbaar zijn. De vaste elementen zijn de objectieve-objectieve realiteiten, d.w.z. alle dingen die geen deel uitmaken van de mens, of tenminste geen direct aandeel hebben in het waarnemingsproces. De subjective-objectieve realiteiten zijn de organen die een bestanddeel zijn van het waarnemingsproces, bv. de zintuigen, de denkfunctie, de ego-functie en de bewustzijnsfunctie. De guna's van Prakriti zijn de uitvoerders van alles. Prakriti verwekt talloze objectieve realiteiten en toestanden aan ieders karma aangepast, om voor iedereen ervaring en bevrijding mogelijk te maken. De helderheid is Sattvam, de activiteit is Rajas en apatie is Tamas.

### **2.Hoe worden de guna's ingedeeld?**

Hier zal Patañjali aantonen hoe het object zich aan ons voordoet, nl. als Alinga, een Lingamatra een avesa of Visesa: dit zijn de vier verschijningsvormen. In de volgende sutra geeft Patañjali er de nodige uitleg over.

### **19.Vishesha\_Avishesha\_Lingamātra\_Alingāni Guna\_Parvāni**

**Het individuele, het algemene, de teken-entiteit en de onherleidbare entiteit zijn de (algemene) indelingen van de guna's.**

De volgorde van opsomming is hier van het actueel bestaande naar de grondoorzaak toe (dus omgekeerd in evolutie). 1. Het individuele is bv. de mens hier en nu. 2. Het algemene is dat wat algemeen of eigen is aan alle mensen of ook de objectieve algemeenheden

(tanmatrani).3. De teken-entiteit is de eerste evolutie van Prakrite, ook 'De grote entiteit' en, op psychologisch vlak de bewustzijnsfunctie genoemd. 4. De onherleidbare entiteit is de oergrond van alles. De verschillende onderverdelingen van Prakriti worden hier niet vernoemd; de 24 bestendige Prakriti-realiteiten behoren tot een van deze vier categorieën. (zie m.y.b. nr 40 De Tattvas)

Laat ons voor alle duidelijkheid nog even in herinnering brengen dat het begrip 'GUNA' geen loutere eigenschap of kwaliteit betekent, maar een element is met een fysische eigenschap. Door sommige (meestal vele) commentatoren wordt het begrip 'guna' voorgesteld en beweerd een 'eigenschap' te zijn van Prakriti..

De evolutie die Patañjali voorstelt en uitlegt in zijn zienswijze wordt dus ingedeeld in vier stadia:

In sutra 2.19 in omgekeerde volgorde voorgesteld.

1° De niet-ontleedbare genetische entiteit ALINGA

2° De ontleedbare genetische entiteiten LINGAMATRA

3° De niet-waarneembare realiteiten AVISESA

4° De waarneembare grove realiteiten VISESA.

Aangezien het Zelf, (de Ziener of Purusha) niet behoort tot de Prakriti-evolutie komt er ahw nog een 25ste entiteit in de yoga-dârsana voor nl. dit 'Spirituele Zelf' waarover Patañjali het nu heeft in de volgende sutra..

### **3. Wie is de Ziener? (het Spirituele Zelf)**

#### **20. Drishtā Drishi\_Mātrah Shuddho\_Api Pratyaya\_Anupashyayah**

**De Ziener (het Zelf) die niets anders is dan het zien (zonder activiteit), ofschoon hij onbezoedeld is (door de objectieve determinaties) beschouwt de voorstelling.**

Het Zelf, de Ziener, is het onveranderlijk licht van Bewustzijn. De voorstelling of het geziene is de golving van de bewustzijnsfunctie; de Ziener-getuige is de toeschouwer daarvan. Het 'zien' of het waarnemen is geen golving, maar een nabootsing van de golving van het Bewustzijnslicht.

Het Zelf of de Ziener is de geestelijke monade PURUSHA (zie m.y.b. nr 37), niet gelijk te stellen met het begrip 'ziel' vlg onze westerse opvatting. Hij is dus niets anders dan het 'zien' (zonder activiteit). Hij wordt niet bezoedeld door het schouwspel waaraan hij ook niet deelneemt. Hij is ook niet de aandrijvingkracht van het evolutie-proces en ons empirisch bestaan. Ziener en object-van-het-zien zijn dus twee van elkaar onderscheiden entiteiten. En toch moet er een relatie bestaan tussen deze twee. In het licht daarvan bespreekt Patñjali ook het evolutie-proces.

#### **4. De evolutie en haar relatie met het Zelf.**

Waarom bestaat de evolutie en haar objecten? Het antwoord daarop geeft Patañjali in de volgende sutra's.

1° De vraag kan gesteld worden waarom de evolutie bestaat. Het antwoord daarop luidt als volgt:

Terwille van Het Zelf en zijn bevrijding.

#### **21. Tadartha Eva Drishyasya\_ātmā**

**Uitsluitend ten dienste van deze (Ziener) is de essentie van het zienbare object.**

Alle Prakriti-objecten, organen of processen van ervaring hebben de vorm die aangepast is aan ieders karma. De evolutie van Prakriti heeft zowel wat de objecten betreft als wat het domein van de subjectieve organen aangaat, geen ander doel dan aan de Zelfen de geschikte middelen te verschaffen tot ervaring en bevrijding.

Het woord 'tma (atma) dat in de tekst van Patañjali wordt gebruikt (er staat dus woordelijk

"Het atma van het geziene is voor deze...enz.) is voor sommige commentatoren van Vedantijnse strekking aanleiding geweest tot allerlei mystificaties rond 'Atman-Brachman' alhoewel het hier duidelijk niets anders bedoelt dan Svarupa, of de aard van het zienbare object.

2° De vraag kan gesteld worden wat er met de dingen van de evolutie gebeurt wanneer één Zelf tot bevrijding gekomen is. Het antwoord luidt: De dingen gaan terug naar de oerbasis, ter beschikking van de andere Zelfen

**22. Kritārtham Prati Nashtam\_Api\_Anashtam Tada\_Anya\_Sadharana\_tvāt**  
**Ofschoon (het zienbare object) niet langer bestaat ten opzichte van hem die zijn doel heeft bereikt, is het (ding-op-zichzelf) niet gans vernietigd, aangezien dit (ding-op-zichzelf) gemeenschappelijk (ten dienste staat) van andere (Zieners).**

Wanneer een Zelf zijn doel, nl. bevrijding, heeft bereikt, dan is er voor dat Zelf geen object van ervaring meer, aangezien de gewaande verbinding met Prakriti afwezig is. De objectieve dingen-op-zichzelf blijven voortbestaan aangezien diezelfde dingen op een andere wijze als zichtbaar object moeten dienen voor de karma-realisering van andere Zelfen. Prakriti heeft dus als bestaan een on-vernietigbare status m.a.w. Prakriti is eeuwig bestaande.

3° De vraag kan gesteld worden wat het nut is van de relatie der dingen met het Zelf. Het antwoord luidt: deze relatie heeft als nut dat ze aan de Prakriti-samenstelling die wij 'mens' noemen de ervaring geeft dat zijn Zelf de beschikking heeft over de Prakriti-realiteiten om tot bevrijding te komen.

**23. Sva\_Svami\_Shaktyoh Svarupa\_Upalabdhi\_Hetuh Samyogah**  
**Verbinding is bedoeld om zich te realiseren wat de eigen natuur is van het principe eigenaar te zijn, en van het principe eigendom te zijn.**

Om het inzicht te hebben van de natuur van zijn diepste Zelf, moet men langs ervaring passeren; daarin ziet men het verschil tussen Zuiver Bewustzijn-Zelf, en het veranderlijke dat ermee vermengd is. Ervaring, en dus verbinding, zijn nodig als vertrekpunt voor bevrijding. De Ziener wordt omschreven als eigenaar die in zichzelf niet verandert door het bezit van een eigendom; de Prakriti-realiteiten integendeel worden aanzien als eigendom, omdat ze ten dienste staan van de eigenaar, het Zelf.

4° De vraag kan gesteld worden hoede relatie tussen de dingen en het Zelf tot stand gekomen is. Wat is m.a.w. de oorzaak van deze relatie? Het antwoord is AVIDYA.

**24. Tasya Hetur\_Avidyā**  
**De oorzaak van deze (verbinding) is miswijsheid.**

De oorzaak van de gewaande verbinding en de gevolgen daarvan zoals gehechtheid aan aardse dingen, passie, afkeer, enz..., is het gebrek aan onderscheid tussen de bewustzijnsinhoud en de kennisactiviteit enerzijds en het Zuiver Bewustzijn dat een afgescheiden bestaan heeft, anderzijds.

5° De vraag kan gesteld worden: Wat, als deze relatie verdwijnt, als avidya wegvalt? Het antwoord luidt dat door het verdwijnen van deze relatie de bevrijding gerealiseerd is.

**25. Tadabhāvāt Samyogā\_Abhāvo Hānam Tad\_Drisheh Kaivalyam**  
**Door het verdwijnen van deze (miswijsheid) verdwijnt de verbinding en is er ontsnapping; en dit is het alleen-zijn van de Ziener.**

Bevrijding is geen positief effect in de zin dat er een verandering zou gebeuren in het Zelf; de afwezigheid van miswijsheid (die enkel een illusie is) is identiek hetzelfde als zijn eigen essentie terug te vinden... niet een positief nieuwe toestand teweeg te brengen. Deze toestand van Zelfverwezenlijking is volledige isolatie van alles buiten zichzelf; isolatie die altijd bestond maar niet oplichtte in het Bewustzijn.

6° De vraag kan gesteld worden hoe men miswijsheid (avidya) kan doen verdwijnen. Wat moet men doen? Het antwoord luidt: onderscheidmakend inzicht verwerven.

### **26.Viveka\_Khyātir\_Aviplavā Hanopāyah**

**Onderscheidmakend inzicht, wanneer het onwrikbaar is geworden, is het middel om te ontsnappen.**

Niet door redenering; dit geeft alleen een rationeel bewijs, geen actuele beleving. Alleen door directe intuïtie kan men het 'anders-zijn' van het Zelf werkelijk aantasten. Wanneer deze intuïtie een overweldigende ondervinding is geworden, is men goed op weg naar ontsnapping.

7° De vraag kan gesteld worden wat er volgt op het verwerven van onderscheidmakend inzicht. Het antwoord luidt: de zevenvoudige intuïtie die voorkomt in de laatste fasen van de Yogabeoefening.

### **27.Tasya Saptadhā Prānta\_Bhumih Pragyā**

**Voor hem (die zulk inzicht heeft verworven), is er zevenvoudige intuïtie (die geleidelijk voorkomt) in de laatste (yoga)-fasen.**

In de laatste fasen van de yoga-oefeningen daagt er diepe intuïtie op in zeven opgaande vormen. Het kan gebeuren dat de yogi nog een tijd voortleeft omwille van reeds rijpe karma dat zich volle-dig moet uitwerken in duur. Maar er zal geen andere geboorte komen; de yogi is 'jīvanmukta', dat is: 'nog levend in de wereld en toch reeds bevrijd'

### **5. Wat is de door Patañjali aangehaalde zevenvoudige intuïtie, en hoe ontstaat ze?**

Menige vragen worden gesteld omtrent de zevenvoudige intuïtie die geleidelijk schijnt te ontstaan in de laatste fasen van de yogabeoefening. Vyasa stelt deze intuïtie in haar opeenvolgende fasen als volgt voor. Hierbij geef ik de daarbij horende verduidelijkingen die ik in mijn 'Synthese van de Yoga-filosofie' heb vermeld, komende uit de 'Patañjala Yoga' van G.M.Koelman, (zie m.y.b. bijdrage nr. 9 dd. 06/03/2006).,

*1° Men heeft inzicht in de dingen waaraan men wil ontsnappen, men overdenkt ze niet meer...er zijn kortstondige flitsen van onderscheidmakend inzicht.*

Wanneer de yogi perfecte intentionele vereenzelviging bereikt door zijn concentratie, dan hebben er eerst kortstondige flitsen plaats van het onderscheidmakend inzicht. Geleidelijk aan daagt er een opkomend schemerlicht op, zoals dat van de dageraad (pratibha). Dit schemerlicht wordt helderder tot dat het schittert als de middagzon en onderscheidmakend inzicht voortbrengt.

*2° Men heeft inzicht in de oorzaak waarvoor de dingen bestaan... er is meer aanhoudende of opkomende vastheid.*

Dit inzicht wordt niet bereikt door redenering noch door een of andere bijzondere concentratie: ze is het cumulatief effect van de steeds scherper wordende éénpuntige aandacht. De yogi wordt overweldigd door het onderscheidmakend inzicht, en er ontstaat



afkeer van alles wat Prakriti is.

*3° Men ervaart de ontsnapping der dingen die de relatie in stand hielden tussen de dingen en het... Zelf... het inzicht wordt helderder.*

Deze ervaring houdt in dat de yogi inziet dat alle Prakriti-realiteiten slechts bestaan terwille van een ander nl. Het Zelf, dat absoluut is en voor zichzelf bestaat zonder de gemeente relatie.

*4° De redenen of het inzicht om de ontsnapping aan de dingen te verwezenlijken, worden duidelijk. Men krijgt een verheven inzicht van het onderscheid tussen de dingen en het Zelf.*

Verheven inzicht (prasankhyana), is nog steeds een mentale toestand met objectief bewustzijn. De yogi wordt ahw verblind door 'het anders-zijn' van het Zelf, maar dit 'anders-zijn' kan alleen waargenomen worden door tegenstelling met een Prakriti-relaliteit. Ook deze band moet verbroken worden; de buitengewone intuïtieve kennis van om het even wat moet verworpen worden om volledig onafhankelijk te worden van Prakriti. De enige weg daartoe is de concentratie van 'afsluiting'. (nirodha-samadhi).

*5° De macht van het denkend Prakriti-organisme eindigt...er ontstaat een regen van loslating van alle dingen waarin de schittering van het Zelf overheerst.*

De overgang naar de concentratie van 'afsluiting' gebeurt door de concentratie van 'de wolk van essentie' (dharmameghasamadhi). Deze concentratie wordt binnen in de yogi opgewekt zonder tussenkomst van om het even welke Prakriti-realiteit. Het is alsof een regen van concentratiepunten op de yogi neerstort, terwijl via intuïtieve waarneming, het verschil tussen het Zelf en het Sattvan van de bewustzijnsfunctie duidelijk wordt.

*6° De guna's vallen als rotsblokken omlaag en vormen geen objecten meer waaraan de geest (het; denkvermogen) zich kan vastklampen... de concentratie van afsluiting vangt aan.*

De concentratie van 'afsluiting' is het gevolg van onverstoorbare kalmte van de bewustzijnsfunctie, waarin Rajas en Tamas volledig opgehouden hebben te werken; er is geen mentale activiteit meer. Het is de toestand waarin de vrijheid van het Zelf elke mentale activiteit tegenwerkt (omwille van de volledige passieloosheid. Er is in de concentratie van 'afsluiting' geen objectief bewustzijn meer aanwezig. Deze concentratie wordt ook 'zaadloos' genoemd omdat de verzonken indrukken alleen nog kiemen zijn van afsluiting, dwz het verhinderen van elke waarneming. Ze blijft echter nog een Prakriti-activiteit ook al heeft ze onbewust (=zonder aanwezigheid van een beeld in de geest) plaats; ze brengt nog golvingen voort. Tengevolge echter van het onbewuste gebeuren zullen de verzonken indrukken van 'afsluiting' de verzonken indrukken van elke mentale activiteit volkomen tegenwerken of 'verbranden', zodat er geen kiemkracht voor nieuwe mentale activiteit meer overblijft. Het mentale complex van de yogi komt daardoor volledig tot stilstand wat waarneming betreft: een toestand van volledige passieloosheid is ontstaan.

*7° Het Zelf wordt volledig vrij door de afwezigheid van elke mogelijke binding die nog zou ontstaan;... de concentratie van afsluiting brengt de volledige stilstand van het mentaal complex teweeg en dan is er alleen nog Bewustzijn of het Zelf.*

De concentratie van 'afsluiting' is nog steeds een Prakriti-werking maar dan zonder werking van waarnemingsgolven. Niettegenstaande er in deze toestand geen objectief bewustzijn

meer is, verhoogt de helderheid van het verinwendigd bewustzijn van de yogi, maar in onze geconditioneerde staat is het niet mogelijk deze hoge helderheid te begrijpen of uit te drukken. Het Zelf is alleen.

Het volgende hoofdstuk zal handelen over de wijze waarop Patañjali verder uitlegt geeft over zijn methode om onderscheidmakend inzicht te bereiken nl. het achttredig pad van de yoga.

## **Hoofdstuk 15. Vervolg tekststudie van het tweede boek SADANAPADA; HET ACHTTREDIG PAD. (sutra 2.28 tot 2.34)**

De middelen om bevrijd te worden uit het 'lijden' werden door Patañjali aangehaald in de sutra's 2.26 & 2.27. Het zijn: onderscheidmakend inzicht (viveka-khyati) en de zevenvoudige intuïtie. Deze sutra's brengen ons midden in de toepassing van de yogabeoefening, want er wordt gezegd dat de yoga de methode is die ons kan leiden naar het beoogde doel.

De bewustzijnsfunctie wordt meer en meer bevrijd van golvingen die het inzicht belemmeren over het onderscheidmakend inzicht en het Prakriti-bestaan, aldus de volgende sutra:

**28.Yoga\_Anga\_Anushthānāt\_Ashuddhikshyaye Gyāna\_Diptih Aviveka\_Khyāteh  
Wanneer de onreinheid (van het mentaal complex)gans afgezwakt is door het naleven van de yoga-treden (achtvoudig pad) daagt er een verlichting van kennis op (die uitmondt) in onderscheidmakend inzicht.**

Voor iemand die met ernst yoga beoefent, is er geleidelijke afzwakking van het onrein en verduisterend element, nl. Tamas, dat de bewustzijnsfunctie overdekt. Daardoor wordt de bewustzijnsfunctie meer vrij van golvingen, en schijnt het bewustzijnslicht met minder en minder verkleuring of vervorming. Op deze manier verscherpt het inzicht, tot dat uiteindelijk het bewustzijnslicht in de bewustzijnsfunctie weerspiegeld wordt, onaangetast door Prakriti. Het verscherpt inzicht (het onderscheidmakend-inzicht)is het middel waardoor de yogi het peil bereikt dat hem in staat stelt het zuivere Bewustzijnslicht af te zonderen van de rest van de ervaringscomponenten; dit gebeurt in de hoogste graad van 'samprajñatasamadhi' of bewuste opslopping.

### 1. WAARUIT BESTAAT DE YOGA VAN PATAÑJALI?

\* De acht treden (achtvoudig pad) worden opgesomd in de sutra 2.29

**29.Yama\_Niyama\_āśana\_Prānāyāṁ\_Pratyāhār\_Dhāranā\_Dhyāna\_Samādhaya  
Ashtao Angāni**

**Onthouding, positieve praktijken, zitwijze, geregelde ademing, afsluiting van de zintuigen, vastzetting (van het mentaal complex) éénpuntige aandacht en verzinking, zijn de acht yoga-treden.**

Het lichamelijke, het ethische en het psychologische staat met elkaar in nauw verband, door wederzijdse beïnvloeding. De eerste twee treden behoren tot het ethisch vlak, de twee volgende behoren tot het lichamelijke vlak; alle vier zijn zij uitwendige middelen ten aanzien van het doel van de yoga. Afsluiting van de zintuigen is een overgangspunt tussen de uitwendige en de inwendige middelen. Deze afsluiting is gedeeltelijk lichamenlijk, gedeeltelijk ethisch en gedeeltelijk psychologisch.

De laatste drie treden vormen de inwendige middelen en behoren tot het psychologisch vlak terwijl de vier uitwendige middelen (samen met de afsluiting) een voorbereiding zijn voor de laatste drie. Deze drie treden, de hogere treden genoemd, kan men evenwel niet beoefenen zonder de geleidelijke beoefening of toepassing van de eerste vier, de lagere treden genoemd, met de vijfde daartussen gelegen trede van vastzetting.

De eerste twee treden; (de ethische treden) worden nader toegelicht in de sutra's 2.30-2.31 en 2.32. Wat hun toepassing betreft verwijs ik naar m.y.b. nr 43 waar het plan van de klassieke Yoga wordt voorgesteld en waar benadrukt wordt dat de toepassing van de yogische deugden alleen tot doel heeft het lichaam en de geest tot kalmte te brengen, en niet om goede werken te doen of zijn naaste te beminnen.

### **30.Ahinsā\_Satya\_Asteya\_Brahmacharya\_Aprigrahāh Yamāh**

**Geen kwaad berokkenen, waarchtigheid, niet stelen, kuisheid, geen geschenken aanvaarden, zijn onthoudingen.**

Geen kwaad berokkenen (Ahimsa), is vervat in de vier andere onthoudingen, en is als het ware de uitstraling in Prakriti van de diepe niet-geconditioneerdheid- van het Zelf. Zie het artikel op het einde van deze aflevering.

### **31.Jāti\_Desha\_Kāla\_Samaya\_Anavacchinnah Sārva\_Bhoumā Mahāvratam**

**Deze (onthouding) zonder uitzondering wat voorwerp, plaats, tijd en omstandigheid betreft,(dat is)in absoluut alle toestanden, vormen het verheven voornemen.**

Nooit een uitzondering toelaten, een uitvlucht zoeken voor om het even welke reden, is de heldhaftige belofte van de perfecte yogi.

### **32.Shaucha\_Santoshā\_Tapah\_Svadhyāya\_Ishvar\_Prānidhānāni Niyamāh**

**Zindelijkheid,tevredenheid, zelf-kastijding, geestelijke oefening en devotie tot de Heer zijn de(voorgescreven ) positieve praktijken.**

Naast de onthoudingen (2.30 en 31) zijn er ook de positieve praktijken. Deze vijf voorschriften willen de golvingen doen afzwakken; lichamelijke alsook inwendige kalmte teweeg brengen. De devotie tot de Heer dient hier niet als concentratiepunt zoals in boek 1 s.1.23. Hier betekent deze devotie het opofferen van al zijn daden aan de Heer, zonder persoonlijke beloning te beogen. Naast de lichamelijke zuiverheid is er ook die van de denkfunctie, waardoor hoogmoed of afgunst weggewist wordt en tederheid in de plaats komt. Tevredenheid laat niets toe wat niet nodig is of noodzakelijk, zodat elke begeerte naar objecten of gehechtheid eraan, verdwijnt. Zelfkastijding, spirituele studie en devotie tot de Heer werden afzonderlijk besproken bij het begin van het tweede boek s.2.1 hierboven. Ze staan in verband met de drie voornaamste elementen van een spiritueel leven.

## **2. WAARSCHUWING.**

Na de beschrijving waaruit de Yoga (achtredig pad) bestaat, zal Patañjali nu aanbevelingen doen en duidelijk maken wat er kan gedaan worden in geval van tegenkantingen die we kunnen ontmoeten op de af te leggen weg.

### **33.Vitarka\_Bādhane Pratipaksha\_Bhāvanam**

**In geval dat (deze onthoudingen en positieve praktijken verhinderd worden door perverse beschouwingen, moeten tegengestelde gevoelensaangekweekt worden.**

Dikwijls zal de lagere natuur in opstand komen en de yoga-levenswijze tegenspreken. De yogi mag niet aarzelen; hij moet alle argumentatie tegenwerken en zich ervan overtuigen dat dat alleen 'Bevrijding' van dit gewoon-menselijk bestaan, waar geluk kan opleveren. De wonderbare effecten, die het resultaat zijn van juist handelen, zullen een prikkel zijn om verder te doen, maar men mag er zich niet aan hechten. In het derde boek worden deze wonderbare effecten besproken. Ze liggen op psychologisch vlak en begeleiden het meesterschap in concentratie. In de Kriya-yoga zijn er ook wonderbare effecten, maar deze liggen dan meer op organisch en lichamelijk vlak. Ze maken de concentratie (ook)gemakkelijker omdat het lichaam beter in staat is de concentratie zonder pijn of spanningen uit te voeren. De aandacht gaat gemakkelijker naar lichamelijke ongemakken. Patañjali geeft zelfs voorbeelden van perverse houdingen die ons kunnen beletten Yama en Niyama te beoefenen.

### **34.Vitarkā Hinsa\_ādayah Krita\_Kāritā\_Anumoditāh Lobha\_Krodha\_Mohapurvakāh**

#### **Mridu\_Madhya\_Adhimātrāh Duhakh\_Agyāna\_Anantaphalāh Iti Pratipaksha\_Bhāvanam**

**Perverse beschouwingen zoals (het gedacht)schade te berokkenen en andere (perverse gedachten), hetzij het plegen (daarvan) of (iemand ertoe) aan te sporen, of (zulke daden) goed te keuren,hetzij (ze) zacht of middelmatig of hevig (zijn), hebben (allemaal) als gevolg (een reeks) smarten en miswijsheid waar geen einde aan komt; in zulke overwegingen (bestaat het) aankweken van tegenovergestelde gevoelens.**

De lagere natuur zal allerlei soorten van uitvluchten of redenen voorstellen om de yogi zijn vastberadenheid te breken. Hij moet zulke perverse gedachten tegenwerken door het overwegen de nadelige gevolgen, vanaf de minste toegeving.

### **3.RESULTATEN VAN DE ETISCHE TREDE.**

Dit zal het onderwerp zijn van het volgende hoofdstuk. Hierna volgt echter nog een artikel dat ik in 1983 heb geschreven om nog eens in het bijzonder de nadruk te leggen op Ahimsa.

#### **EEN ZIENSWIJZE OVER AHIMSA...EEN METAFYSISCHE WET.**

Geweldloosheid is volgens de commentaren van Vyasa's Bhasya, het zich onthouden van het berokkenen van enig kwaad aan welk levend schepsel ook, dit in alle opzichten en te allen tijde. Hij voegt er zelfs aan toe dat in dat (deze uitleg) alle andere (de andere onthoudingen) vervat zijn.(commentaar Y.S. 11-30)

Volgens de Patanjala-yoga, uitgelegd door G. KOELMAN, is AHIMSA de hoofdgedachte in de eerste trede van het yogapad. Het is dus wel de moeite waard even na te gaan waarom zij als eerste onthouding aangehaald wordt. Heeft zij zo'n grote betekenis in de yogabeoefening?

Wij kunnen gerust vooropstellen dat AHIMSA in feite de peiler is waarop de ganse Indiase spiritualiteit berust. Men kan geweldloosheid aanzien als de algemene regel volgens de welke vrede, sereniteit, kalmte en gelijkheid van gemoed kunnen bereikt worden. Commentaren over de yoga-sutra's verduidelijken ons dat AHIMSA en de andere onthoudingen die worden opgesomd in Y.S. 11-30 in werkelijkheid hetzelfde betekenen, gezien echter onder diverse aspecten van het Prakriti-bestaan.

De grote opzet van de yoga-discipline is het bereiken van de Zelfrealisatie - theoretisch voor iedereen mogelijk - door toepassing van een welbepaalde reeks voorschriften en aanbevelingen die reeds vroeger door anderen werden toegepast. Yoga is als een discipline die volgens een bepaalde orde moet worden uitgewerkt. Sommige voorschriften zijn uitwendig (voor het lichaam), andere zijn inwendig (voor de geest). Samen zijn zij daar om de yoga-beoefenaar in de eerste plaats duidelijk te maken dat zijn Prakriti-bestaan slechts een kleine schakel is in het voorbijgaande evolutieproces en bijgevolg de moeite niet loont om er zich aan te hechten. Eens van dit besef doordrongen, kan de yogi door het temmen, het richten en vasthouden van zijn denkvermogen, zijn ware IK leren onderscheiden dat door het ZIJN voelbaar gemaakt, de eerste schakel is in de Prakriti-werking waarin dat zelfde ZIJN is opgesloten. De uiteindelijke bevrijding van het ZIJN uit de veranderingen van Prakriti is het doel van de yoga. Yoga is dus een individuele kwestie voor elk ZIJN afzonderlijk. De bevrijding uit de Prakriti-veranderingen hangt niet af van iemand anders. Alle voorschriften moeten dus individueel toegepast worden, zowel deze welke betrekking hebben op het lichaam en zijn biologische functies, als deze welke betrekking hebben op de geest en zijn fijne Prakriti-werking waar we het ethische en

morele aspect van de yoga aantreffen.

AHIMSA, aldus G. KOELMAN, de grondslag van de yoga-moraal, is een afstraling van het ZELF dat in zijn zuivere essentie niets anders dan VREDE is. Geweldloosheid is in essentie geen positieve liefde tegenover de bestaande schepselen, noch een gehecht zijn aan hun welzijn, noch geïnteresseerd zijn aan hun ongestoord bestaan. AHIMSA is geen actieve ontboezeming van iemands aangeboren goedheid, maar het volvoeren van een in zichzelf keren van iemands spirituele ZELF. Het is evenmin een altruïstische zelfopoffering, die anderen de onaangename kanten van het leven bespaart door ze voor zichzelf te nemen. Het is geen deugd met betrekking tot anderen, maar een onontkoombare verplichting om aldus de ware aard van het -ZELF in herinnering te brengen en om uiting te geven aan wat iemand werkelijk is: de absolute ongebondene, wiens zuivere natuur VREDE is. Ook I.K. TAIMNI noemt geweldloosheid het beantwoorden aan een universele wet. Het ZELF immers, dat onaantastbaar aanwezig (gevangen) is in Prakriti, heeft voor zijn bevrijding geen conventionele of religieuze moraal nodig. De bevrijding kan slechts bereikt worden wanneer het proces van de veranderingen ophoudt. Dit is niet afhankelijk van een compromis met anderen. AHIMSA is een harde wet die niemand kan ontzien en ook niet bestaat om oppervlakkige Prakriti-zwakheden tegen te gaan of om er voor te zorgen dat wij goede individuen zouden worden die sociaal zijn en alle wetten eerbiedigen. De bedoelde universele wet heeft slechts de bevrijding van het ZELF op het oog en deze kan niet plaats hebben wanneer er nog tegenstrijdigheden bestaan of wanneer er nog veranderingen van Prakriti plaats hebben. (zie Y.S. 11-15)

De yoga-moraal, aldus G. KOELMAN, bestaat niet terwille van de verbetering van een menselijke wereld, maar om in staat te zijn deze te verlaten. Akkoorden afsluiten die de werking van Prakriti laten voortduren is dus een afremming naar de opgang tot de yoga.

Uit dit alles blijkt dat AHIMSA een positieve ingesteldheid is die niet bestaat omwille van de zichtbare resultaten die ze zal teweeg brengen, maar enkel en uitsluitend terwille van het ZELF wiens eigenschap ze is, gevangen in de greep van Prakriti die ons verblindt en in onwetendheid vasthoudt.

Het resultaat van hem die geweldloosheid toepast mogen we zien als een afstraling van vrede en vriendelijkheid. In deze optiek is het duidelijk dat Vyasa alle andere onthoudingen in geweldloosheid terugvindt.

Tenslotte wijst Patañjali er verder op (Y.S. 2-31) dat de yogi steeds door de wet van geweldloosheid gebonden is: noch persoon, noch plaats of tijd, noch omstandigheden, mogen een excuus zijn.

Met enige geruststelling lezen we echter bij TAIMNI dat de yogabeoefenaar steeds datgene moet doen wat hij meent het goede te zijn en niet datgene wat anderen hem zeggen het goede te zijn. Indien het blijkt dat dit echter niet het goede is, dan zal lijden zijn deel zijn en hem op het goede spoor brengen om hem te tonen waar het goede is. De juiste gedragslijn, aldus de commentator, is deze en zij is van het allergrootste belang voor de yogi.

Zou men uit dit alles niet kunnen besluiten dat AHIMSA tenslotte een metafysische wet is?

W.INGELS  
Yogaleraar  
Halasana.

## **Hoofdstuk 16. Vervolg tekststudie van het tweede boek SADANAPADA; DE RESULTATEN VAN DE ETISCHE TREDE (Sutra 2.35 tot 2.48).**

### **3. Resultaten van YAMA - De onthoudingen.**

1°AHIMSA = Geen schade berokkenen aan anderen. Door het nastreven van Ahimsa verdwijnt vijandschap.

**35.Ahinsā\_Pratishthāyām Tat\_Samnidhau Vairtyāgah  
(Wanneer de yogi) standvastig gegrondvest is in de onthouding van  
schadeberokkening, leggen (andere levende wezens) in zijn aanwezigheid hun  
vijandschap af.**

In deze en de volgende sutra's (35-39) worden de wonderbare effecten van de vijf onthoudingen aangegeven. In sutra 40 tot 50 worden de wonderbare effecten aangeduid van de positieve voorschriften. Het wonderbaar effect van nooit kwaad te berokkenen is dat bv. dieren die van nature uit vijanden zijn, zoals kat en muis, roofvogel en klein gevogelte, hun vijandschap afleggen in de aanwezigheid van de yogi die deze onthouding heeft veroverd.

2°SATYA = Waarachtigheid nastreven. Door het nastreven van SATYA worden uw wensen vervuld.

**36.Satya\_Pratishthāyām Kriyāphala\_Ashryatvam  
(Wanneer de yogi) standvastig gegrondvest is in waarheid, (is de yogi's woord of  
wens) de waarborg van werkelijkheid en van de gevolgen.**

Indien de yogi iets zegt of wenst in verband met iemand anders, dan worden deze woorden of wensen verwezenlijkt in die andere.

3°ASTEYA = Onthouding van diefstal. Door het nastreven van ASTEYA valt rijkdom u te beurt.

**37.Asteya\_Prtishthāyām Sarva\_Ratna\_Upa\_Sthānam  
(Wanneer de yogi) standvastig blijft in onthouding van diefstal, komen alle  
edelgesteenten naar hem.**

Hoe dit te verklaren? Is het misschien geestelijke rijkdom?

4°BRAHMACHARYA = Sexuele beheersing. Door het nastreven van BRAHMACHARYA verkrijgt de yogi buitengewone kracht.

**38.Brhmacharya\_Pritishthāyām Viirya\_Lābhah  
(Wanneer de yogi) standvastig in kuisheid is, bekommt hij buitengewone kracht.**

Die zelfbeheersing wordt beschouwd als productie van grote kracht; niet enkel op geestelijk, maar ook fysisch. Brahmacharya is de leerperiode die in het Vedisch stelsel gekenmerkt wordt door inachtneming van het celibaat. Brahma = het Eerste levend wezen, schepper en bestuurder van de cosmos. Acarya = een leraar die zelf voorbeeld is van zijn leer.

5°APARIGRAHA = Het afwijzen van giften. Door het nastreven van APAR IGRAHA, bekommt de yogi levenskennis.

### **39.Aparigraha\_Sthairye Janma\_Kathanta\_Sambodhah**

**'Wanneer de yogi standvastigheid heeft verworven in het afwijzen van giften, bekommt hij perfecte kennis van de omstandigheden van zijn (huidig en toekomstig) leven**

Het woord 'kathamata' betekent 'hoe-heid', 'wanneer-heid', waar-naartoe-heid enz...De yogi verkrijgt kennis van alle details van wat hij was, en is, en zal zijn.

### **4. Resultaten van NIYAMA. Positieve voorschriften.**

1° SAUCA = Zindelijkheid. Door toepassing van SAUCA ontstaat er afkeer van stoffelijke dingen.

### **40.Sauchāta Svanga\_Jugupsā Paraih\_Asansargah**

**Als gevolg van zindelijkheid ontstaat er afkeer van zijn eigen ledematen en vermijden van contact met andere (lichamen).**

Het lichaam is vol vloeistoffen, slijmen en vochten; op stoffelijk gebied zijn het bevlekkingen.

### **41.Satva\_Shuddhi\_Saumanasya\_Ekāgrya\_Indriya\_Jaya\_ātmadarshan Yogya\_tvāni Cha**

**Hij bekommt ook zuiverheid van Sattvam, blijde gemoedstemming, éénpuntige aandacht, beheersing van de zintuigen en geschiktheid om zijn eigen Zelf te zien.**

Sutra 40 sprak van de gevolgen van uitwendige zindelijkheid; deze sutra heeft het over de inwendige zindelijkheid. De uitwendige eigenschappen van sattvam kunnen de uitwendige glans zijn van de diepe inwendige eigenschappen.

2° SANTOSA = Tevredenheid. Door toepassing van Santosa ontstaat er onovertroffen vreugde.

### **42.Santoshāt\_Anuttama\_Sukha\_Lābhah**

**Als gevolg van tevredenheid is er onovertreffbare vreugde.**

Tevredenheid in alle toestanden belet alle golvingen van verlangen, afkeer, schrik of angst. Door de vijf onthoudingen worden alle verlangens uitgedoofd. Vreugde bestaat in het verwezenlijken van iemands doeleinden; indien er dan geen andere verlangens zijn, en de onthechting aan aardse dingen volledig is, is het niet te verwonderen dat zulke yogi onovertreffbare vreugde geniet.

3° TAPAS. = Zelfkastijding. Door toepassing van Tapas ontstaat er lichamelijke perfectie.

### **43.Kaye\_Indriya\_Siddhih Ashuddhi\_Kshyāt Tapasah**

**(Buitengewone) perfectie van lichaam en organen is het gevolg van zelfkastijding, omwille van het verdwijnen van onzuiverheden.**

Aangezien Sattvam meer en meer overheersend wordt door onthechting aan wereldse belangen, werkt dit Sattvam zich meer uit in de ledematen en in de zintuiglijke organen.

4° SVADHYAYA. = Geestelijke oefening. Door toepassing van SVADHYAYA ontstaat er vereniging met de godheid die men verkiest.



#### **44.Svādhyāt Ishta\_Devatā\_Samprayogah**

**Gevolg van geestelijke oefening is gemeenschap met de god die iemand verkiest.**

In feite worden er verschillende goden of hemelingen vereerd; of die afzonderlijk bestaan of verschillende aspecten zijn van één enkele god, hangt af van de verschillende scholen.

5° ISVARAPRANIDHANA. = Devotie tot de Heer. Door toepassing van Isvarapranidhana ontstaat er eveneens toegang tot perfecte verzinking.

#### **45.Samādhi\_Siddhih Ishvar\_Prānidhānāt**

**Als gevolg van devotie tot de Heer is er volmaaktheid van verzinking.**

Door de opoffering van de yogi's daden aan de Heer en de vredevolle gelatenheid van de vruchten ervan, wordt verzinking bekomen. Deze verzinking ontstaat niet door concentratie, maar door genade.

#### **5. ASANA - lichaamshouding.**

1° Omschrijving.

Patañjali geeft als āsana enkel de beweegloze zithouding die zonder spanning geruime tijd kan volgehouden worden.

#### **46.Sthira\_Sukhāsanam**

**Een beweegloze zitwijze die volgehouden kan worden met gemak, is de yoga-zitwijze.**

Een zekere strakheid is nodig om verstorende lichamelijke bewegingen te beletten en verstrooiingen te verhinderen. Teveel strakheid kan het de yogi ongemakkelijk maken en daardoor verstrooiingen veroorzaken. Teveel comfort verwekt slaperigheid, bedwelmt de aandacht en brengt eveneens verstrooiing teweeg; Patañjali zegt dus dat de lichaamshouding vast en gemakkelijk moet zijn. uiteindelijk moet āsana leiden tot een onbeweeglijkheid van het lichaam dat men vast en ontspannen rechtop kan zitten. Een soort gevoelsneutraliteit kan daardoor optreden die zelfs kan leiden tot het niet meer ondergaan van de omgeving (warmte, koude, zintuiglijke contacten met de buitenwereld).

In de volgende sutra geeft Patañjali aan hoe dit kan gebeuren.

#### **47.Prayatna\_Shaithalya ānantya Samāpattibhyām**

**(Deze ideale zitwijze bereikt men) door deze twee middelen, het afzwakken van inspanning en de mentale vereenzelviging met het oneindige.**

Teveel inspanning vraagt teveel aandacht en energie, zodat er maar weinig meer overblijft om de nodige concentratie te verwezenlijken. Het mentale complex moet zich verliezen in iets dat onbeperkt is, zodat het zich daarin vergeet; Patañjali stelt het resultaat ideaal voor door te verklaren dat er dan niet langer aanvoeling is van de paren der tegengestelden zoals koude en hitte, honger en dorst enz...

#### **48.Tato Dvandva\_Anabhighātah**

**Dan (is de yogi) niet langer aangetast door de paren (der tegengestelden).**

De paren der tegengestelden zijn dus zoals gezegd, warmte en koude, honger en dorst. Dergelijke lichamelijke status bevordert het stilleggen van het denkvermogen. Voor een buitenstaander is deze praktijk echter niet zo eenvoudig en zal ongetwijfeld oefening en voorbereidende inleving vragen.

2° Praktische toepassing en resultaat.

Met de bedoeling de yoga-praktijk aan te leren en vooral wat âsana betreft, (de door Patañjali bedoelde zithouding), worden her en der cursussen ingericht. We kunnen er zeker van zijn dat dergelijke inleidende oefeningen in het bijzonder de westerse mens aanspreken omdat de uitwerking ervan vooral op lichamelijk vlak grote invloed heeft. Men vergeet daarbij dikwijls dat er ook een wederzijdse en niet te onderschatten beïnvloeding van lichaam en geest bestaat. De lesgevers spelen daarin een belangrijke rol. Hij of zij moeten daartoe eveneens de nodige opleiding genoten hebben. Zij worden verondersteld eveneens de nodige waarschuwingen en aanwijzingen te kunnen aanreiken, en de nodige ondervinding en vaardigheid te bezitten om de âsana-lessen te leiden.

In verband met ASANA verwijs ik hier naar m.y.b. nr.5-(Wel en wee van Halâsana: uit mijn notaboekje 1968)- m.y.b. nr. 9- (-De synthese -Hoe zal de yoga-beoefenaar de yoga-houdingen uitvoeren?)- m.y.b. nr 10 (Verdere uitbreiding: Koelman- De lichaamshouding.)

In het volgende hoofdstuk wordt Pranayama behandeld, de vierde trede van de patañjala-yoga.

## **Hoofdstuk 17. Vervolg tekststudie van het tweede boek SADANPADA; PRANAYAMA (regeling van de ademhaling) en PRATYAHARA (afsluiting zintuigen)(Sutra's 49 tot 55).**

### **1- PRANAYAMA.**

Vooraf wil ik de aandacht vestigen op het feit dat de Pranayama in de Patañjala-yoga niet dezelfde is als de Pranayama die bv. in de Hatha-yoga beoefend wordt. De sutra's die over de Pranayama van het achtredig pad handelen geven a.h.w. alle nodige uitleg en inlichtingen daaromtrent. Het is de bedoeling om via de regeling van de ademhaling tot volledige ontspanning en rust te komen. Lees de teksten met bijkomende uitleg van Koelman. Bestudeer de inhoud van het artikel dat in in 1983 heb toegevoegd aan de onderrichting voor Yogacharya. Tracht deze pranayama hier als adembeheersing in praktijk om te zetten.

### **49. Tasmin Sati Svāsa\_Prasvāsyoh Gati\_Vicchedah Prānāyāmah**

**Wanneer deze (perfecte zitwijze) er is, komt de geregelde ademhaling, die bestaat in de afsnijding van de inademings- en uitademingsbeweging.**

Wanneer door de zitwijze het lichaam stijf en stil is, kan men zonder veel moeite de perfecte ademhaling bekomen. De belangrijkste van de lichamelijke oefeningen is de 'pranayama' of de regeling van de ademhaling. Iedereen weet bij ondervinding dat er een verband bestaat tussen de manier van ademen en de gemoedstoestanden. De yoga van Patañjali tracht door het aanwenden van zekere ademhalingsmethoden bepaalde psychische gemoedstoestanden teweeg te brengen.

Waaruit bestaat deze Pranayama: Patañjali geeft de soorten aan.

### **50. Sa Tu Bahya\_ābhyāntar\_StambhaVrittih Desha\_Kāla\_Sankhyābhih Paridrishto Diirgha\_Sukshmah**

**De uitwendige, de inwendige en de beweegloze (adem)golving, geregeld wat plaats, tijd en aantal betreft is de lange en subtiele (ademcontrole)**

Het is niet zozeer het in- en uitademen dat geregeld moet worden; het is eerder de beweegloze fase na de inademing en na de uitademing. De beweging die nodig is om te ademen moet vertraagd worden zodat de drie fasen langer duren; daardoor verminderen de bewegingen in aantal. Het proces van ademen moet ook door verschillende gedeelten van het lichaam gebeuren (dat is de plaats)

De commentator Bhojaraja (in Rajamartanda -11 eeuw) zegt daarover het volgende: "De regeling van de ademhaling, bestaande uit het drieluik, nl. uitademen, inademen en vasthouden van de adem, bindt het denkorgaan tot standvastigheid, omwille van zijn éénpuntigheid, omdat alle golvingen van de organen voorafgegaan worden door de golvingen van de ademhaling. Daarbij komt nog, dat wegens de overeenstemming van de respectievelijke functies van denkvermogen en ademhaling, wat werken en rusten betreft, de afremming van de ademhaling de éénpuntigheid van het mentale complex veroorzaakt, daar alle golvingen van de gevoelsorganen belemmerd worden; en dit heeft voor gevolg dat alle vlekken van het denkvermogen afnemen, omdat, naar wij vernemen uit de Heilige tekst, deze golvingen van verstrooidheid veroorzaakt worden door deze vlekken" (G.M. KOELMAN in het boek Patañjala Yoga).

Er bestaat nog een vierde soort adembeheersing, die, zoals Patañjali zegt, verder gaat dan hetgeen waarmede de eerste drie te maken hebben.

### **51. Bāhya\_Abhyāntar\_Vishaya\_ākshēpi Chaturthah**

**De vierde (ademcontrole) gaat verder dan hetgeen waarmede de uitwendige en de**

## **inwendige (controle) te maken hebben.**

De uitwendige bestaat in het langzaam en zacht uit jagen van de lucht; de inwendige in het langzaam en zacht innemen van lucht. Deze bewegingen gaan gepaard met het buiten houden en het binnenhouden van de lucht die ook moeten verlengd worden. Deze vierde controle is dus verschillend. De drie eerste gebeuren langs de mond; de inneming na het buitensluiten gaat vlug; het stoppen na de inademing is ook een vlugge beweging. De vierde pranyama bestaat echter in het ademen door het uitzetten en het intrekken van de buik, niet door een beweging van de mond en de keel. Ze bestaat hoofdzakelijk in het langer en langer inhouden, zonder spanning, van een minimum lucht. Het inademen na het verlengde buiten sluiten mag niet bruusk zijn. Het moet zacht en langzaam gebeuren; zo ook moet het uitademen na een verlengd inhouden van de lucht bijna gevoelloos voleindigd worden. (vooral de beweging van het middenrif speelt hier een belangrijke rol).

Wat is het gevolg van de Patañjala- Pranayama? Het antwoordt staat in de volgende sutra's:

- 1° De overdekking van de helderheid (Sattvam) verdwijnt.
- 2° De denkfunctie wordt geschikt tot fixeren.

## **52.Tatah Kshiiyate Prakashāvaranam**

**Als gevolg hiervan verdwijnt de overdekking van (sattva) helderheid.**

Het verduisterende Tamas houdt op het Sattvam van de bewustzijnsfunctie te overdekken, en zo kunnen de subtielste dingen in die functie weerspiegeld en waargenomen worden. Wanneer het proces verdiept ontstaat er een beginnend gevoel van aanwezigheid bij zichzelf, een vaag realiseren van de aanwezigheid van de geest in zijn lichaam. Dit soort inwendige bewustzijn breidt zich bij meer concentratie op zichzelf uit in omvang en diepte en daardoor wordt de geest klaar gemaakt voor onbeweeglijke aandacht.

## **53.Dhāranāsu Cha Yogyatā Manasah**

**Eveneens wordt de denkfunctie geschikt voor de (oefeningen) van fixeren.**

Een diepe concentratie vereist een langzame en subtiel ademhaling, waarin de denkfunctie volledig dus volledig betrokken is. Daardoor zal het beter gaan om een object te fixeren, terwijl op een oppervlakkige en onrustige ademhaling de denkfunctie her en der zal rondfladderen

2- PRATYAHARA (Het terugtrekken of afsluiten der zintuigen).

De vijfde trede van de Patañjala-yoga is Pratyahara. Het is de terugtrekking van de zintuigen dwz. het niet meer gevoelig zijn voor uitwendige prikkels van welke aard ook. Deze prikkels worden dus niet meer naar de denkfunctie gestuurd. Er is dus een stilstand in de toevoer van prikkels, behalve voor deze welke uitgezonden worden door het object van de concentratie zoals Patañjali zegt in de volgende sutra.

## **54.Sva\_Vishaya\_Asamprayoge Chittasya\_Svarupa\_Anukārah**

### **Ive\_Indriyānām Pratyāhārah**

**De afsluiting van de zintuigen bestaat hierin, dat deze als het ware,de natuur van het mentaal complex (in verzinking)nabootsend, (in zo ver dat ze) niet in contact komen met hun eigen objecten.**

Indien de concentratie perfect is wordt er volstrekt niets in de bewustzijnsfunctie op

gevangen (concentratie van afsluiting), of ten hoogst enkel één punt (in de concentratie met objectief bewustzijn). Het mentaal complex is dus vrij van determinaties, zelfs van zijn eigen vorm, bv. de bewustzijnsfunctie, van de ego functie, van het proces van waarnemen. Om dit mogelijk te maken mag er geen object van buiten uit in de denkfunctie binnendringen. De zintuigen moeten dus afgesneden zijn van hun eigen objecten. Het is de oefening die als brug of overgang fungeert tussen het lichamelijke en het ethische vlak. Het is het psychologisch niveau van de mentale oefening waarin de zintuigen zich a.h.w. nar binnen keren. Als dusdanig maakt Pratyahara ook deel uit van het psychologisch niveau. Het resultaat van Pratyahara wordt door Patañjali in de laatste sutra van het tweede boek omschreven als volkomen meesterschap over de zintuiglijke organen.

### **55. Tātaḥ Paramā Vashyate Indriyānām**

#### **Daaruit volgt het volkomen meesterschap over de zintuiglijke organen.**

Indien de zintuigen niet langer reageren op de prikkels van de uitwendige objecten, niet omdat er iets in de zintuigen hapert, maar omdat hun kenniskracht van binnen in afgesloten is, heeft men van zelfsprekend het hoogste meesterschap over de zintuigen bereikt. Dan kan de bewustzijnsfunctie, onaangetast door om het even welk object, het bewustzijnslicht weerspiegelen zonder de minste verkleuring. Wanneer de denkfunctie aldus op één punt gericht is en er geen associaties of gedachten omtrent dit punt bestaan, wanneer de lichaamsactiviteit beperkt is tot de elementaire vegetatieve functies en de ademhaling regelmatig en traag verloopt, wanneer er geen passies of verlangens of angsten zijn, dan kan Pratyahara verwacht worden. Buiten het object van de concentratie is er geen interesse en wordt er dus geen ander beeld naar de denkfunctie overgebracht (zelfs indien er een fysisch beeld op netvlies zou vallen). Het meesterschap over de zintuigen is maw. een feit en de perfecte concentratie kan bereikt worden waardoor ook alle kwellingen afgezwakt worden, en dit is het doel van de Kriya-yoga zoals Patañjali zegt in sutra 2.2. Van hier kan de toepassing van de inwendige middelen of de Antaranga plaats hebben. Dit deel van het acht tredig pad zal aan bod komen in het derde boek: VIBHUDIPADA;

YOGA-INSTITUUT HALASANA V.z.w.

OPLEIDING YOGACHARIA

PRANAYAMA IN DE PATANJALA-YOGA.

Wat men vooraf dient te weten.

De Patanjala-Yoga, ook nog klassieke - of Raja-yoga genoemd, wordt zowel wat haar praktische toepassing als wat haar filosofische basis betreft, uiteengezet in de yoga-sutra's van Patañjali.

Evenals de andere orthodoxe darsana's (zienswijzen), nl. Mimansa, Vedanta, Sankhya, Nyaya en Vaicesika, hun eigen sutra's hebben, heeft ook de yoga-darsana haar sutra, waarin het pad wordt aangegeven tot het bereiken van Zelfrealisatie. Dit pad is alomgekend als het acht tredig pad van Patañjali.

Andere vormen van yoga hebben eveneens een pad, maar alle paden omvatten niet allemaal evenveel treden. Zo telt het pad van Hatha yoga slechts zes treden. De yoga van de Gheranda-Samhita heeft, evenals de Jnana-yoga zeven treden, terwijl de Bhakti-yoga een pad heeft van negen treden. Nog andere vormen van yogapaden vindt men in de Bagavad-Gita zoals de karma-yoga. Ook de yoga van Sri Aurobindo heeft een yogapad.

Vele westerse yoga-beoefenaars bewandelen, bij gebrek aan inzicht wellicht, verschillende van deze paden tegelijk. Aangezien een pad eigen is aan een bepaalde soort yoga en aangezien een soort yoga bij één of andere filosofische strekking (darsana) thuishoort, volgt daaruit dat vele mensen en zelfs vele yogaleraars niet weten welke darsana ze eigenlijk volgen of welke strekking ze voorhebben.

Wie echter de klassieke yoga van Patañjali wil volgen zal de yogadarsana als strekking voorstaan en dus de Zelfrealisatie trachten te bereiken via het achttredig pad van de Patanjala-yoga. Men vindt het volledig onderricht zowel theoretisch als praktisch in de yoga-sutra's. Men kan het ermee doen, maar men moet de yoga-sutra's leren begrijpen en vooral er leren meewerken.

Dat de Patanjala-yoga, met haar darsana volkomen origineel is en een wijdivertakte invloed uitoefent op alle andere vormen van yoga; werd reeds voldoende aangetoond in de artikelen van "HALASANA" en vooral in de Synthese (uitgave 'patanjala-yoga - een synthese van de yoga-filosofie' - 1979).

Deze originaliteit treedt zeer merkwaardig en zeer duidelijk op de voorgrond wanneer we het hebben over PRANAYAMA. We vinden pranayama als de vierde trede op het yogapad. Ze behoort tot de uitwendige middelen van de yogabeoefening.

Pranayama is in het achttredig pad een zeer belangrijke schakel in de poging om het mentaal complex tot rust te brengen pranayama werkt met de andere uitwendige middelen samen om de kwellingen (klesa's) af te zwakken welke oorzaak zijn van onze gehechtheid.

In sommige vormen van yoga maakt pranayama geen deel uit van het pad (zie Jnana-yoga, Karma-yoga, Bhakti-yoga e.d.), terwijl ze in nog andere vormen van yoga, zoals in de Hatha-yoga, in de Tantra yoga, in de yoga van Aurobindo e.d., een andere rol speelt dan in de Patanjala-yoga. Deze andere rol veronderstelt een beheersing van prana, de kosmische energie in het lichaam en het bereiken van een evenwichtige prana-werking die tot een stabiele en gezonde staat van het lichaam en het mentaal complex zal leiden. Aan deze 'pranayama gaan de reinigingstechnieken vooraf, opdat de nadis (=prana-kanalen) zuiver zouden zijn. Diverse en soms moeilijke asana's, ademtechnieken en mudra's spelen in deze vorm van pranayama een zeer intense rol. De kern van de Hatha-yoga is trouwens de pranayama die de levenskrachten doet beheersen om aldus de mens tot een goddelijk niveau te verheffen. Ook in de Tantra-yoga' neemt pranayama een heel bijzondere plaats in. Vooral lange geforceerde kumbaka's (het inhouden van de adem) moeten de yogi in staat stellen de ingewikkelde visualisatieoefeningen te doen die typerend zijn voor het tantrisme. Ook het opwekken van kundalini doorheen de chakra's langs de shushumna (nadi), is het resultaat van een andere soort pranayama dan deze welke Patañjali voorschrijft.

In Georg Feuersteins "Handboek voor Yoga" lezen we i.v.m. pranayama in de Patanjala-yoga (zie blz. 202)

"De belangrijkste vormen van levenskracht zijn prana en apāna die verantwoordelijk zijn voor het inademen en het uitademen van fysieke lucht. Hun onafgebroken werkzaamheid wordt geacht de oorzaak te zijn van de rusteloosheid van het denken. Het stilleggen ervan is het hoofddoel van pranayama".

De pranayama in de Patanjala-yoga wordt dus aangewend om de onregelmatigheden van het ademen, die de concentratie van de yoga-beoefenaar verstoren, te herstellen.

Pranayama krijgt bijgevolg haar betekenis naargelang het pad waarin ze voorkomt.

Wanneer men dit duidelijk wil inzien en de pranayama van de Patanjala-yoga niet zal vervangen door de pranayama van de Hatha-yoga e.a., zodanig dat men niet langer geneigd is verschillende yogapaden tegelijkertijd of door elkaar te bewandelen, dan kan men de pranayama-trede in praktijk brengen.

Patañjali was zeker op de hoogte van het bestaan en de betekenis van prana, de kosmische energie die van oudsher in de Arthava-veda en in de Yogasika-upanishad o.a. werd omschreven. In het derde boek van de yoga-sutra dat handelt over de resultaten van samyama (concentratie, bestaande uit de drie inwendige middelen), zien we trouwens hoe de yogi bepaalde vermogens krijgt, die hem in staat stellen de algehele werking van prana in al haar facetten te beheersen.

Zowel voor de betekenis als voor de uitvoering van de pranayama trede in de Patanjala-yoga zijn we aangewezen op de yoga-sutra's en op de commentaren van deze sutra's.

De sutra's zijn volgens G. Feuerstein de "klassiek~" formulering van het filosofisch standpunt van een bepaalde strekking (zie blz. 110 "Handboek voor Yoga"). Deze formulering, en dit geldt voor de sutra's van elke darsana, is zeer beknopt en voor de oningewijden soms zeer moeilijk te begrijpen. Vooral indien het praktische aanwijzingen betreft, zoals dit o.a. het geval is met pranayama in het pad van de yoga-darsana. Dan is de moeilijkheid des te groter. De meest originele denkers van elke darsana hebben echter door het opstellen van commentaren een grote bijdrage geleverd tot het beter begrijpen van de sutra-teksten. Zo bestaan over de yoga-sutras van Patañjali menige commentaren, maar ze zijn niet allemaal even betrouwbaar omdat ze niet allemaal geschreven zijn door meesters die de yoga-darsana en haar dualistische strekking genegen waren; in menige gevallen wordt de bedoeling van Patañjali geweld aangedaan omdat andere strekkingen de bovenhand hebben. De geïnteresseerden kunnen in het reeds vermelde handboek voor yoga op blz. 110, 111 en 112 hierover meer vernemen.

Voor de verdere uitleg over pranayama in het achtredig pad van Patañjali verwijst HALASANA met betrouwbare zekerheid naar de commentaren van Vyasa en Vacaspati Misra. Beide commentaren zijn verenigd in het boek "The Yoga System of Patañjali" door J.H. Woods, en in het boek "Yoga Philosophy of Patañjali" door Swami Hariharananda Aranya, University of Calcutta.

Heel merkwaardig in dit laatste boek zegt de auteur Hariharananda over de yoga-sutra's wat volgt: (blz. 4)

"De yoga-sutra is het oudste werk onder de zes Indiase filosofische systemen, die de autoriteit van de Veda's aanvaarden. Het bevat geen verwijzingen, noch goedkeurende, noch afkeurende, over het onderricht of de meningen van enig ander filosofisch systeem. Haar sutra's of aforismen willen alleenlijk haar eigen leerstellingen bewijzen en niet de leerstellingen van andere systemen weerleggen zoals de latere filosofische werken doen."

Samen met het gebruik van de eigen uitgaven van HALASANA heeft de studie van voornoemde commentaren ons nogmaals aangezet tot het ontwarren van één van de knopen waarin nog vele yoga-beoefenaars en helaas ook yogaleraars verstrikt zitten.

## **De Praktijk**

De uitvoering van de vierde trede van het achtredig pad, nl. de pranayama, de aanbevelingen en de te verwachten resultaten, werden opgetekend uit het boek "Yoga Philosophy" van Swami Hariharananda Aranya. Voor de betekenis wordt er eveneens verwezen naar de "synthese" en de "Sutra's", eigen uitgaven van HALASANA. Het geheel

is gebaseerd op de commentaren van Vyasa en Vacaspati Misra uit het boek "The Yoga System of Patañjali" van J.H. Woods.

Wanneer er deze (perfecte zitwijze) is, komt de geregelde ademing, die in het afsnijden van de inademings- en uitademingsbeweging bestaat. (YS. II-49)

Na de perfecte uitvoering van asana komt pranayama. Ze bestaat erin de processen van het inademen van buitenlucht en van het uitademen van binnenlucht te onderbreken.

Volgens Hariharananda bedoelt Patañjali hier niet rechaka (uitademen), puraka (inademen) en kumbaka (inhouden of onderbreken). De drie pranayama's zijn de volgende:

1. Wanneer de lucht na de inademing niet uitgedreven wordt, is er een halte in de beweging van de adem: dit is pranayama.
2. Wanneer er na de uitdrijving van de lucht geen beweging is die opnieuw lucht laat binnenstromen, is er een halte in de beweging van de adem: dit is eveneens pranayama.
3. Het ophouden van de adem zelf na het inademen of na het uitademen is pranayama.

De ene pranayama zal dus na de andere uitgevoerd worden. Hoe meer men er in slaagt elke pranayama en de rust daartussen te verlengen hoe rustiger de geest zal worden.

Pranayama als onderbreking van de beweging na de uitademing. wordt in sutra 34, eerste boek, door Patañjali aangegeven als een middel om mentale standvastigheid te verwerven.

"ofwel ontstaat (de mentale vastheid) door het buitensluiten en het inhouden van adem."

Het uitademen moet gekoppeld worden aan een voorstelling van leegte die, samen met het ledigen van de longen, ontstaat in de geest.

Aldus Hariharananda. De sutra maakt geen gewag van inademen omdat de staat van leeg-zijn alleen maar mogelijk is tijdens of na het uitademen. Het stoppen van de beweging na het uitademen ontspant de zenuwen van het lichaam en de geest geraakt in een soort lege en inactieve staat. Men moet er nadien voor zorgen dat deze staat zoveel mogelijk behouden blijft tijdens de natuurlijke inademing en de daaropvolgende uitademing.

Het uitademen gebeurt langs beide neusgaten met een constante aangepaste kracht welke voortgebracht wordt door de lage ademhaling.

Het lichaam en vooral de borst, zullen niet bewegen. Men moet de longen niet volledig leeg maken zodat het onderbreken van de beweging als het ware ineenvloeit met de uitademing. Het stoppen na iedere uitademing zal verlengen naarmate de geest vaster wordt in de leegte, want het vasthouden van de adem op een natuurlijke wijze zonder inspanning om de adem in te houden, is te benadrukken. Deze pranayama is zeer geschikt om vastheid van geest te verwerven.

Men kan zich afvragen hoe lang de adembeweging met inhouden na het uitademen, moet volgehouden worden. Het antwoord is zeer eenvoudig. Het vasthouden van de adem is het zo lang mogelijk verblijven in deze staat van leegte van de geest. Tijdens deze vasthouding zal er zich geleidelijk aan een gevoel van lichtheid uitspreiden over gans het lichaam. Naarmate men vordert zal dit gevoel ook langer volgehouden kunnen worden. Het is aan elk individu er zelf aan te werken. Deze pranayama kan afzonderlijk beoefend



worden. Ze is zeer geschikt om vastheid van het mentaal complex te verwerven.

Terugkerend naar pranayama in sutra 2.49 is er dus eveneens sprake van de staat van leegte waarin de geest moet gebracht worden, terwijl men de ene pranayama na de andere uitvoert. De perioden van afsnijden of onderbreken van de beweging zullen daardoor geleidelijk aan verdiepen en verlengen. Een voorafgaande voorwaarde is "perfecte zithouding", een stabiele en toch comfortabele zitwijze die geen afleiding of verstrooiing doet ontstaan. De betekenis van deze sutra is, dat de onderbreking van de beweging van de binnenstromende lucht, zowel als van de naar buiten stromende lucht, pranayama is. De wijze waarop deze onderbrekingen kunnen gebeuren wordt uitgelegd in de volgende sutra.

"De uitwendige, de inwendige en de beweegloze (adem) golving, geregeld wat plaats, tijd en aantal betreft, is de lange en subtiele (ademcontrole)." (YS. 2-50)

Patañjali gebruikt de termen "bahya-vrtti" = uitwendige golving, "abhyantara-vrtti" = inwendige golving, en "stambha-vrtti" = stilstaande golving of onderbreking, in plaats van rechaka (uitademen) puraka (inademen) en kumbaka (inhouden). Deze laatste termen zijn ook van latere datum en ze hebben niet dezelfde betekenis als wat Patañjali bedoelt met het onderbreken van de beweging die deze in- en uitademing doet plaats hebben.

De procedures van rechaka - puraka - kumbaka zijn volgens Háriharananda gekoppeld aan een inspanning waarbij men bv. zekere delen in het lichaam zal samentrekken of opspannen. Het is trouwens duidelijk dat het organisme slechts onder druk gedwongen kan worden om langer dan twee à drie minuten zonder zuurstof te zijn. In de Hatha-yoga noemt men deze inspanning "bandha's", nl. mula-bandha (contractie van anusspier en rectum), uddiyana-bandha (contractie van de buik, middenrif) en jalandhara-bandha (contractie van de keel). De uitvoering van kechhari-mudra is gelijkaardig. Als resultaat van deze inspanningen worden de zenuwen aangezet tot- onderbreken van hun normale functies of prikkels en men kan de adem en de levensenergie of prana dwingend opschorten. Maar deze oefeningen leiden niet tot het stilleggen van de wervelingen van het mentaal complex. Niets belet ons evenwel, teneinde het lichaam en het ademhalingsstelsel te oefenen en te sterken, deze praktijken uit te voeren. Men dient wel indachtig~te zijn dat ze geen deel uitmaken van de vierde trede van het pad van de patanjala-yoga. Al deze inspanningen kan men niet uitvoeren met een week lichaam en daarom bestaan ook de diverse houdingen en oefeningen om het lichaam perfect gezond en stevig te maken.

## **Uitvoering**

1.... met inachtneming van plaats (of ruimte)

De plaats bevindt zich ofwel in de uitwendige ofwel in de inwendige ruimte. De uitwendige ruimte strekt zich uit vanaf de top van de neus tot waar de luchtstroom reikt. De inwendige ruimte wordt gevormd door het ganse lichaam, vertrekkend vanuit de hartstreek tot de top van het hoofd en tot aan de voetzolen.

a) Pranayama, uitgevoerd met inachtneming van de plaats tot waar de uitademingsstroom zich uitstrekt, beginnend vanaf de neus, is regeling met observatie van de uitwendige ruimte.

b) Pranayama, uitgevoerd met inachtneming van de plaats tot waar de ingeademde lucht binnen in het lichaam gevoeld wordt. In werkelijkheid gaat de lucht niet verder dan de longen, maar een uitzettend gevoel verspreidt zich doorheen gans het lichaam bij het

inademen, en een terugtrekkend gevoel heeft plaats bij de uitademing; dit gebeurt door het sattvische vermogen van bewustzijn.

In het begin observeert men aldus gans de interne ruimte, in het bijzonder tot de voetzolen en de handpalmen. Wanneer dit zonder weerstand gebeurt, verwekt dit een gevoel van aangenaamheid en heeft dit een goed resultaat. Wanneer dit aangenaam gevoel ontbreekt, is het resultaat negatief en kan er ziekte verwekt worden.

Beide uitvoeringen hebben voor gevolg dat de beweging van de ademhaling geleidelijk aan zachter wordt en dit veroorzaakt geleidelijk aan een zeer subtiële en steeds langer wordende onderbreking. De sattvische werking in het lichaam verhoogt het aangenaam gevoel, en vanaf dan kan de prana-werking gestopt worden zonder inspanning. De kracht van beheersing wordt uitzonderlijk sterk ingevolge de inertie van het lichaam. Alhoewel zowel de inwendige als de uitwendige pranayama beoefend wordt, geeft de auteur toch de voorkeur aan de uitwendige (sutra 1-34) omdat het vermogen tot de derde pranayama (stambha-vritti) spontaan optreedt na de onderbreking volgend op een uitademing. Men dient er eveneens rekening mede te houden dat volledig volle longen en totaal geleedigde longen de derde pranayama niet spontaan zullen aanvaarden; in dit geval is alleen de inwendige of uitwendige pranayama mogelijk.

2.... met inachtneming van tijd

De uitgestrektheid in tijd tot waar het bedwingen van de bewegingen van de adem geen spanning veroorzaakt, noch voor het inademen noch voor het inademen van de lucht, vormt een Udghata. Men mag dus niet gehaast zijn om na het uitademen opnieuw in te ademen of niet gehaast zijn na de inademing opnieuw uit te ademen. Men moet geleidelijk aan de bewegingen van de ademstroom leren bedwingen zodat de rustpozen tussen deze bewegingen steeds groter worden.

Normaal duurt 1 ademhaling 4 seconden (15 x per minuut). Op deze basis leert men gedurende de tijd van 12 normale ademhalingen één Udghata uit te voeren, d.w.z. uitademen, stoppen, inademen en stoppen duurt 48 seconden (men noemt dit de eerste Udghata). Men kan aldus verder gaan en de tweede Udghata toepassen, d.w.z. uitademen, stoppen, inademen en stoppen duurt de tijd van 24 normale ademhalingen of 96 seconden. Er bestaat ook een derde Udghata die 144 seconden duurt. Volgens Hariharananda is dit de beste Udghata.

Een gemakkelijkere methode bestaat erin alleen maar de inademing en de uitademing zo lang mogelijk te onderbreken zonder spanning en zonder de tijd te tellen. Het tellen kan gebeuren met het mentaal herhalen van OM of japa~pranava.

In werkelijkheid vereist de toepassing van pranayama met inachtneming van tijd geen strikte regels. Het komt er in hoofdzaak op aan dat men de uitvoering niet opdrijft en geen spanning verwekt. Lang betekent dus een lange tijd en subtiel betekent dat de ademstroom bijna onvoelbaar wordt. Wanneer een dun katoenpluisje aan de top van de neus gehouden wordt en niet beweegt, duidt dit op een subtiële ademhaling. Y.S. 2.51

De vierde (ademcontrole) gaat verder dan hetgeen waarmee de uitwendige en de inwendige (controle) te maken hebben.

De praktijk van deze pranayama zal ongetwijfeld ook haar betekenis verklaren. Daarom hier de praktische uitvoering als uitleg.

Om te beginnen moet men ontspannen neerzitten. De uit- en inademing gebeurt door de

beweging van het middenrif. Een goede voorbereiding is ongetwijfeld de kapalabhati (zuiverende ademhaling) of de bhastrika waarbij men het middenrif ten volle leert gebruiken. De uitademing wordt zo ver mogelijk uitgevoerd, traag en volledig. Dit zal de inadembeweging min of meer doen versnellen. In ieder geval moet het inademen gebeuren met uitzetting van de buik. De uitademing gaat gepaard met het leegmaken van de geest en deze staat moet aangevoeld worden over gans het lichaam. Na het inademen ontstaat er een gevoel van volheid dat zich eveneens over gans het lichaam uitstrekt. Door de aandacht op deze gevoelens te vestigen gaan ze zich verdiepen en uitbreiden. Iedere staat heeft het hart als middelpunt. Het stoppen van de adem moet een gevoel van comfort en niet van spanning oproepen. Elke onderbreking moet als aangenaam overkomen. Ze moet de uitbreiding zijn van de natuurlijke ademhaling en daardoor transcendeert ze de andere pranayama's.

### **Besluit.**

Het onderbreken alleen van de werking van prana of het beheersen van de vitale energie, is niet de yogische pranayama van de vierde trede in de Patanjala-yoga. Er zijn inderdaad mensen die de functies van prana kunnen bedwingen en hun macht over de vitale energie demonstreren door zich gedurende uren of dagen te laten ingraven. Dit is geen yoga en ook geen samadhi.

De prana-ayama = het op een natuurlijke wijze laten doorstromen van prana en de verschillende fasen ervan laten verlengen met de bedoeling dat daardoor dezelfde rustige beweging van de geest zal volgen, waaruit de concentratie (dharana-dhyana-samadhi) zal tot stand komen. Dat is pranayama in de Patanjala-yoga.

Twaalf pranayama's maken een prathyahara, twaalf prathyahara's maken een dharana, twaalf dharana's maken dhyana, twaalf dhyana's maken samadhi.

-o0o-

W. INGELS YOGALERAAR HALASANA -1983

# **Hoofdstuk18. Tekststudie van het derde boek VIBHUDIPADA; SAMYAMA**

## **1. Inhoud en overzicht van het derde boek. (Wonderbare gevolgen.)**

Het derde boek van de Sutra handelt over de toepassing van de inwendige middelen; de hogere trede van de yogabeoefening en het rechtstreekse resultaat dat daaruit voortvloeit. Eerst wordt de betekenis uitgelegd van de begrippen DHARANA - DHYANA - en SAMADHI (sutra's 3.1- 3.2 - 3.3). Het gevolg van SAMYAMA, dat zijn deze drie samen, ook concentratie genoemd, is intuïtief inzicht wordt uitgelegd in de sutra's 3.4 en 3.5. Daarna wordt de vraag gesteld hoe de Samyama gebeurt, d.w.z. op welk niveau ze plaats heeft. Het antwoord is dat dit zowel op een grof als op een subtiel object kan gebeuren (sutra 3.6)

Verder worden de drie (Dharana, Dhyana en Samadhi) voorgesteld als inwendige middelen t.o.v. de eerste vijf treden maar als uitwendige middelen t.o.v.'

ASAMPRAJNATA-SAMADHI'

(sutra's 3.7 en 3.8). Daarna geeft Patañjali de nodige uitleg over 'Asamprajnata-samadhi'

De karakteristieken ervan worden één voor één voorgesteld nl.:

- \* Het voortbrengen van indrukken van afsluiting (sutra 3.9).

- \* Het rustig stromen van het M.C. (sutra 3.10).

- \* De éénpuntige gerichtheid (sutra 3.12).

- \* De verzinkingsmutatie (sutra 3.11).

- \* De wijze waarop deze éénpuntige gerichtheid en de andere karakteristieken zich voordoen t.o.v. modaliteit (verschijningsvorm) tijdscoëfficiënt en intensiteit (duurzaamheid) der grove elementen en organen (sutra 3.13).

De wijze waarop de wijziging der grove elementen en organen zich gedragen in de evolutie van Prakriti, wordt voorgesteld, en de vaste volgorde van de evolutie wordt aangetoond (sutra's 3.14 en 3.15). Verder worden de resultaten besproken van de concentraties d.w.z. de voordelen of de buitengewone gaven die uit de toepassing ervan voortspruiten naargelang de aard van het object dat als concentratieobject gebruikt wordt. (sutra's 3.16 tot 3.53).

Tussendoor wordt ook de aandacht gevestigd op het feit dat er gevaar schuilt in het zich hechten aan deze resultaten.

Tot slot volgen nog twee vragen: 'Hoe ontstaat intuïtieve kennis?' (sutra 3.54), en 'Wanneer ontstaat al-éénheid?' (sutra 3.55).

## **2. De inwendige middelen.**

Alhoewel er reeds ruime aandacht besteed werd aan de betekenis van de Samyama (dharana, dhyana en samadhi) zie m.y.b. nr. 43, wil ik, aan de hand van de sutra's die er een afzonderlijke uitleg over verstrekken - het zijn namelijk de drie laatste treden van het achtredig pad - nog eens met Patañjali's woorden de betekenis ervan voorstellen.

1° DHARANA - FIXEREN.

Patañjali geeft eerst de omschrijving van Dharana, als het vastzetten van het M.C. op één plaats. (3.1).

### **1.Desh\_Bandah Chittasya Dhāranā**

**Fixeren is het vastzetten van het mentaal complex op één plaats.**

Deze plaats is feitelijk het voorwerp van concentratie. Dit voorwerp is dikwijls een lichaamsdeel, zoals de punt van de neus, het licht in het voorhoofd tussen de ogen, de lotus van het hart, enz. Indien het concentratiepunt een uitwendig object is, wordt het in de bewustzijnsfunctie weerspiegeld. Aan object op diverse plaatsen in het lichaam

vastgeklonken en wordt daar aanschouwd. Deze lichamelijke plaatsen behoren tot een ingewikkelde mystieke fysiologie.

Het gaat hier wel degelijk om het vastzetten van Citta (het mentaal complex). Citta omvat zoals er reeds is gezien, de bewustzijnsfunctie, (buddhi), het verstand (manas), de ego-functie (ahankara). Dus deze drie samen of het geheel van de functies dat door prikkels van buiten af diverse vormen kan aannemen en gekleurd worden door eigen gevoelens, moet dus vastgezet worden. De bewustzijnsfunctie speelt bijgevolg ook een rol t.a.v de vervorming van Citta, aangezien zij de grondbasis is waarin het kennislicht van het Zelf opgevangen wordt. Zo lang deze grond-basis, die zeer sattvisch is, (vervormd wordt door gewone objecten), kan het Bewustzijn van het Zelf niet tot zijn recht komen. Het belang van de vastzetting moet niet onderschat worden, want ook het verstand (manas) d.w.z. het redeneren, en de ego-functie (ahankara) of het centraliserend principe waardoor het opgevangen beeld bewust genoten wordt, moeten samen op één plaats, zoals G.M.Koelman zegt op één object vastgezet worden om verdere verstrooiingen of versnippering te vermijden. Vyasa en Vacaspati geven eveneens als vastzettingsplaats: de navel, de hartlotus, het centrum in het voorhoofd, de top van de neus of de tong, het verhemelte of een uitwendig object dat in de geest genomen wordt, a.h.w. verinwendigd. Hariharananda voegt daar nog aan toe dat dharana of vastzetting ook reeds tijdens de pranayama kan toegepast worden als een vorm van 'meditatie'.

## 2° DHYANA - AANDACHT.

De tweede fase van Samyama is Dhyana, door Ptañjali omschreven als zijnde het éénvormig -zonder- wijziging, daar, op deze plaats verblijven van Citta (het mentaal complex). Dan alleen neemt Citta de vorm aan van dit object..., van deze plaats waarop het vastgezet werd.

### **2.Tatra Pratyaya\_Eikatānatā Dhyānam**

**Aandacht is het eenvormig uitstrekken van de voorstelling daar (op die plaats).**

Wanneer het voorwerp in de bewustzijnsfunctie beweegloos voortduurt wordt men dit voorwerp gewaar omwille van het bewustzijnslichaam; dit onverstoord waarnemen is 'aandacht'.

Het vasthouden van het concentratie-object moet zo stevig zijn, dat er geen enkele ander gedacht de denkfunctie kan binnendringen. Het moet een oplettende starende en onbeweeglijke verstandsblik zijn die zonder redeneren, de intentionele voorstelling van het object van de concentratie vasthoudt, gedurende(twaalfmaal twaalf yoga)-ademhalingen, die zullen vertragen naarmate de denkfunctie éénpuntig gericht blijft. Dhyana wordt meestal vertaald door het woord'meditatie', maar men ziet hoe dit begrip een andere betekenis kan geven aan het 'éénvormig-zonder-wijziging' op één plaats vertoeven van het mentaal complex.

-Het japanse woord ZEN is ook van het woord Dhyana afgeleid: komende van jhan...chan...zen.

## 3° SAMADHI - VERZINKING.

We hebben reeds vroeger Samadhi vertaald door verzinking of opslorping. Wat zegt Patañjali over Samadhi?

### **3.Taveva\_Artha\_mātra\_nirbhāsam Svarupa\_shunyam\_Iva Samādhihi**

**Verzinking is het oplichten van uitsluitend dat (voorgestelde) zonder iets meer, alsof (de voorstellingsdaad zelf) geen eigen natuur had.**

Wanneer de aandacht verdiept, staat er in het bewustzijn niets anders dan dat voorwerp; zodanig, dat zelfs het bewustzijn van de kennisactiviteit en van het uitvoerend subject

afwezig is: dit is verzinking of opslorping.

Patañjali zegt dus dat het object van de concentratie volledig overheerst en het volledig mentaal complex in beslag neemt. De bewustzijnsfunctie, de ego-functie en het verstand worden volkomen overheerst of in beslag genomen: er is dus concentratie. Vyasa en vacaspati vertalen deze hoogste vorm van overheersing door concentratie. Dikwijls wordt 'opslorping' vertaald door contemplatie of gebed. Het is dus geen van beiden. Hier wordt geen verrijking van de menselijke geest bedoeld, maar het uitdoven van het verstand. Er worden geen gevoelens aangewakkerd, ze worden, zoals Koelman zegt, uitgehongerd. Zelfs wanneer er in de hogere graden van concentratie bovennormale intuïties ontstaan, zijn ze altijd van bijkomend belang en hebben geen morele waarde. Levitatie en andere fysische perfecties zijn alleen en uitsluitend fysische resultaten die het geestelijke Zelf geenszins ten goede komen.

#### 4° SAMYAMA - CONCENTRATIE.

De drie voorgaande : dharana, dhyana en samadi, worden door Patañjali samen Samyama genoemd in de volgende sutra.

#### **4.Trayam\_Ekatra Samyamah**

**De drie (voorgenoemde) gelijktijdig beoefend is concentratie.**

Vastzetting, aandacht en verzinking zijn de bestanddelen van concentratie. Concentratie beklemtoont de inspanning, terwijl het wegzinken in het concentratiepunt aangeduid wordt door het woord 'Samapatti' d.w.z.: intentionele vereenzelviging.

Het samengaan van deze drieledige oefening wordt onderlijnd in de betekenis van geleidelijk temmen van het mentaal complex dat de vast moet blijven op dit ene object. Daardoor wordt het ook gelijkvormig aan dat object. Er ontstaat dus perfecte overeenstemming van het M.C. met het object van concentratie, en die gelijkvormigheid wordt 'samapatti' genoemd.

#### 2. Resultaat van Samyama

Het resultaat van deze oefening van beheersing is diep inzicht of directe waarneming in het wezen der dingen: Patañjali noemt dit intuïtief inzicht.

#### **5.Tajjyāt\_Prgya\_Lokah**

**Als gevolg van het beheersen van deze (concentratie) komt het intuïtief inzicht.**

Het intuïtief inzicht is een directe waarneming. Wanneer deze perfect is wordt het object in zijn diepste realiteit direct waargenomen met al zijn determinaties, niet door aaneenvoeging van zulke determinaties, maar ineens, als een geheel.

Voor hen die zouden denken dat deze hoge vorm van concentratie het eindpunt betekent in de yoga van Patañjali, wordt hier geen gelegenheid tot twijfel gelaten. Concentratie of Samyama doet intuïtief inzicht ontstaan, dus nog niet de staat van bevrijding 'kaivalya', want hier is het stilleggen van het M.C. nog niet bereikt.

In het volgende hoofdstuk zullen we vernemen hoe de concentratie verder verloopt.

## **Hoofdstuk 19. Vervolg tekststudie van het derde boek VIBHUDIPADA; Hoe verloopt de concentratie? (Sutra 3.6 tot 3.13).**

Alvorens nu verder te gaan met het thema 'Intuïtief inzicht' dat geleidelijk aan evolueert naar intuï-tiefve kennis van het diepe onderscheid tussen Prakriti en Purusha (onderscheidmakend inzicht), zal Patañjali eerst nog wat uitleg geven over de concentratie zelf, beginnend met het onderscheid tussen samprajnata- samadhi en asamprajnata-samadhi.

Hoe verloopt de concentratie?

1\* Samprajnata-samadhi.

Hier stelt Patañjali de beoefenaar in de gelegenheid de concentratie te leren beoefenen, door aan te tonen dat ze op verschillende niveaus van aandacht kan plaats hebben. Ze kan immers plaats hebben door gebruik te maken van een grof object als concentratieobject of van een subtiel object als concentratieobject. De inspanning zal minder zwaar zijn wanneer men zich op zich op een grof object concentreert.

### **6.Tasya Bhumishu Viniyogah (Het beoefenen) van deze (concentratie) geschiedt op verschillende niveaus.**

Men kan concentreren op grofstoffelijke of op subtiële objecten, op het waarnemingsproces en op de waarnemer-uitvoerder. Elke van deze verschillende concentraties kan in verwarde of niet verwarde intentionele vereenzelviging bestaan. Er zijn dus vier niveaus waarop men kan concentreren, naargelang het object van concentratie nl. 1.grof object - 2.subtiel object - 3 waarnemingsproces als object, en 4 de uitvoerder (waarnemer) als object.

1. Op een grof object: dit object kan gelijk wat zijn, voortkomende uit het evolutieproces van Prakriti dat de grofstoffelijke dingen doet ontstaan. Elk voorwerp kan daarvoor in aanmerking komen. Het element afbeelding zal steeds de verstandinhoud domineren.

2. Op een subtiel object: de subtiële entiteiten kunnen behoren, ofwel tot de objectieve evolutielijn van Prakriti en bestaan uit een van de objectieve algemeenheden (tanmatra's) zoals het gevoel, het geluid, de kleur de smaak en de reuk, ofwel tot de subjectieve evoluties, en dan zal het object van concentratie om het even welke substratieve oorzaak zijn zoals bv. de ego-functie (ahankara) Deze laatste zijn dus concrete individuele en fysische entiteiten. Hier bestaat wel het gevaar, dat het voorwerp van de concentratie op subtiële objecten, meer bloot gesteld is aan de werking van het verstand dat de voorstelling ervan kan overheersen.

3. Op het proces van de waarneming: men kan zich concentreren op de activiteit van het denken en deze als concentratiepunt nemen. Dit proces van waarneming behoort tot de subjectieve-objectivo-realiteiten en is hoofdzakelijk rajasisch van uitwerking. Dit vereist een diepere concentratie

4. Op de uitvoerder: Men kan dus ook het subject van de denkactiviteit als object van concentratie nemen. Dit is ook een subjectivo -objectieve realiteit, maar ze staat dichterbij het zuivere sattvam waarin het Bewustzijnslicht weerspiegeld wordt. De concentratie heeft dus gradaties of niveaus naargelang de overheersende guna in het voorwerp van deze concentratie.

Na deze verklaring van Patañjali i.v.b. met de niveaus van concentratie, wil hij nu verduidelijken welke soort middelen de drie (dharana, dhyana en samadi) zijn in het kader van zijn yogapad.

### **7.Trayam\_Antaranga Purvebhyah**

**(Deze) drie zijn inwendige middelen in vergelijking met de vorige (middelen. nl. onthouding en voorschriften).**

Concentratie met objectief bewustzijn is een bestanddeel van de inwendige yoga, terwijl de onthoudingen en de voorschriften slechts uitwendige middelen zijn die het mentaal complex niet rechtstreeks controleren. Maar tegenover wat nu volgt, zegt dat deze drie toch nog als een uitwendige oefening te beschouwen zijn, aangezien daar geen object meer zal aan te pas komen.

2\*Asamprajnata -Samadi.

Patañjali geeft hier de diepere betekenis van de term 'Asamprajnata-Samadhi'

### **8.Tadapi Bahiranga Nirbijasya**

**Zelfs deze (drie) zijn uitwendige middelen voor de zaadloze (concentratie).**

De concentratie met objectief bewustzijn is nog niet de perfecte yoga, aangezien er nog waarnemingsgolven nodig zijn. De perfecte yoga is de concentratie van afsluiting op de zaadloze concentratie waar er geen bewustzijn van object overblijft.(zie Sutra 1.18).

Wat verstaat Patañjali onder Zaadloze-concentratie?

De concentratie waar het 'één-zijn' met het object van concentratie bereikt wordt met een object laat steeds indrukken na die later zullen ontkiemen, d.w.z. dat er nog geen volledige stillegging van het mentaal complex zal uit volgen, niettegenstaande het M.C. geconcentreerd blijft op dit ene object.

Wanneer echter de concentratie beoefend wordt zoals in de sutra 1.18 werd aangehaald, dan ontstaat er geen 'zaad' meer dat zou ontkiemen en de stillegging beletten. In de volgende sutra geeft Patañjali de omschrijving van deze afsluiting.

### **9.Vyuthān\_Nirodha\_Sanskārayoh Abhibhava\_Prādurbhavau**

**Nirodha\_Kshana\_Chitta\_Anvayo Nirodha\_Parināmah**

**Het onderdrukt worden van de verzonken indrukken van opkomend denken, en het te voorschijn- komen van de verzonken indrukken van afsluiting, de twee vormen de afsluitingsmutatie, die immanent is aan het mentaal complex op (elke) stonde dan de afgesloten toestand.**

Alles wat Prakriti is bestaat uit de gunas die in de gewone toestand nooit zonder mutatie zijn. Men kan zich afvragen of er mutaties zijn in verzinking en in afsluiting. De sutras 3.9-3.11 en 3.12 geven daarop antwoord:

Sutra 3.9 omschrijft de mutatie van afsluiting: ze is immanent aan het M.C., steeds in werking.

Sutra 3.11 omschrijft de mutatie in de concentratie met objectief bewustzijn (zie verder 3.11).

Sutra 3.12 omschrijft de mutatie van éénpuntige gerichtheid (zie 3.12).

Sutra 3.13 voegt daar aan ot dat deze drie soorten mutatie ook toepasselijk zijn op alle Prakriti-dingen. Het verdrukt worden van opkomend denken in concentratie van afsluiting, is te wijten aan het werkzaam worden van de bezinksels van afsluiting die de bezinksels van opkomend denken tegenwerken. Dit verdrukt worden en dit tevoorschijn komen gebeuren aanhoudend, op elk moment van de toestand van afsluiting; het is dus een hele reeks van mutaties. Dit alles komt omwille van de voortdurende veranderingen van



Prakriti, het principe van voortdurend produceren en transformeren.

3\* Eigenschappen van de zaadloze concentratie

Patañjali geeft nu verder de eigenschappen aan van deze vorm van concentratie.

1° Er ontstaat afsluitingsmutatie.

Reeds eerder (zie Sutra 2.15) heeft Patañjali uitgelegd dat de steeds veranderende werking van de drie gunas niets dan lijden betekent. Door de concentratie van afsluiting stoppen deze veranderingen, zodat er geen verder lijden meer kan ontstaan.

2° Het mentaal complex stroomt rustig.: De verzonken indrukken van afsluiting zorgen voor de rust.

### **10.Tasya Prashānta\_Vāhitā Sanskārāt**

**In zulk (mentaal complex) is er rustige stroming omwille van de verzonken indrukken (v.afsluiting)**

De verzonken indrukken van waarneming beletten meerdere waarnemingen voort te brengen door de tegenovergestelde indrukken die objectief bewustzijn afsluiten. De mutaties van het mentaal complex in afsluiting vloeien dus rustig voort zonder onderbroken te worden door het opkomen van objectief bewuste waarneming.(zie Sutra 1.18).

3° Er is verzinkingsmutatie in het M.C.: de verstrooidheid valt weg...men is niet meer bezig met andere dingen. De concentratie wordt ook steviger zoals gezegd wordt in de volgende sutra.

### **11.Sarvārthatā\_Ekāgratayoh Kshayodayau Chittasya Samādhi\_Parināmah**

**Het verdwijnen naar-alle-dingen-gerichtheid, samen met het opkomen van éénpuntige gerichtheid, is de mutatie van verzinking van het mentaal complex.**

Het zelfde principe als in sutra 3.9, In verzinking is er waarneming, maar onophoudend van het zelf- de object. De verzonken indrukken van naar-alle-dingen-gerichtheid worden tegengewerkt door de verzonken indrukken van éénpuntige gerichtheid. Hier ook, zoals in sutra 3.9 is er een ononderbroken reeks van tegenstrijdige bezinksels.

In alle concentraties met voorwerpsbewustzijn (samprajnata-samadhi) is er nog activiteit van voorstelling en heeft er dus nog wijziging plaats in de denkfunctie. Deze activiteit laat sporen na (verzonken indrukken) die gelijkaardige toestanden zullen voortbrengen.

Naarmate deze toestanden frequenter worden, worden de concentraties steviger. Ze worden als een gewoonte en de concentratie, of het éénpuntig richten van de aandacht wordt gemakkelijker, perfecter en langduriger.

4° Er is mutatie van éénpuntige gerichtheid:

### **12.Tatah Punah Shantoditau**

**Tulya\_Pratyayau Chittasya\_Ekāgratā\_Parināmah**

**Dan weer, wanneer de voorbijë en de opgekomen voorstelling gelijkvormig elkaar opvolgen, is er in het mentaal complex de mutatie van éénpuntige gerichtheid.**

De reeks voorstellingen van één en hetzelfde object, zonder onderbroken te worden door andere voorstellingen, is de mutatie van éénpuntig-gerichtheid. Dit wil zeggen dat verzinking in één en hetzelfde object steviger en ouder wordt, terwijl de naar-alle-dingen-gekeerdheid zwakker en zwakker wordt. De éénpuntige gerichtheid wordt dus opnieuw gevolgd door eenpuntige gerichtheid...het beeld dat continu stroomt, wordt (omdat hetzelfde beeld zichzelf opvolgt in tijd) steeds steviger.

Deze opeenvolging noemt Patañjali 'mutatie'-in de tijd; d.w.z. gedurende de tijd dat het M.C. op dit object gefixeerd blijft..

5° Het zelfde doet zich voor t.o.v. de modaliteit, de tijdscoëfficiënt en de intensiteit der grove dingen zoals we lezen in de volgende sutra waar Patañjali uitlegt dat de mutaties (de opeenvolgende beelden) steviger worden naargelang deze opeenvolging. De mutaties zijn ook terug te vinden bij de grove elementen en de organen. We zien hier dus ook dat de evolutie der materiële dingen bijkomende wijzigingen ondergaan.

### **13.Eitena Bhuta\_Indriyeshu**

#### **Dharma\_Lakshan\_Avasthā\_Parināmā Vyākhyātāh**

**Door (de omschrijving) van deze (drie mutaties) zijn eveneens verklaard, de mutaties van modaliteit, van tijdscoëfficiënt en van intensiteit, die in de (grove) elementen en in de organen gebeuren.**

In sutra 3.9, 3.11 en 3.12 was er sprake van de verschillende mutaties in een concentrerend M.C.

Aangezien voorstellingen en ook afremming van voorstellingen determinaties zijn van het M.C., is ook de oneindige reeks mutaties verklaard die niets met de concentratie, maar met de bestaansvormen van de Prakriti-realiteiten te maken hebben. Aldus is afsluiting een modaliteit van het M.C. evenals het opkomen van één en dezelfde waarneming. Die modaliteit verschuift in tijd en wordt dus aangetast door de tijdscoëfficiënt. Door de ononderbroken opeenvolging van die modaliteit, groeit de intensiteit (stevigheid) van de modaliteiten. Modaliteit van tijdscoëfficiënt en intensiteit, zijn dus ook mutaties van elementen; bv.:klei die de vorm aanneemt van een kruik is een modeliteits-mutatie, het bijblijven van deze vorm gedurende een zekere tijd, impliceert tijdsverschuiving, en daardoor de mutatie van tijdscoëfficiënt, d.w.z.: de kruik wordt ouder., die vorm (kruik) wordt steviger en intenser..

Ik besluit hier deze aflevering met de aanhaling van het yoga-principe dat alles wat Prakritisch is, bestaat uit de drie gunas die nooit ophouden noch beginnen te bestaan. Door de concentratie op deze op de wijzigingen van de Prakriti-objecten verwerft de yogi kennis van het heden, verleden en toekomst.(Zie m.y.b. nr. 40 voor meer uitleg over de evolutieleer van de yoga).

## **Hoofdstuk 20. Vervolg tekststudie van het derde boek Vibhudipada; DE MUTATIES (Sutra 3.14 en 3.15).**

### 1. DE OPEENVOLGING VAN DE MUTATIES.

In sutra 3.13 heeft Patañjali de aandacht gevestigd op de mutaties. Met mutaties bedoelde hij de opeenvolging van de wijzigingen die zich voordoen in de evolutie der dingen. Hij beweert dat de wereld van de Praktiti-dingen een reeks op elkaar volgende mutaties moet ondergaan om het ontstaan, de duurzaamheid en het vergaan der dingen te verwezenlijken. Hiermede bewijst hij ook het werkelijke bestaan der dingen. Hoe grof of subtiel ze ook zijn, de dingen wijzigen voortdurend, zelfs gedurende de tijdspanne dat wij ons concentreren op één van deze dingen.

De drie fundamentele wijzigingen zijn:

1° de modaliteit = de verschijningsvorm of de uiterlijke kenmerken.

2° de tijdscoëfficiënt = de plaats in de tijdsband van het Prakriti-verschijnsel.(verleden-

3° de intensiteit = de duurzaamheidsgraad van het verschijnsel: hoe vast of stabiel?

Het ontstaan, het voortbestaan en de duurzaamheid der dingen werd door Patañjali als voorbeeld genomen van de wijze waarop we het ontstaan en het verloop van de concentratie moeten zien. Ze ontstaat langzaam en wordt steviger naarmate ze beoefend wordt en voortduurt.

In de volgende sutra's gaat hij nog even verder met de uitleg hoe hij de cyclus van de evolutie der dingen ziet.. Hij wil dus a.h.w. de begonnen uiteenzetting in sutra 3.13 verder zetten. Wellicht om, i.v.b. met het aansnijden van het thema der evolutie, nuttelose of onbeantwoorde vragen te vermijden; Daarom gaat hij nu verder in Sutra 3.14 met de volgende vragen :

### 2.HOE WORDT DE OPEENVOLGING GEREGELD?

#### **14.Shānta\_Udita\_Avyapadeshaya\_Dharmānupātī Dharmīi**

**De subtractieve grond schikt zich naar de determinaties,(d.w.z.) de (reeds) verzonken, de (nu) opgekomen en de (alsnog) onbeschrijfbare (determlinaties).**

In de eindeloze reeks mutaties van een Prakriti-realiteit bestaat er samenhang: een relatief vaste basis (die toch zelf een wijziging is van de Prakriti-grondoorzaak), ondergaat onophoudend mutaties. Deze zijn het gevolg van determinaties die in de bepaalde basis tegenwoordig zijn. Zij behoren tot het verleden (rustend), tot de nu gemanifesteerde tijd (opgekomen), of tot de toekomstige tijd (onbeschrijfbaar). De opeenvolging van de mutaties hangt af van de Karma.

Volgens de yogaleer is Prakriti één enkel substantieel geheel met ontelbare determinaties. Deze kunnen bestaan in het verleden, in het heden of in de toekomst, maar ze zijn allen even echt. Enkel de tijdsvorm verschilt. Het kennen gebeurt in de bewustzijnsfunctie, onder bestraling van het bewustzijnslicht; iets kennen is dus de weerspiegeling zien van het ding-op-zichzelf. Wanneer de yogi, door perfecte éénpuntige concentratie de volledige passieloosheid, de onverstoorbare kalmte, en de zuiverheid van Sattvam heeft bereikt, dan zal het ding-op-zichzelf, waarop hij zich concentreert, tot in de diepste guna-wijzigingen weerspiegeld worden zonder enige beperking, verandering of verkleuring. De yogi zal dus het voorwerp van concentratie zien in zijn absolute toestand, zonder enige beperking. Hij zal dus alwetend worden, wanneer hij de gunas als voorwerp tot concentratie neemt.

Elke beweging van de drie gunas gaat doorheen de drie tijdsveranderingen, maar blijft steeds een werkelijkheid. Deze werkelijkheid vindt haar zekerheid in het feit dat niets uit het niet-bestaande kan voortkomen, en dat het bestaande niet vernietigd kan worden (wel

van vorm veranderen). Alleen de tijdsvormen veranderen, nl. verleden, heden en toekomst, maar een realiteit die eenmaal heeft bestaan, kan nooit tot niet-bestaan komen. De opeenvolging der mutaties (evolutie der dingen) wordt dus geregeld naargelang de:  
1° Reeds verzonken indrukken.

De karmawet werkt ondubbelzinnig elke verzonken indruk uit, die achtergelaten wordt door vroegere daden. Deze verzonken indrukken behoren dus tot het verleden maar ze wachten op een nieuwe vormgeving die in de toekomst zal plaats hebben; ofwel zijn ze op het ogenblik nu aan de orde, en bezig vorm te krijgen.

2° Opgekomen indrukken.

Wanneer ze nu opkomen dan is de werking volop bezig en niet tegen te houden. De werking van de evolutie gaat haar gang volgens het zaad en de kiemkracht van de verzonken indrukken, welke nu tot ontplooiing komen. Deze ontplooiing is het gevolg van het steeds wentelend rad der wedergeboorte dat niet gestopt werd door Zelfrealisatie waaruit de bevrijding of Kailvalya ontstaat.

3° Nog niet opgekomen indrukken.

De mutaties die te wachten staan, zijn reeds geprogrammeerd maar nog niet zichtbaar. Ze blijven in de toekomst en zullen pas naar het heden afdalen wanneer de tijd gekomen is dat de nieuwe evolutie aanbreekt of dat nieuwe vormen nodig zijn om het Zelf gevangen te houden in een bepaalde vorm. De zelfrealisatie kan deze nog niet opgekomen indrukken dus tegenhouden; dit is het ware na te streven doel in Yoga. (zie mijn artikel over dit onderwerp bij de uitleg van sutra 2.16).

De yoga-beoefenaar die er in slaagt het object van de concentratie volledig te doorgronden, ziet op deze wijze dus de ganse werking van de gunas tot in de diepste lagen. Deze werking staat nooit stil, tenzij voor het Zelf dat bevrijd wordt. Voor dit zelf is de opeenvolging der mutaties van geen tel meer. Ook de werking van de karmawet wordt doorbroken door de bevrijding van het Zelf.

De mutaties worden dus, zoals men ziet, veroorzaakt door de karmawet.

### 3. IS ER EEN VASTE VORM IN DE MUTATIES?

Patañjali zegt in sutra 3.15, dat de mutaties plaats hebben naargelang de volgorde wijzigt van de drie verschijnselen (modaliteit - tijd - intensiteit) Hun opeenvolging is dus de reden van de mutaties van de evolutie in Prakriti:

#### **15.Kramānyatvam Parināma\_Anyatve Hetuh**

**Het veranderen in de volgorde (van opeenvolgende modaliteiten, tijden of modaliteiten) is de reden van de volgorde in de (werkelijke) mutaties.**

Er is een vaste volgorde in de opeenvolging van de modaliteiten en van de intensiteiten. Een gegeven determinatie kan niet altijd ineens tot een gans andere determinatie overgaan; zo bv. kan papier niet onmiddellijk de modaliteit van een mens aannemen; papier verrot, wordt mest, wordt een plant, dan misschien een geit, en zo door de mens gegeten. Zo wordt ook de tegenwoordige tijd voorafgegaan door de toekomstige, en het verleden wordt voorafgegaan door de tegenwoordige tijd. De toekomst wordt echter nooit voorafgegaan. Aldus ook voor de mutatie van intensiteit: iets minder stevigs en jonger moet voorafgaan om steviger en ouder te worden. Elke moment van een modaliteitsmutatie is een aanschuiving van wat onmiddellijk verwant is aan de vorige toestand. Zo komt het dat sommige karma-bezinksels soms later in het leven, zelfs in een ander leven, soms na verschillende andere levens, hun vruchten kunnen voortbrengen. Naargelang de opeenvolgende determinaties onmiddellijk verwant zijn; m.a.w. naargelang de volgorde van de determinaties vooraf bepaald is, zullen de werkelijke mutaties zich ontwikkelen.

Naargelang de vordering op de weg van de bevrijding van het Zelf, wijzigen de drie gunas

het subject en de objecten. Indien het Zelf door de betovering van het kosmisch bestaan volledig wordt gedomineerd, zullen de drie gunas zowel in de persoon als in de voorwerpen, condities neigingen en aangelegenheden van het aardse type voortbrengen. Wanneer het Zelf op de weg van de bevrijding enigszins vorderingen heeft gemaakt, dan zullen de drie gunas hun greep verzwakken en meer bedarende toestanden verwekken in het subject en in het object.

De drie gunas vormen de ganse kosmos en zijn aldus aanwezig in alle wezens en soorten, maar steeds op de gepaste en juiste wijze, zodat ze door hun zeer afwisselende samenwerking, het bestaan vormen van elke soort en elk individu binnen zijn soort. Van chemische elementen worden ze planten, van planten dieren, van dieren mensen, en binnen elke soort geven ze het ontstaan van allerlei varianten en vormen en ervaringen. Voor de mens is geboren worden een nieuwe (ogenschijnlijke) vereniging van het Zelf met een Prakriti-organisme, lichaam en zintuigen, functies en gevoelens die individueel zijn voor ieder Zelf, en een voortzetting van vorige opgedane ervaringen die de morele-waarde-bezinksels, samen met de verschillende verzonken indrukken.

Tot daar de om- en beschrijving van de door Patañjali voorgestelde 'MUTATIES' Het volgende hoofdstuk zal handelen over de resultaten van de concentratie. Het eigenlijke onderwerp van het derde boek - 'Wonderbare gevolgen'.

## **Hoofdstuk 21. Vervolg tekststudie van het derde boek Vibhudipada; De wonderbare gevolgen (Sutra 3.16 tot sutra 3.24).**

### **4. DE RESULTATEN VAN DE CONCENTRATIE**

Na de uiteenzetting over de mutaties, hun opeenvolging en de regelmaat die in standgehouden wordt door de Karmawet stapt Patañjali nu over op het beschrijven of het voorstellen van allerlei resultaten die het gevolg kunnen zijn van de concentratie. We dienen ons vooral opnieuw goed te herinneren dat 'concentratie' het gevolg is van een samenvloeiing van de drie graden van fixering in het mentaal complex (citta). Samapatti ontstaat immers uit de opeenvolging van de drie treden van het achtvoudig pad (tw. uit dharana- dhyana-samadhi), en betekent dat er dan gelijkvormigheid ontstaan is tussen de guna's van het object van concentratie en deze van het mentaal complex. De yogi bereikt dus Samapatti en op dit ogenblik wordt het object van de concentratie volledig door hem/haar gekend tot in de diepste betekenis. Er is op dit ogenblik geen ander object aanwezig in zijn/haar mentaal complex. De aandacht is éénpuntig gericht op het object van de concentratie. Patañjali stelt in zijn sutra 25 objecten van concentratie voor, samen met de resultaten of de gevolgen ervan. We laten hem nu zelf aan het woord.:

**1. Concentratie op de drie mutaties.** - gevolg : kennis van verleden en toekomst.

#### **16. Parināma\_Traya\_Samayamāt Atiita\_Anāgata\_Jnānam**

**Door concentratie op de drie (voorgaande) mutaties, verkrijgt men kennis van (zijn) verleden en van (zijn) toekomst.**

De mogelijkheid van deze kennis ligt in het feit dat de ganse evolutie van Prakriti (de werking der gunas) geen verborgenheden heeft wanneer Samapatti ontstaat van het M.C. en het object van de concentratie. In deze sutra en ook in de sutra 49, 53 en 54 wordt over wonderbare effecten gesproken. De drie (modaliteit, intensiteitsvorm en tijdscoëfficiënt) zijn steeds actueel aanwezig in de subtractieve grond. Het verleden en de toekomst kunnen dus door de gevorderde yogi direct waargenomen worden. Dit echter in bijzondere gevallen van meesterschap. De yogi die zich ten volle kan concentreren op de drie gunas kan dus het ganse domein van de subjectieve en objectieve evolutie kennen. Het is voor de yogi tevens het bewijs dat de ingeslagen weg goed is. Het is ook een prikkel om deze weg verder te blijven volgen alhoewel Patañjali zal waarschuwen dat men er zich niet mag aan hechten.

**2. Concentratie op woord-ding-voorstelling.** - gevolg: alle geluiden van levende wezens worden begrepen.

#### **17. Shabda\_Artha\_Prtyayānām Itar\_Itar\_Adhyāsāt**

#### **Sankarh Tat\_Pravibhāga\_Samyamāt Sarva\_Bhuta\_Rut\_Jnānam**

**Aangezien woord en ding-op-zichzelf en voorstelling voor elkaar staan, is er verwarring; door concentratie op die (drie)afzonderlijk, verstaat (de yogi) de kreten van alle levende wezens.**

Ding-op-zichzelf, begrip en woord zijn verschillende realiteiten die door elkaar gebruikt worden

Dieren hebben zintuiglijke kennis; er is dus bewustzijn. De yogi kan concentreren op het mentaal complex van elk wezen dat met kennis begaafd is. Hij kan concentreren op de voorstelling die een dier heeft, en in een kreet uitdrukt; de yogi kent dus de betekenis van

deze kreet. Vyasa en Vacaspati leggen dit uit door de sphota-theorie. Deze theorie beweert immers dat de aaneenschakeling van letterklanken een vastgesteld beginloos woord en betekenis weergeven. De betekenis is conventioneel, maar toch van beginloze tijd overgeleverd en in het geheugen bewaard. De gevorderde yogi, aldus de yoga, kan door concentratie op bezinksels met deze betekenis en deze geluiden, de kreten van de dieren verstaan.

De concentratie op grove objecten kan eveneens gebeuren op het woord, op het ding zelf en op de voorstelling van het object, want volgens Patañjali zijn dit drie afzonderlijke realiteiten.

**3. Concentratie op verzonken indrukken.** - resultaat: kennis van vorige levens.

### **18.Sanskār\_Sākshāt\_Karanāt Purva\_Jāti\_Jnānam**

**Door directe waarneming van verzonken indrukken, is er intuïtieve kennis van vorige geboorten.**

Niet alleen de details van zijn huidig leven (sutra 16), maar zelfs van zijn verleden levens kan de gevorderde yogi kennen, aangezien de verzonken indrukken van die levens, en de ondervinding ervan nooit vernietigd worden. Patañjali betoogt dus dat de kennis van de werking der gunas niet beperkt is tot wat er nu zichtbaar is. Ook van wat vroeger gebeurde en dus indrukken heeft nagelaten, kan de werking gekend worden wanneer men op deze verzonken indrukken concentratie uitoefent. Men zal daartoe echter slechts in staat zijn wanneer men trapsgewijze bekwaam wordt één te worden met die fijnere achtergronden.

**4.Concentratie op iemands mentaal complex.** -gevolg: Men kan iemands gedachten lezen.

### **19.Pratyayasya Parachitta\_Jnānam**

**(Door concentratie) op (iemand anders) voorstelling, (kan de yogi intuïtie hebben van het mentaal complex van die andere.**

De gezaghebbende commentaren geven geen uitleg. Het is misschien (aldus Koelman) omdat een voorstelling een determinatie is van het mentaal complex, zodat, door het concentreren op die voorstelling de subtractieve basis ervan ook waargenomen wordt? De perceptie van de mentale basis zou misschien wel de andere voorstellingen en gedachten (die eveneens determinaties zijn) kunnen opleveren? Dit is een mogelijke verklaring. Hier zegt Patañjali dus dat de yogi die in staat is elke wijziging van de gunas te kennen, deze wijzigingen ook kan kennen wanneer ze zich voordoen in het M.C. van iemand anders. Er dient echter wel op gewezen dat de concentratie moet gebeuren op de inhoud (op de voorstelling) en daarvoor moet het eigen M.C. volledig leeg zijn. Patañjali komt enigszins ter hulp om de betekenis van deze sutra toe te lichten. We weten dat de concentratie slechts op één ding afzonderlijk mag gebeuren wil men het gewenste resultaat bereiken. Hij zegt het in de volgende sutra.

### **20.Na Cha Tat Sa\_ālambanam Tasya\_Avishayii\_Bhutatvāt**

**Maar toch niet samen met de objectieve steun van die (voorstelling, aangezien deze (steun) buiten het concentratieveld (van de yogi) ligt.**

Deze sutra ontbreekt in sommige uitgaven; het is een verdere uitleg van de vorige sutra. De yogi kan wel de gedachten van een ander persoon kennen, maar niet het ding-op-zichzelf waarop deze gedachten opgebouwd zijn. Het object van de concentratie ligt immers buiten het concentratieveld van de yogi en maakt dus geen deel uit van zijn M.C.

Men kan bijgevolg niet op het zelfde moment én het M.C. én de inhoud ervan kennen.

**5. Concentratie op de straling die het lichaam zichtbaar maakt.** -: Men kan onzichtbaar worden.

**21. Kāya\_Rupa\_Samyamāt Tada\_Grāhiya\_Shakti\_Stambhe  
Chakshuh\_Prakāsh\_Asamprayoge Antardhānam**

**Door concentratie op de uitwendige gedaante van (zijn) lichaam, wanneer de energie die deze (gedaante) waarneembaar maakt, stopgezet wordt (door de yogi) en daarom de ogen (van een toeschouwer) niet in aanraking komen met zijn (stopgezette gedaante -) uitstraling, wordt (de yogi) onzichtbaar.**

De uiterlijke vorm van een lichaam is zichtbaar, (aldus de yoga) omwille van een aangeboren kracht die de gedaante actief uitstraalt. De yogi kan deze kracht beheersen. Indien hij deze energie afsluit gebeurt er dus geen gedaante-uitstraling. De ogen van een toeschouwer kunnen dus niets opvangen, en de yogi is onzichtbaar.

In sommige uitgaven wordt deze sutra gevolgd door een andere sutra waarin gezegd wordt dat de yogi zich 'onhoorbaar' kan maken; de aangegeven reden is evenzeer een aangeboren kracht die de yogi kan stopzetten. Deze ingelaste sutra wordt door gezaghebbende commentatoren aanzien als interpolatie en "wij (aldus Koelman) vermelden deze sutra niet".

**6. Concentratie op de morele waardebezinksels.** -: Men kan zijn naderend einde kennen.

**22. Sopakramamam Nirupkramamam cha Karma**

**Tat\_Samyamāt\_Aparānta\_Jnānam Arishtebyho Vā**

**Het morele-waarde-bezinksel is naderend of niet naderend; door concentratie op deze (twee) verkrijgt men intuïtieve kennis van het naderend einde (nl. de dood). (Dit kan men ook kennen) door de voortekens (van het einde).**

Karma-bezinksels kunnen reeds aan het kiemen gegaan zijn onder gunstige omstandigheden ofwel inactief blijven als gezond zaad, tot het in het toekomstig leven of later, gunstige omstandigheden zal ontmoeten. Door concentratie op de bezinksels, die met het tijdscoëfficiënt bezegeld zijn, kan de yogi het moment en de manier van zijn dood kennen. Hij kan dit ook te weten komen door buitengewone gebeurtenissen zoals verschijnselen of andere voorboden.

**7. Concentratie op vriendelijkheid.** -: men straalt vriendelijkheid uit.

**23. Maitrii\_Adishu Balāni**

**(Door concentratie op vriendelijkheid en andere (goede gemoedsstemmingen) verwerft men stevigheid (in die deugden).**

Vriendelijkheid, medelijden en vreugde zijn de drie gemoedsstemmingen (Sutra 1.3) die stevig worden door concentratie. Door concentratie op vriendelijkheid maakt de yogi anderen gelukkig, door concentratie op medelijden lenigt hij het lijden van anderen en neemt zelfs het lijden en de oorzaak van lijden weg, door concentratie op vreugde verwekt hij gelatenheid.

**8. Concentratie op bepaalde fysische krachten.** -: Men verwerft fysische sterkte.

**24. Baleshu Hasti\_bala\_ādiini**



**(Concentratie) op (bepaalde) fysische krachten, begiftigt (de yogi met) diezelfde krachten.**

Niemand geeft een uitleg (aldus Koelman), maar wanneer wij bedenken dat psychomentele gemoedsstemmingen kunnen overgaan in fysische werkelijkheden zoals in shamanistische prestaties soms het geval is, dan kunnen bovenmenselijke krachten door de yogi eveneens ontwikkeld worden.

Ze hebben dan echter dikwijls een uitgesproken magische tint.

## **Hoofdstuk 22. Vervolg tekststudie van het derde boek Vibhudipada; DE RESULTATEN VAN DE CONCENTRATIE (sutra's 3.25 – 3.33).**

**9. Concentratie op het derde oog.** - geeft intuïtieve kennis van het verborgene.

Intuïtieve kennis van subtiele dingen of verborgen dingen of van verafgelegen dingen wordt verondersteld de toekomst te zijn. Deze kennis wordt door Patañjali ook gelijkgesteld met kennis die vrij is van droefheid en schitterend helder is (zie sutra 1.36). Hij bedoelt de intuïtieve waarneming die de yogi in staat stelt uiterst kalm en geconcentreerd te zijn.

**25.Pravritti\_āloka\_Nyāsāt Sukshma\_Vyavahit Viprakrishta Jnānam**  
**Door het licht van een schitterend heldere kennisactiviteit (op het gewenste object) te richten, is er intuïtie van wat subtiel of verborgen of verafgelegen is.**

Van deze schitterende kennisactiviteit is er sprake in sutra 1.36 en 3.32. In het voorhoofd tussen de ogen, ietwat naar achter, is er een schitterend licht dat door gevorderde yogis gebruikt kan worden. Dit behoort tot de "mystieke fysiologie".

**10. Concentratie op de zon.** - geeft intuïtieve kennis van de ganze kosmische ruimte.

**26.Bhuvana\_Jnānam Surye\_Samyamāt**  
**Door concentratie op de zon komt er intuïtieve kennis van de ruimte.**

De "ZON" is ook een plaats van de "mystieke fysiologie". Buiten onze aarde worden zes werelden met verschillende onderdelen en met hun eigen bewoners, genoemd. Die "Hemelen zijn slechts tijdelijke verblijfplaatsen voor bijzondere verdiensten; na die beloning moeten de inwoners hun kringloop van geboorten voortzetten.

De psych mentale weg die volgens de eerste Indiase opvattingen gevolgd werd om de tijdelijke beperkingen los te laten, en waardoor aldus het leven tot een relatief bestaan werd herleid, vertoont veel gelijkenis met de magie. De buitengewone krachten welke door de yogi ontwikkeld worden, hebben dikwijls een magische tint. (zie sutra's 3.17-21-24-26 tot 3.38-42 en 4.1)

**11. Concentratie op de maan.** - geeft het kennen van de schikking der hemellichamen-

**27.Chandre Tara\_Vyuha\_Jnānam**  
**(Door concentratie) op de maan, is er intuïtieve kennis van de schikking der sterren. Eveneens "mystieke fysiologie", de tekst is duidelijk.**

**12. Concentratie op de poolster.**- geeft kennis over de beweging van de sterren.

**28.Dhruve Tada\_Gati\_Jnānam**  
**(Door concentratie)op de poolster, is er intuïtieve kennis van hun (=de sterren) beweging.**

Ook "mystieke fysiologie", de tekst is klaar.

**13. Concentratie op de navel.** -geeft als resultaat de kennis van het inwendige van het lichaam.

### **29.Nābhi\_Chakre Kāvya\_uha\_Jnānam**

**(Door concentratie) op het wiel van de navel, is er intuïtieve kennis van de lichaamsschikking.**

Voor de geboorte wordt het kind gevoed en ontwikkeld langs de navel; zoals een wiel door de naaf wordt vastgehouden, zo wordt het lichaam voorgesteld als opgebouwd rond de navel.

**14. Concentratie op de keelholte.** - geeft het resultaat van gevoelloosheid t.a.v. honger en dorst.

### **30.Kanthakupe Kshut\_Pipāsā\_Nivriti**

**(Door concentratie) op de keelholte is er ophouden van honger en dorst.**

De keelholte wordt aanzien als de plaats waar honger en dorst aanvoeld worden (zie Sutra 2.48)

**15. Concentratie op de schildpadpijp.** - geeft meesterschap over de ademhaling en haar organen.

### **31.Kurma\_Nādyām Sthairyam**

**(Door concentratie) op de schildpadpijp bekommt men standvastigheid (van het mentaal complex)**

De schildpadpijp is de luchtpijp en haar vertakkingen; deze zijn de organen van de ademhaling.

Concentratie op een object leidt tot meesterschap erover. Aangezien een trage ademhaling, grote stilte en onverstoordheid van het mentaal complex teweegbrengt, kan de yogi die op de ademhalingsorganen concentreert, en er meesterschap over verwerft, diezelfde organen kalmeren, en aldus standvastigheid van het mentaal complex bereiken.

**16. Concentratie op de schittering in het hoofd.** - geeft als resultaat het zien van de Siddhas.

Dit wordt eveneens gelijkgesteld met intuïtief inzicht.

### **32.Murdha\_Jyotishi Siddha\_Darshanam**

**(Door concentratie) op de schittering in het hoofd, bekommt ment het zien van de Siddhas.**

Een plaats van de "mystieke fysiologie". De Siddhas zijn half-goden of buitenaardse wezens van de Hindoe mythologie.

**17. Ofwel kent de yogi alles door het opkomen van het dageraadslucht**

Niet door concentratie!

### **33.Pratibhādvā Sarvam**

**Ofwel (kent de yogi) alles door het opkomen van het dageraadslucht.**

Het dageraadslucht is de voorloper van het "verheven inzicht" dat ontstaat tijdens de concentratie met perfecte intentionele vereenzelviging. Het object van de concentratie wordt dan ineens volkomen intuïtief waargenomen. Het blijft niet bij dit ene object, want het Verheven inzicht breidt zich uit over alle bestaande dingen, welke ook hun tijdsvorm is. De yogi krijgt daardoor inzicht in de diepste lagen van het bestaan der dingen. Niets blijft onbekend. Deze fase van alwetendheid gaat vooraf aan de concentratie van afsluiting. Het verheven inzicht is dus de perfectie van het onderscheidmakend inzicht. Het is echter nog

steeds een mentale toestand met objectief bewustzijn. De yogi wordt a.h.w. verblind door het "anders zijn" van het Zelf; maar dit "anders zijn" van het Zelf kan alleen waargenomen worden door tegenstelling met een Prakriti-realiteit. Er bestaat dus nog een relatie met Prakriti. Ook deze moet verbroken worden. Alle denken en waarnemen moet dus ophouden, en de enige weg daartoe is de concentratie van afsluiting (nirodha-samadhi). (zie m.y.b. nr 44).

## **Hoofdstuk 23. Vervolg tekststudie derde boek Vibhudipada; DE RESULTATEN VAN DE CONCENTRATIE (vervolg. sutra 3.34 tot 3.43)**

**18 Concentratie op het hart.** - geeft bewustzijn van het mentaal complex.

### **34.Hridaye Chitta\_Samvit**

**(Door concentratie) op het hart is er bewustzijn van het mentaal complex.**

Het hart wordt aanzien als de grot of de citadel van bestaan en de plaats waar het Zuiver Bewustzijn in zijn verhevenste vorm op het mentaal complex, meer precies op de bewustzijnsfunctie, neer straalt.

Hier moeten we ook even teruggaan naar het begrip Citta (zie m.y.b. nr.40) waarvan de betekenis drievoudig is. Zowel het verstand als de ego-functie hebben iets te maken met het bewustzijn dat in hoofdzaak de functie is die het ons mogelijk zal maken de schittering van het Zelf te onderscheiden van het belemmerend effect van de Prakriti-organen die ons in hun greep houden.

**19. 1° Concentratie op de dingen die bestaan terwille van een ander, geeft gewone ervaring.**

**2° Concentratie op wat voor zichzelf bestaat, geeft kennis van het Zelf.**

### **35.Satva\_Purushayoha Atyanta\_Asankirnayoha Pratyaya\_Avishesho Bhogah**

#### **Parāratha\_Anya\_Svārtha\_Samyamāt Purush\_Jñānam**

**De voorstelling waarin geen onderscheid voorkomt tussen het sattvam en het Zelf, (welke nochtans) absoluut onvermengd bestaan, is (een gewoonmenselijke) ervaring; aangezien (deze ervaring) ten dienste van een ander bestaat, (is het door concentratie op wat voor zichzelf bestaat, dat de kennis van het Zelf verworven kan worden)**

In gewoon menselijke ervaring is men zich niet bewust van het bestaansonderscheid tussen de Prakrit-uitvoerende oorzaak, meer precies het sattvam, en het bewustzijnsprincipe, nl. het Zelf, dat die activiteit belicht en waarneemt. Het uitvoerend principe staat ten dienste van de Ziener-getuige. Het ware Bewustzijn-Zelf kan dus benaderd worden, enkel door concentratie op hetgeen voor zichzelf bestaat, te weten: op het licht-uitstralend-Zelf of het bewustzijnsaspect van elke ervaring. Deze dubbele voorstelling in de sutra toont het onderscheid aan van het resultaat dat te bereiken valt met de concentratie. In de volgende sutra geeft Patañjali aan wat het resultaat is van deze tweede vorm van concentratie.

**3°Uit deze concentratie ontstaat het dageraadlicht waardoor de buitengewone perfectie of buitengewone werking van de zintuigen ontstaat.**

### **36.Tatah Pratibha\_Shrāvan\_Vedanā\_ādarsha\_āsvāda\_Vārtā Jāyante**

**Als gevolg van deze (concentratie op wat voor zichzelf bestaat) komt het (mentaal) dageraadlicht, (alsook de vermogens van) buitennatuurlijk horen, tasten, zien, smaken en ruiken.**

Het dageraadlicht breekt aan wanneer er concentratie is op het bewustzijnslicht zelf, zodat de verkleuring van objectieve determinaties bijna verdwenen is. Het bewustzijnslicht is dan bijna zo helder dat er intuïtieve kennis ontstaat, en de zintuigen op buitengewone wijze verfijnd worden.

Wanneer de yogi perfecte intentionele vereenzelviging bereikt door zijn concentratie, dan

hebben er eerst kortstondige flitsen plaats van het onderscheidmakend inzicht. Geleidelijk aan daagt er een opkomend schemerlicht op, zoals dat van de dageraad (pratibha). Dit schemerlicht; wordt helderder tot dat het schittert als de middagzon; Wanneer het onderscheidmakend inzicht in volle helderheid en bijna ononderbroken schittert, dan bereikt de yogi het 'Verheven inzicht'(prasankhyana).

Dit verheven inzicht is echter nog steeds een mentale toestand met objectief bewustzijn. Er is dus nog een relatie met Prakriti en ook deze moet verbroken worden. De enige weg daartoe is de concentratie van afsluiting (nirodha-samadhi) die het gevolg is van de onverstoorbare kalmte van de bewustzijnsfunctie waarin Rajas en Tamas volledig opgehouden hebben met werken. De yogi verkeert dus in en concentratietoestand die zaadloos geworden is, (in asamprajñata-samadhi).

Deze toestand verstevigt dus door het feit dat er geen kiemen voor nieuwe mentale activiteit overblijven, en dit leidt uiteindelijk tot volledige stilstand van het denkvermogen.

Opmerkingen.

**1° Patañjali zal nu echter waarschuwen dat men zich niet aan de buitengewone perfectie van de zintuigen mag hechten, want dan vormen ze een belemmering voor de verdere opgang naar de yoga.**

### **37. Te Samādhau Upasargāh Vyuthāne Siddhayah**

**Deze (buitennatuurlijke perfecties) zijn verstoringen tijdens de verzinking, (ze zijn echter) perfecties tijdens het naar-buiten-gekeerd denken.**

In de toestand van verzinking in een objectieve inhoud, kunnen deze buitennatuurlijke vermogens de perfecte vereenzelviging verhinderen, maar tijdens de gewone menselijke ervaringen zijn ze perfecties.

**2° Er wordt allusie gemaakt op het feit dat door het verzwakken van de gebondenheid met Prakriti en de kennis van het M.C. tijdens deze concentratie, men ook kan binnendringen in iemands lichaam.**

### **38. Bandha\_Kāraṇa\_Shaithilyāt Prachāra\_Samvedanāt\_Cha Chittasya**

#### **Para\_Shariira\_āveshah**

**Door het verzwakken van de oorzaken van gebondenheid, samen met de (concentratie-) kennis van de werkwijze (van het mentaal complex) vindt het mentaal complex ingang in het lichaam van iemand anders.**

De bewustzijnsfunctie (een onderdeel van het mentaal complex) is het psychologisch aspect van de 'Grote entiteit' (zie m.y.b. nr.40 -verklaring van de termen Pradhāna en Māhat), die in zichzelf niet geïndividualiseerd is; alleen de ego-functie en iemands handelingen zijn de oorzaak van individualisatie. Wanneer dus de gebondenheid verzwakt door het afnemen van zelfzuchtige handelingen van subjectiviteit, komt de bewustzijnsfunctie los van het individuele lichaam. De bewustzijnsfunctie kan dan, zo wordt beweerd, in het lichaam van iemand anders binnen dringen. Of die andere lichamen kunstmatige lichamen zijn van de yogi zelf (Sutra 4.5) ofwel lichamen van andere personen, is niet duidelijk, aldus G.M. Koelman.

**3° Beheersing van udana (opstijgende energie), geeft ontstijging aan de zwaartekracht.**

### **39. Udāna\_Jayāt Jaka\_Panka\_Kantaka\_ādishu\_Asangah Utkrāntiḥi\_Cha**

**Door beheersing van de udana (wordt de yogi) niet vastgehouden door water,**

**modder of doornen en dergelijke dingen, en (bij de dood) is er opgang naar boven.**

In sutra 39 en 40 is er sprake van twee levensstromingen. Udana heeft als eigenschap de levenskracht opwaarts te leiden. Het ontsnappen van het levensprincipe langs het hoofd wordt beschouwd als een heilzame dood.

**4° Beheersing van samana (gelijkmatige verdeling van de energie) geeft lichamelijke uitstraling.**

#### **40.Samāna\_Jayāt Jvalanam**

**Door beheersing van de samana is er (lichamelijke); uitstraling.**

Aan samana wordt de eigenschap toegekend het voedsel in het lichaam harmonieus te verdelen. De perfecte yogi is als het ware gehuld in zacht licht.

**20.Concentratie op het verband tussen het gehoor en de lucht - Het resultaat is dat er geen geheimen zijn voor het gehoor. Patañjali noemt dit een goddelijk gehoor. Geen geluid, hoe miniem ook, ontsnapt aan de gevoeligheid die dan ontstaat.**

#### **41.Shrotra\_ākashayoh Sambandha\_Samyamāt Divyam Shrotram**

**Door concentratie op het verband tussen het gehoor en de lucht, verwerft (de yogi) een goddelijk vermogen.**

Geluid is een trilling; trillingen gebeuren in iets dat leeg is. Deze leegte, zo zegt yoga, is akasa (de lucht). Het oor dat de trillingen die van buiten komen opvangt, moet dus ook leegte hebben. Door concentratie (en dus beheersing) zal deze leegte in het oor groter worden, zodat het oor bekwaam is de fijne geluidstrillingen op te vangen. Er ontstaat dus een buitennatuurlijk vermogen van horen, aldus de yoga en sankhya. Vergelijk deze sutra met de sutra 3.36, waar men het ontstaan van dit buitennatuurlijk vermogen toeschrijft aan concentratie op het bewustzijnslicht.

**21.Concentratie op het verband tussen het lichaam en de lucht of iets lichts. Het resultaat is dat het lichaam loskomt van de grove materie en zich vrij zonder belemmering overal kan bewegen.**

#### **42.Kāyā\_Akāshayoh Sambandha\_Samyamāt Laghu\_Tula\_Samāpatteh\_Cha**

##### **ākāsha\_Gamanam**

**Door concentratie op het verband tussen het lichaam en de lucht, bekommt (de yogi) het vermogen zich door de lucht te verplaatsen; (dit bekommt hij) ook door intentionele vereenzelviging met (iets) lichts (zoals) een katoendraadje.**

Zwaarte ontstaat door aantrekkingskracht tussen grofstoffelijke materies. Door concentratie onttrekt men zich aan die grofstoffelijke materie, de gunas verliezen hun grofstoffelijkheid en nemen terug hun onstoffelijke toestand aan. De aantrekkingskracht van de aarde wordt dus verijdeld. De lucht wordt geen weerstand (zo zegt de yoga); de yogi wordt niet gehinderd door zijn eigen lichaam. De yogi kan zich verplaatsen door de leegte van de lucht heen. Een ander middel is de concentratie (en dus het beheersen) op iets zeer lichts zoals een pluusje of een stofje.

Het gevolg daarvan is het wegvallen van Rajas en Tamas, d.w.z.: men is ontlichaamd; de schittering van Sattvam is geen belemmering voor de vrije beweging van de yogi die dan in volle bevrijding van zijn lichaam verkeert.

**43. Bahir\_Akalpitā Vrittihi\_Mahāvidehā Tatah Prakāsha\_Avarana\_Kshayah**  
**De golving (van de denkfunctie) die buiten het lichaam geschiedt en waarin het lichaam geen aandeel heeft, draagt de naam van de 'Grote ontlichaamde'; ze heeft als gevolg, het wegvallen van de overdekking van (sattva-) helderheid.**

Yoga beweert dat een waarnemingsgolving buiten het lichaam kan gebeuren; deze golving is al of niet van dat lichaam onafhankelijk: de ontlichaamde en grote ontlichaamde. Indien de waarnemingsgolven van de yogi buiten het lichaam gebeuren, dan is er voorzeker een losmaken van de grofstoffelijke materie, evenals het onafhankelijk maken van deze golvingen van wat de sattva-helderheid bedekt, nl. karma en kwellingen, evenals hun oorzaak, rajas en tamas.



## **Hoofdstuk 24. Vervolg tekststudie derde boek Vibhudipada; de resultaten van de concentratie (vervolg sutra 3.44 tot 3.55).**

**22 Concentratie op de vijf niveaus van de evolutie.** Deze concentratie geeft meesterschap over de resultaten van deze vijf niveaus van de evolutie. Men beheerst dus de werking van de gunas op elk niveau van de evolutie. De greep van de gunas wordt steeds zwakker naarmate men er vat op krijgt.

**44.Sthula\_Svarupa\_Sukshma\_Anvayaya\_Arthavatva\_Samyamāt Bhuta\_Jayah**  
**Door concentratie op de grofstoffelijkheid, het (algemene) specifieke, het subtiële, de subtractieve realiteit en de doelvorm, bekomt men meesterschap over de (objectieve) elementen.**

Er zijn vijf niveaus van oorzakelijkheid: het concrete individu, de algemene specifieke natuur

(= de vijf objectieve algemeenheden) de diepste subtractieve grond, en de aandrijvende finaliteit. Concentratie is altijd een soort beheersing. Wanneer de yogi, door perfecte verzinking op een object, het mentaal complex stillegt, maakt hij zich los van de meer uitwendige niveaus van de guna-evoluties. De meer oppervlakkige Prakriti-realiteiten hebben hun taak volbracht; ze hebben ervaring mogelijk gemaakt en verliezen a.h.w. hun objectiviteit. De yogi komt in direct contact met hun diepste realiteit, en beheerst deze. Deze sutra handelt over de beheersing van de objectieve elementen; in sutra 3.47 zal er sprake zijn van de beheersing van de organen.

De gevolgen daarvan zijn

1° Beheersing of meesterschap over de acht machten.

**45.Tatah\_Animādi\_Prādurbhāvah Kāya\_Sampat Tat\_Dharma\_Anabhighātah\_Cha**  
**Als gevolg daarvan komen te voorschijn, atomisatie en de andere (lichamelijke perfecties), alsook de uitmuntendheid van zijn lichaam, en hij is niet verhinderd door de eigenschappen van dit (lichaam).**

Er zijn acht machten of lichamelijke perfecties: atomisatie of zich klein maken, zich licht maken, zich groot maken, zich heel ver uitstrekken in de breedte, onweerbare wil, controle over elementen, overal zijn, en verkrijgen wat men wil. De statische perfecties worden vermeld in de volgende sutra.

2° Meesterschap over het lichaam en zijn perfecties.

**46.Rupa\_Lāvanya\_Bala\_Vajrasamhananatvāni Kāyasampat**  
**Schoon gevormde gedaante, bevalligheid, sterkte, kracht, en de hardheid als van de bliksem, zijn de uitmuntendheid van het lichaam.**

De tekst is duidelijk!

**23. Concentratie op het waarnemingsproces, op de specifieke vorm (van elk orgaan) en functie, het ik-ben-gevoel, de subtractieve grond (van alle dingen) en de finaliteit (= de bevrijding).**

Het resultaat is het geleidelijk loskomen uit de greep van de Prakriti-overheersing met alle gevolgen daaraan verbonden.

**47.Grahana\_Svarupa\_Asmiṭā\_Anvaya\_Arthavatva\_Samyamāt\_Indriya\_Jayah**  
**Door concentratie op het waarnemingsproces, de specifieke vorm, het ik-ben-gevoel, subtractieve grond en finaliteit, is er beheersing van de organen.**

Deze sutra is gelijklopend met sutra 3.44, waar er sprake is van de objectieve elementen. De vijf Prakriti-oorzakelijke niveaus van de organen zijn: het concrete waarnemingsproces, de specifieke aard en functie van elk orgaan, de subtiele vorm van het onderliggend ik-ben-gevoel, de subtractieve "Grote Entiteit" en de finaliteit die elke werking aandrijft. Het stilleggen door concentratie van het M.C. op elk van deze niveaus is a.h.w. een geleidelijk losmaken van Prakriti en een beheersing van de waarnemingen. Het gevolg van de beheersing van de organen wordt door Patañjali zelf medegedeeld in de volgende sutra.

#### **48.Tato Manoja\_Vitvam Vikarna\_Bhavah Pradhāna\_Jayah\_Cha**

**Als gevolg hiervan (kan het lichaam zich verplaatsen met) de snelheid van de denkfunctie, er kan activiteit zijn van waarnemingsgangen buiten (het lichaam) en er is beheersing van de onherleidbare grondoorzaak.**

Deze dynamische perfecties zijn moeilijk te verklaren. Er wordt beweerd dat de yogi, in een oogwenk, lichamelijk aanwezig kan zijn op grote afstanden, dat de organen kunnen werken aan om het even wat in de tegenwoordige, de toekomstige en de verleden tijd, dat er meesterschap ontstaat, zelfs over de onherleidbare of de universele grondoorzaak. Ik verwijs hier even naar het boek 'Een jaar bij de yogis van India en Tibet', waarin sprake is van dergelijke perfecties. (auteur: Lily Everdijk Smulders).

**24..Concentratie op het anders zijn van het Zelf t.a.v. sattvam** - geeft als resultaat alwetendheid op alle terreinen. Dit wordt uitgelegd in de nu volgende sutra:

#### **49.Satva\_Purusha\_Anyatā\_Khyāti\_Mātrasya Sarva\_Bhāva\_Adhishthāritvam Sarva\_Jnanritvam Cha**

**Hij die (bevestigd is in het) waarnemen van niets anders dan het'anders-zijn' van het Zelf ten aanzien van het sattvam (van de bewustzijnsfunctie), bezit heerschappij over alle bestaansvormen en alwetendheid.**

De yogi die in zijn waarnemingen en ervaringen overtuigd is van het bewustzijn van het 'anders-zijn' van het Zelf ten aanzien van zelfs de subtiele sattva-guna, beheerst alle Prakriti-realiteiten en is alwetend.

OPMERKING.

Opnieuw is Patañjali daar met waarschuwingen opdat de yogi zich niet door deze absolute alwetendheid of beheersingsvermogen van de guna-werking zou laten verleiden.

1° De 'Al-eenheid' (kaivalya) zal slechts bereikt worden indien de yogi volledig passieloos blijft ten aanzien van deze buitengewone perfecties..

#### **50.Tat\_Vairāgyāt\_Api Dosha\_Bija\_Kshaye Kaivalyam**

**Wanneer door passieloosheid, zelfs ten aanzien van deze (perfecties en onderscheidmakend inzicht)het zaad van alle bevlekkingen verdwenen is, (wordt) alleenheid (verwezenlijkt).**

Dit is de perfecte passieloosheid. De yogi is onthecht van alles waarin Prakriti betrokken is, zelfs van onderscheidmakend inzicht waar het zuiverste sattvam van de bewustzijnsfunctie nog een weerspiegelende activiteit heeft. Dan blijven er slechts "verbrande" zaden over die niets kunnen voortbrengen.. Dan eindigt de finaliteit van Prakriti, en is er isolatie van het Zelf.

2° Indien de yogi zich laat verleiden door de hemelbewoners (of de volmaakten) die hem

aansporen van deze grote gaven te genieten en dit als een beloning te zien voor alle inspanningen die hij tot hiertoe deed, dan valt hij terug in de kwellingen.

**51.Sthāni\_Upanimantrane Sangasmaya\_Akaranam Punah\_Anishta\_Prasangāt**  
**In geval van (bekorende) uitnodigingen vanwege hemelse bewoners, mag geen gehechtheid of hoogmoed opgewekt worden, want (dan) komen ongewenste (gevolgen) weer terug.**

De yogi die ver gevorderd is, maar de hoogste graad nog niet heeft bereikt, kan bekoord worden door jalouse hemelse bewoners. Bij de minste toegeving of gehechtheid aan eerbetoon, zouden de kwellingen terug komen.

**25. Door concentratie op de tijdsruimten en hun opeenvolging ontstaat het intuïtief inzicht.**

**52.Kshana\_Tat\_Kramayoh Samyamāt Vivekajam Jñānam**  
**Door concentratie op tijdsruimten en hun opeenvolging, komt intuïtieve kennis, teweeggebracht door fijn onderscheid.**

Alle Prakriti dingen ondergaan onophoudelijk mutaties. Elke modaliteit verschuift aanhoudend in tijd, en deze tijdscoëfficiënten verschillen in verschillende dingen; ze bezegelen de verschillende modaliteiten. De yogi die inzicht heeft in de tijdscoëfficiënten en in hun opeenvolging, kan dus twee identieke dingen onderscheiden. Voorbeeld: twee gelijke glazen staan naast elkaar. Tijdens de afwezigheid van de yogi worden ze van plaats verwisseld. Deze verplaatsing kan de yogi vaststellen, wegens het verschil van opeenvolging van de tijdscoëfficiënt: het eerste glas stond op plaats A in het verdere verleden, daarna stond het in het dichtere verleden op plaats B. Het tweede glas was eerste met plaats B verbonden, daarna komt het in plaats A. De relatie met die twee plaatsen in twee opeenvolgende momenten, verschilt wegens de opeenvolging van momenten. Het inzicht in dit verschil heeft natuurlijk niets te maken met het 'onderscheidmakend-inzicht'. Nog een gevolg van intuïtieve kennis is de helderziendheid in bv. dingen die identiek zijn maar toch wat plaats en tijd betreft een verschil kunnen laten aanvoelen zoals we lezen in de volgende sutra.

**53.Jāti\_Lakshana\_Deshaihi Anyatā\_Anavccchedāt Tulyayoh Tatah Pratipattihi**  
**Als gevolg daarvan bestaat er duidelijke kennis van twee dingen die gelijk zijn voor zover hun verschil niet uitgemaakt kan worden door specifieke soort of individueel kenmerk of bepalende plaats.**

De voorgaande sutra geeft de uitleg. Hoezeer de verschillende dingen gelijk kunnen schijnen, de opeenvolging van hun modaliteiten door de tijdscoëfficiënten aangeduid, kan nooit dezelfde zijn in beide dingen.

Hier eindigt de bespreking van de soorten objecten waarmede door concentratie de 'Samapati' of gelijkvormigheid kan bereikt worden en waardoor alle belemmeringen kunnen wegvallen. Het resultaat van al deze soorten is dus, dat er bij de yogi buitengewone gaven ontstaan die hem onderscheiden van de gewone mensen. Dit houdt echter een gevaar in, en op dit gevaar heeft Patañjali ook willen wijzen in zijn uiteenzetting.

5. HET ONTSTAAN VAN INTUITIEVE KENNIS.

Aan het einde van het derde boek geeft Patañjali in de sutra 3.54 (nogmaals) antwoord op de vraag hoe de intuïtieve kennis ontstaat.

#### **54.Tarakam Sarva\_Vishayam Sarvathā\_Vishayam\_Akramamam Cheti Vivekajam Jnānam**

**Intuïtief, met alle dingen als object, met alle tijden als object en zonder opeenvolging (inééns), zo wordt de kennis door (dit) onderscheidmakend inzicht voortgebracht.**

De intuïtieve waarneming die het gevolg is van het onderscheidmakend inzicht (sutra 3.52), dringt door tot de individuele concreetheid van alle Prakriti-realiteiten, tot in hun diepste wezen en onder alle tijdscoëfficiënten. Dergelijke kennis van een object behelst het denkbare in dit object; alles ineens als één geheel, zonder opeenvolging van steeds diepere aspecten van dit object. De ganse realiteit is concreet en individueel. Er is geen schaduw van abstracte dingen mee gemeoid.

#### **6.WANNEER ONTSTAAT DE ALLEENHEID?**

De slotvraag aan het einde van dit derde boek gaat terug naar het einddoel van de yoga beoefening nl. KAIVALYA of alleenheid..

Met de laatste sutra van dit boek wil Patañjali nogmaals het einddoel duidelijk in het licht stellen van allen die aan zijn lering over Yoga zouden twijfelen (nl. het stilleggen van de golvingen van het mentaal complex). Hij zegt dat de 'al-éénheid' te vergelijken is aan het gelijk zijn van sattvam, in haar hoogste schittering, met het licht of de schittering van het ZIJN in de bewustzijnsfunctie.

#### **55.Satva\_Purushayoh Shuddhi\_Sāmye Kaivalyam\_Iti**

**Wanneer de zuiverheid van het Sattvam (van de bewustzijnsfunctie) en die van het Zelf gelijk zijn dan is er, wat men noemt, alléénheid.**

De gelijkenis is deze van een spiegelbeeld ten opzichte van de realiteit; ze is echter niet absoluut. Wat zuiverheid betreft mag men zeggen dat er gelijkheid is; Het onbezoedeld spiegelbeeld zonder de minste verkleuring enerzijds, en het Zuiver Bewustzijn-Zelf anderzijds. Het spiegelbeeld is echter onophoudend afhankelijk van het Zelf. Het is veranderlijk en vergankelijk, terwijl het Zelf eeuwig onafhankelijk, onveranderbaar en onvergankelijk is. Het gevolg van deze verhevenste toestand van het sattvam van de bewustzijnsfunctie is 'bevrijding'. Dan heeft Prakriti zijn uiteindelijke doel van dat Zelf bereikt, en houdt dus op te weerspiegelen bij gebrek aan aandrijvende finaliteit. Wanneer Sattvam zijn toppunt bereikt, volgt de volledige opslorping van het Prakriti-omhulsel in de universele voedingsbodem van Prakriti voor wat de aanverwante geest aangaat. Dit is dan de uiteindelijke en onverliesbare gelukzaligheid.

De volgende bijdrage zal aan aanvangen met de uitleg van het vierde boek dat handelt over de ISOLATIE of de ONAFHANKELIJKHEID.

## **Hoofdstuk 25. Tekststudie van vierde boek KAIVALYAPADA; DE ISOLATIE (Sutra 4.1 tot 4.7).**

### **1. INLEIDING.**

De vier boeken van de yoga-sutra zoals we ze nu bezitten schijnen volgens G.M.Koelman de codificatie te zijn van diverse yoga-overleveringen welke Patañjali in één verhandeling heeft willen samenbrengen. De eerste drie boeken omvatten de essentie van de yoga soms wel met overlappingsen, maar meestal met aanvullende verduidelijkingen. Het vierde boek ziet hij meer als een soort bijvoegsel waarin Patañjali vooral een antwoord wilde geven op Boeddhistische tegenstellingen in verband met het bestaan der dingen, de werking van het mentaal complex en de bestendigheid van het Spirituele Zelf. (zie het boek Patañjala Yoga pag 287 voor eventueel meer uitleg).

Er zijn inderdaad een paar zeer opvallende tegenstellingen of meningen die in het Boeddhisme vooropgesteld worden en die niet stroken met de zienswijze die in de Yoga-sutra voorgesteld wordt.

Zeer in het oog springende verschillen in opvatting zijn alvast deze twee:

#### **1° Alles bestaat slechts één moment.**

Het Boeddhisme houdt staande dat alles slechts één ogenblik bestaat. Dit blijkt uit het gezegde "De oorzaak keert terug naar het niet-bestaande op het ogenblik dat het gevolg daar is". Het is dus niet zoals Patañjali beweert, dat het gevolg reeds werkelijk bestaande is in de nog niet gemanifesteerde toestand van de oorzaak. Er is volgens de yoga geen domein van het 'niet-bestaande' en het gevolg is niets anders dan de oorzaak onder een nieuwe manifestatie. De oorzaak zelf is het gevolg van een nog niet gemanifesteerde toestand. Deze verklaring houdt verband met de theorie van de evolutieleer van de yoga waarin voorop staat dat de evolutie niet het produceren inhoudt van een nieuw wezen, maar het evolueren vanuit een besloten ongedifferentieerde toestand van bestaan. Het bestaan zelf is permanent. Aldus volgt daaruit dat het gevolg de oorzaak is onder een nieuwe manifestatie en dat de oorzaak het gevolg is in een 'nog-niet-gemanifesteerde' toestand.

#### **2° De kennis en het Zelf.**

Het Boeddhisme beweert eveneens dat het mentaal complex zichzelf en het object op één en hetzelfde ogenblik kent, dat het-ding-op-zich geen fysisch bestaan heeft en dat het Zelf geen bestendig bestaan heeft. Op deze stelling zal Patañjali een antwoord geven door de uitvoerige bespreking over de werking van het mental complex; door uit te leggen hoe een waarneming gebeurt en hoe alles door het bestendige Zelf verlicht wordt.

Het bestaan der dingen en de verschillende niveaus van bestaan zijn geen spel van onze verbeelding. Het mentaal complex is eveneens een Prakriti-ontwikkeling die nodig is om de staat van bevrijding te bereiken, want het helpt ons tot de staat van onderscheidmakend inzicht te komen. Het zal ons via de concentraties en vooral door de concentratie van afsluiting in asamprajnatasamadhi toelaten zijn eigen werking volledig stil te leggen om aldus tot de staat van Kaivalya te komen.

### **2. INHOUD EN BESPREKING VAN DE SUTRA'S. (sutra 4.1 tot 4.7)**

#### **1° Het ontstaan der buitengewone perfecties.**

**1. Janma\_Aushadhi\_Mantra\_Tapah\_Samādhijā Siddhayah  
(Buitennatuurlijke) perfecties ontstaan ofwel door geboorte, of door narcotische middelen, of toverkracht of zelfkastijding. of verzinking.**

Wanneer we teruggaan naar de primaire bedoelingen van alle indische systemen van bevrijding, dan zien we dat ze allen streven naar het loslaten van de tijdelijke beperkingen die oorzaak zijn waardoor we ons Zelf tot een relatief bestaan herleiden. De weg van deze loslating is een psychomentele weg waardoor we buitengewone perfecties nastreven die ons in staat moeten stellen los te komen van de materiële dingen. De middelen om tot deze weg te komen en om deze fysieke buitengewone perfecties in werkelijkheid om te zetten, zou men kunnen putten uit magie, uit drugs of uit zelfkastijding. Patañjali echter geeft de voorkeur aan Samadhi of verzinking. In deze toestand zijn we immers in staat door te dringen tot de diepste werkelijkheid der dingen en er door 'samapatti' (=perfecte overeenstemming van de denkfunctie met het object van concentratie) aan te ontsijgen. De nietigheid van alle objecten wordt inderdaad voor de yogi duidelijk en hij kan ze achterlaten.

Dit is de inhoud en de betekenis van de eerste sutra van het vierde boek.

## **2° Het ontstaan van een andere natuur.**

In de tweede en de derde sutra stelt Patañjali voor hoe de mutaties tot stand komen, m.a.w. hoe er een andere natuur tot stand kan komen bij de geboorte. Hij zegt dat Prakriti de grondoorzaak is en dat deze zodanig kan aangevuld worden met verzonken indrukken van vorige levens, dat er daaruit een andere natuur kan ontstaan, aangepast aan het Zelf (het leven !) dat opnieuw geboren wordt. Prakriti past zich aan naargelang het Zelf.

### **2.Jātyantar\_Parināmah Prakrityāpurāt**

**De mutatie (van geboorte) in een andere natuur is het gevolg van de aanvulling van de Prakriti (grondoorzaak).**

Zo gebeurt bv. de gedaanteverandering van mens tot dier, door geboorte. Onder de oorzakelijke invloed van morele, psychische en fysieke bezinksels, vult Prakriti zichzelf aan, of beperkt zichzelf, om de nieuwe lichaamsgedaante en de organen te vormen.

### **3.Nimittam\_Aprayojakam Prakritiinām Varana\_bhedah Tu Tatah Kshetrikavat**

**De werkende oorzaak is niet de aandrijvende oorzaak, maar het is door haar, dat wat in de weg staat van (het opkomen van) de Prakriti-realiteiten, weggeruimd wordt, evenals de boer, (die de aarden dijk opbreekt zodat het water zijn rijstveld overspoelt).**

Patañjali gebruikt hier het beeld van de boer die, om zijn land te laten bevoeien door het water, slechts de dijk moet doorbreken en het water stroomt vanzelf over het land. Hiermede bedoelt hij dat de oorzaak die de mutatie in een andere natuur tot stand brengt, niet de werkende oorzaak is. De nieuwe Prakriti-schikking gebeurt door de aandrijvende kracht van Prakriti; de invloed der bezinksels bestaat enkel in het weg nemen van wat in de weg staat, van een manifestatie van een lichaam, en de aangepaste organen die eigen zijn aan een specifieke natuur door het Karma vereist. Prakriti werkt dus onder impuls van de Karmawet deze of gene natuurverandering uit. De oorzaak die de evolutie tot stand brengt is Prakriti (of het water dat de bevoeiing uitvoert).

### **3°De mentale complexen door de yogi voortgebracht.**

De yogi kan zich na de zelfrealisatie een kunstmatig mentaal complex aanmeten om anderen te kunnen helpen.

### **4.Nirmāna\_Chittāni Asmitā\_mātrāt**

**(kunstmatig) opgebouwde mentale complexen kunnen alleen uit het ik-ben-gevoel voortkomen.**

Een perfecte yogi kan bevrijd zijn terwijl zijn huidig leven nog een tijd voortduurt; dan is zijn eigen mentaal complex zonder miswijsheid; stilgelegd aangezien Prakriti voor hem geen verder doel moet bereiken. Maar hij kan andere mensen nog helpen en raad geven. Hij moet zich daarvoor een kunstmatig mentaal complex maken en dit kan hij door zijn ik-ben-gevoel. Niet uit andere gevoelens, want dan zouden zijn daden karma verwekken. Koelman vraagt zich af waarom dit zo zou zijn. Hij zegt: "Waarom?: ik heb geen uitleg kunnen vinden. Is het misschien omdat de kunstmatige mentale complexen bewuste eenheden moeten zijn?. Het ik-ben-gevoel impliceert de werking van de ego-functie en van de bewustzijnsfunctie: het eenheidsprincipe van ego- en bewustzijnsfunctie wordt ervaren als "ik" in de bewustzijnsfunctie. Noch de bewustzijnsfunctie alleen, noch de denkfunctie (die enkel een inwendig kennisorgaan is) volstaat om het 'ik-ben-gevoel' voort te brengen. Alleen de samenwerking van de bewustzijnsfunctie en de ego-functie kunnen het oorspronkelijke 'ik-ben-gevoel' van de yogi voorzetten in de kunstmatige mentale complexen. Prakriti bouwt deze kunstmatige complexen op, maar onder leiding van de yogi die Prakriti in zijn macht heeft". Patañjali gaat nu verder in op de werking van deze kunstmatig voortgebrachte mentale complexen.

### **5.Pravritti\_Bhede Prayojakam Chittam Ekam Anekeshām Terwijl er verscheidenheid is in de activiteiten (van de kunstmatige mentale complexen) is er (toch maar) één mentaal complex dat de andere aandrijft.**

Deze kunstmatige complexen zijn werkzaam. Aangezien het aangeboren mentaal complex van de yogi stilgelegd is, moet er noodzakelijker wijze één van de kunstmatige mentale complexen het leidend en coördinerend principe zijn van de anderen. Ware dit niet, dan zouden de kunstmatige complexen niet afhangen van één en dezelfde yogi, en zouden ze elkaar kunnen tegenspreken.

Tenslotte kan men zich de vraag stellen of deze mentale complexen geen karma zullen verwekken.

Patañjali reageert hierop door aan de halen dat alleen het mentaal complex dat voortkomt uit "verzinking" (samadhi) zonder gehechtheid bestaat en dus karmaloos zal handelen.

### **6.Tatra Dhyānam Anāshayam Van deze (buitennatuurlijke mentale complexen die op vijf verschillende manieren kunnen ontstaan) is (alleen) het (opgebouwde) mentale complex dat uit verzinking voortkomt, zonder bezinksels.**

Sutra 4.1 noemde vijf mogelijke manieren voor het ontstaan van buitennatuurlijke perfecties. Alleen de perfecties die voortkomen uit concentratie, zijn vrij van morele, psychische en fysische bezinksels; zijn zonder hindernissen en kwellingen. Aangezien het mentaal complex van de concentrerende yogi gans onthecht is en zonder verlangens, komen zijn opgebouwde kunstmatige complexen niet voort uit bezinksels, maar uit de onthechte wil van de yogi. De mentale complexen, opgebouwd op andere manieren zijn het gevolg van gehechtheid, en laten dus bezinksels achter die de geconditioneerdheid van het Zelf nog vaster maken.

In de volgende sutra's gaat Patañjali verder in op het karma en haalt nog even de werking van de Karma-wet aan.

#### **4° Het Karma.;**

Om uit te leggen dat de daden van een zelfgerealiseerde persoon karmaloos zijn, gebruikt Patañjali een kleurenschakering.

\*Goed karma is wit.

\*Slecht karma is zwart.

\*Gemengd karma is wit-zwart.

\*Yogi karma is kleurloos

### **7.Karma\_Ashukla\_Akrishnam Yoginaha Trividham Itreshām**

**De karma van de yogi is noch wit-noch-zwart; die van de anderen is van drie soorten.**

Witte karma is het bezinksel van uitwendige goede daden die geen kwaad berokkenen aan levende wezens. Zwarte karma is het tegenovergestelde; nl. bezinksels van uitwendige daden die levende wezens schade of pijn doen. Wit-en-Zwart is het bezinksel van gewoonmenselijke daden, waarin bijna onvermijdelijk een levend wezen schade wordt aangedaan, bv. het voedsel dat we eten en voorbereiden; er is ook gehechtheid in vermengd. Er bestaat een vierde karma, die van de yogi, noch-wit-noch-zwart: zijn uitwendige daden zijn vrij van alle schade voor anderen, zijn inwendige daden zijn vol van onthechting en brengen geen vruchten voort, noch met verdienste, noch zonder verdienste.

Reeds in het tweede boek, sutra 2.12, 1.13 en 2.14 heeft Patañjali gesproken over bezinksels die het gevolg zijn van de karmawet. Hier zal nu dieper ingegaan worden op de werking en de gevolgen van de drie andere soorten karma dan deze van de yogi.



## **Hoofdstuk 26. Vervolg tekststudie boek 4 KAIVALYAPADA; de uitleg en de benaderingswijze van dit karma (Sutra 4.8 tot 4.14).**

HET KARMA - vervolg -

In verband met het Karma wordt in de sutra's 4.8 tot 4.11 op een meer diepgaande wijze herhaald dat de bezinksels steeds aanwezig blijven en dat er maar één manier is om hun uitwerking (indien ze nog niet opgekomen is) te doen stoppen, nl. door het mentaal complex stil te leggen.

Het ware na te streven doel in yoga is dus het doen stoppen van alle daden of gedachten die bezinksels voortbrengen die nu of later moeten uitgewerkt worden. Lees in dit verband nog eens het artikel 'Het ware na te streven doel in Yoga' toegevoegd aan de bespreking van de sutra 2.16.

### **8.Tatah Tad\_Vipāka\_Anugunānām Eva Abhivyakti Vāsanām**

**Wat deze (eerste drie soorten bezinksels betreft) is er alleen ontluiking van de onderbewuste in-drukken welke samenhangig zijn met het rijpen van die (geveven karma)**

De eerste drie karmas brengen vruchten voort; toch roepen zij alleen die verzonken indrukken op welke samengaan met de specifieke natuur van de nieuwe geboorte, zoals b.v. de gevoelens, en instincten van dit of dat dier. Deze onderbewuste indrukken krijgen uitwerking via de hulp van de latente herinneringen.

### **9.Jāti\_Desha\_Kāla\_Vyavahitānām\_Api Ānantaryam**

**Smriti\_Sanskārayoh Ekarupatvāt**

**Zelfs wanneer (de onderbewuste indrukken) verwijderd zijn door (tussenkomen van) geboorten in andere naturen, of door plaats en tijd, is er (toch) onafgebroken aansluiting, aangezien beide, geheugen en onderbewuste indrukken, de zelfde vorm hebben.**

(er volgt hier een verdere uitleg van de vorige sutra).

De morele waardebezinksels, samen met de psychische bezinksels, blijven altijd aanwezig, maar ze manifesteren zich alleen wanneer de tijd gekomen is tot rijping in een gunstige natuur en toestanden. Zie en lees in dit verband de sutra 2.12 en uitleg.. Een belangrijke opmerking wordt in de volgende sutra naar voor gebracht.

### **10.Tāsām\_Anāditvam Cha\_Āshisho Nityavāt**

**Bovendien, deze (onderbewuste indrukken) zijn zonder begin, aangezien begeerte voortdurend bestaat.**

In elke bestaansvorm van levende wezens zijn er verlangens, afkeer enz... Deze komen voort uit vorige onderbewuste indrukken, welke op hun beurt bezinksels zijn van vroegere begeerten. Begeerte en afkeer zijn dus zonder begin.

Waarom gelooft het Prakriti-subject (het ego) dat hij of zij het is, die waarneemt? Waarom schijnt hij die in zichzelf Zuiver Bewustzijn is, de uitvoerder te zijn van de activiteit van kennen? Waarom? Omdat de mens gedurende zijn vorige levens dezelfde verwarring heeft begaan. Deze verwarring zal ook in de toekomst haar gevolg hebben. Ze bestaat (zoals de reeks kip en ei) in een oneindige reeks, waarin datgene wat effect is van een vroegere oorzaak, op zijn beurt oorzaak is van een later effect.

Hier kan de vraag gesteld worden: Wanneer zullen deze onderbewuste indrukken verdwijnen? Het antwoord luidt: Wanneer er geen golvingen meer zijn in het mentaal

complex.

**11.Hetu\_Fala\_Āshraya\_Ālambanaiha Sangrahiitatvāt Eshām Abhāve Tad\_Abhāvah Aangezien (onderbewuste-indrukken) vastliggen aan oorzaak, effect, substratieve steun en opwekkend object, zullen deze (indrukken) verdwijnen wanneer die (oorzaak enz...) ophouden.**

Oorzaak is deugdzame of ondeugdzaame dispositie; effect is goede of slechte daden; grondslag is het mentaal complex dat nog golvingen heeft; objectieve steun zijn de uitwendige dingen en omstandigheden die de golvingen oproepen. Deze vier gaan altijd samen. De kringloop van geboorten wordt beschreven als een wiel met zes spaken: deugdzaamheid en ondeugdzaamheid, genot en pijn, begeerte en afkeer. Men kan geen eerste spaak aanduiden aangezien elke spaak beurtelings effect is en oorzaak. Miswijshheid blijft altijd de naaf van het wiel.

### **5° Het werkelijke bestaan der dingen.**

#### **1. Bestendig bestaan der dingen.**

Hier raakt Patañjali een punt aan waar vele andere dārsanas maar in het bijzonder deze van de Vedanta-strekking, het niet eens zijn.

Het bestaan der dingen die we waarnemen noemt men in de meeste gevallen geen echt bestaan, maar een product van de geest, een voorstelling of een bestaan zonder werkelijke duurzaamheid, men noemt dit "MAYA"

Voor de yoga van Patañjali is dit gans anders, want de wereld der materie heeft haar werkelijke bestaan en is reëel, evenals het Zelf reëel is. Om dit aan te tonen verwijst Patañjali naar verschillende vaststellingen waarop hij reeds vroeger de aandacht vestigde. Vooral in het derde boek van zijn Sutra, waarin hij zegt dat iemand die zich op de mutaties concentreert (sutra 3.16) kennis krijgt van het verleden en de toekomst, waar de dingen die ingevolge mutatie tot stand kwamen, ook hun bestaan hebben maar niet zichtbaar voor het gewone oog. Iemand die de dingen kan waarnemen zonder belemmering van verleden en toekomst, bezit dus een buitengewone gave die 'onderscheidmakend inzicht' wordt genoemd of intuïtief inzicht. Gewone waarneming is alleen mogelijk voor dingen die in de tegenwoordige tijd bestaan.

**12.Atiita\_Anāgatam Svarupataha\_Asti Adhva\_Bhedāt Dharmānām Het verleden en het toekomstige bestaan in hun specifieke natuur, aangezien de tijdsverschuivingen tot de (modaliteit-) determinaties behoren.**

Elke specifieke determinatie blijft altijd bestaan, alleen haar tijdscoëfficiënt (en dus haar intensiteit) verschuift aanhoudend van de toekomst naar het tegenwoordige, en vandaar naar het verleden. Deze specifieke determinatie kan dus altijd waargenomen worden, samen met haar situatie in de tijd.

De verschillende essentiële bepalingen bestaan eeuwig, maar voor ons, gewone mensen, zijn ze niet altijd waarneembaar. Sommige behoren tot het verleden en blijven omgemanifesteerd, andere behoren nog tot de toekomst en zijn eveneens omgemanifesteerd.

#### **2. Gemanifesteerd of niet gemanifesteerd.**

Er volgt nog verdere uitleg over het bestaan der dingen. Patañjali zegt nu uitdrukkelijk dat de determinaties (de modaliteiten of bestaande dingen) steeds blijven bestaan, maar niet op een voor ons zichtbare wijze.

**13.Te Vayaktasukshmāh Gunātmānah**

**Deze (specifieke determinaties met hun aangepaste tijdscoëfficiënt, bestaan ofwel op gemanifesteerde ofwel op subtiele wijze); ze hebben de gunas als hun diepste wezen.**

Verdere uitleg van vorige sutra. Een specifieke determinatie bestaat altijd, maar met verschillende tijdscoëfficiënten. Alle Prakriti-evoluties zijn in hun diepste wezen niets dan guna-samenstellingen en uitwerkingen. Er werd reeds gewezen op de bestendigheid van de materie en over de drie verschillende niveaus van bestaan volgens de yoga nl. -het terzijdelevend bestaan van geesten dat niet te zien is en dat niets te maken heeft met de werkelijkheid van Prakriti, - het gemanifesteerde bestaan zoals we dit waarnemen en het ongemanifesteerde bestaan dat we, ofwel nog niet kunnen waarnemen ofwel niet meer kunnen waarnemen. Er bestaan echter eveneens vier stadia van bestaan, waarin de gunas zich kunnen bevinden. Ze werden reeds aangehaald en besproken bij de uitleg aangaande sutra 2.19 (zie aldaar voor een heropfrissing van het ontstaan der evolutie en het werkelijke bestaan der dingen.). Dit ontstaan wordt nu verder toegelicht.

**3. Het ontstaan ligt bij mutatie van de gunas.** Dit zegt Patañjali:

#### **14.Parināma\_Ekatvāt Vastu\_Tattvam**

**Door één enkele mutatie ontstaat de hoedanigheid van een ding-op-zichzelf.**

Er is één enkele mutatie, nl. die van de gunas. De gunas werken gezamenlijk en schikken zich samenhangend om een ding-op-zichzelf voort te brengen. Dit ding-op-zichzelf is één eenheid welke alle nodige determinaties bezit, nl. fysische, psychische en morele. Dit ding-op-zichzelf ondergaat onophoudelijk veranderingen. Aangezien er uiteindelijk slechts één subtractieve oorzaak is, nl. de drie gunas samen, raken alle mutaties, hoe oppervlakkig ze ook schijnen, de grondoorzaak aan, en zijn toe te schrijven aan de gunas. Deze sutra verdedigt het werkelijke fysisch bestaan van de bestendige stoffelijke realiteiten. Zij is het antwoord op de Boeddhistische stelling van "de Vernielers", die de fysische werkelijkheid van een ding-op-zichzelf verloochent en ze afbreekt tot elkaar-opvolgende momenten zonder bestendigheid. De gunas en hun specifieke werking worden door Vyasa (de eerste commentator van de sutra's) op meesterlijke wijze beschreven (zie m.y.b. nr 35). Uit deze beschrijving weten we dus dat ze werkelijk bestaan en uit zichzelf zonder hulp van buiten af, samenwerken om alles wat nodig is voor de bevrijding van de Zelfen, tot stand te brengen. Zij vormen essentiële structuren doordat ze elkaar tot steun dienen. Ze zijn dus veel meer dan een soort eigenschappen van Prakriti.

## **Hoofdstuk 27. Vervolg tekststudie vierde boek Kaivalyapada; het bestaansniveau van de materie en van het mentaal complex (sutra 4.15 tot 4.17).**

### **4. Verschillend bestaansniveau ding en mentaal complex.**

Het duidelijkste bewijs om aan te tonen dat de dingen en het mentaal complex niet het zelfde bestaansniveau hebben of m.a.w. om aan te tonen dat de dingen ook bestaan als men ze zich niet voorstelt, of dat ze niet enkel in onze verbeelding bestaan, vindt Patañjali in het bewijs dat vele mentale complexen te gelijktijd het zelfde ding als identiek kunnen waarnemen. De bijkomende verkleuringen door de waarnemende eventueel vastgesteld, wijzigen de essentie van het waargenomen ding niet. Hij verduidelijkt deze bewering in sutra 4.15.

### **15.Vastu\_Sāmye Chitta\_Bhedāt Tayoha\_Vibhaktah Panthāh**

**Aangezien er verscheidenheid is van mentale complexen terwijl het ding-op-zichzelf hetzelfde blijft (is het duidelijk dat) deze twee (mentaal complex en ding-op-zichzelf) zich op afzonderlijke bestaansniveaus bevinden.**

Ten aanzien van één en dezelfde realiteit kunnen er in verschillende mentale complexen verschillende gemoedsstemmingen bestaan; ten aanzien van verschillende realiteiten kunnen er gemoedsstemmingen bestaan. Het ding en het mentaal complex behoren dus tot verschillende domeinen. Het ding-op-zichzelf bestaat dus onafhankelijk van de mentale complexen.

Deze sutra weerlegt een andere Boeddhistische leerstelling, nl. deze van de "Idealisten" die beweren dat wat men ding-op-zichzelf noemt enkel een mentale projectie is van het mentaal complex; deze school verwerpt dus het fysische bestaan van het ding-op-zichzelf. In de uiteenzetting over de evolutie van Prakriti werd uitgelegd dat de objectieve evoluties van Prakriti zich ontwikkelen op het ogenblik dat de vijf algemeenheden (tanmatra's) zich losgemaakt hebben uit de bewustzijnsfunctie en van daaraf zet de ganse evolutielijn van de objecten zich in beweging.

### **5. Het ding is onafhankelijk van het M.C**

Om nog verder bewijs te leveren van het werkelijke bestaan der dingen zal Patañjali nogmaals wijzen op de onafhankelijkheid van het ding ten aanzien van het mentaal complex, en à fortiori verklaren dat dit zelfs zo is t.a.v. één mentaal complex waarvan elk bestaan afhankelijk zou zijn volgens sommige andere zienswijzen.

### **16.Na Cha Eka\_Chitta\_Tantram Vastu Tad\_Apmānkam Tadā Kim Syāt**

**Noch is het ding-op-zichzelf afhankelijk (in zijn bestaan) van één enkel mentaal complex; wat zou dat ding dan zijn indien (dat één mentaal complex) geen kennis-activiteit had aangaande dit (ding)?**

Deze sutra ontbreekt in sommige uitgaven; ze is de verdere uitleg van de vorige.

Om uit te leggen hoe één en hetzelfde ding-op-zichzelf, ofschoon het een projectie is van de verschillende mentale complexen, toch hetzelfde is voor die mentale complexen, hebben sommige Boeddhistische Idealisten beweerd dat er maar één projecterend mentaal complex bestaat, waarvan de andere mentale complexen een deel of een weergave zouden zijn. Yoga ontkent dit. Ware dit zo, wat zou het ding-op-zichzelf dan zijn wanneer dat ene projecterend mentaal complex dat gedacht niet had?

Dat deze sutra ontbreekt in bepaalde uitgaven is dus niet te verwonderen, want ze past niet in de zienswijze of in de verklaring van de commentatoren van bepaalde strekkingen. Patañjali wijst niemand terecht; maar de vermoedens dat hij zekere zienswijzen (die niet

stroken met de Yoga-zienswijze) afwijst, zijn duidelijk.

## **6 Wanneer het ding gekend is, is er verkleuring van het M.C.**

Patañjali besluit zijn betoog over het onafhankelijk bestaan der dingen, door er op te wijzen dat het ding ook nog bestaat wanneer het m.c. er geen kennis van neemt  
Wanneer het m.c. er wel kennis van neemt, is er verkleuring van het m.c.

## **17. Tad\_Uprāga\_Apekshivāt Chittasya Vastu Gyāt\_Agyātam**

### **Naargelang het ding-op-zichzelf het mentaal complex verkleurt (of niet verkleurt) is het ding gekend of niet gekend.**

Het ding-op-zichzelf bestaat, onafhankelijk van het ene of van vele mentale complexen. Het wordt slechts een object van kennis, wanneer door tussenkomst van de organen, golvingen verwekt worden in de bewustzijnsfunctie welke aldaar in het bewustzijnslicht worden opgevangen.

Hier eindigt Patañjali zijn uiteenzetting over het werkelijk bestaan der dingen en hun onafhankelijk bestaan t.o.v. het mentaal complex (CITTA) waarover hij het in de volgende sutra's 4.18 tot 4.25 zal hebben.

In deze tot hiertoe gevoerde uiteenzetting komt vooral de eigenheid van de yoga-dârsana tot uiting t.o.v. andere zienswijzen. Naar aanleiding van deze verklaringen heb ik in 1983 een artikel geschreven als bijlage aan les 29 van de opleiding tot yogacharya. Ik wil het tot slot van deze aflevering hier opnemen alvorens in een volgende aflevering de aangekondigde uiteenzetting over Citta aan te vatten.

## YOGA-INSTITUUT HALASANA v.z.w. BIJLAGE

### HET ZELF, HET EGO EN DE WERELD DIE WIJ WAARNEMEN

Dat Patañjali een merkwaardige persoonlijkheid was blijkt uit de inhoud en de voorstelling van zijn yoga-sutra. Reeds vroeger schreef ik dat we in de yoga-sutra's van Patañjali zowel de filosofische als de praktische uitleg aantreffen over wat men de yoga-darsana (zienswijze) noemt (zie patanjala-Yoga, een Synthese van de Yoga-filosofie - uitgave Halasana, blz. 5 "Verantwoording").

De vernuftige wijze waarop de inhoud van de Sutra's wordt gerangschikt laat vermoeden dat Patañjali niets aan het toeval of aan gissingen wilde overlaten. Eerst stelt hij een vraag of een probleem voor en in de volgende sutra's zal hij het antwoord of verdere uitleg geven. Aldus stelt hij de Yoga en de aanpak ervan voor op een realistische wijze, zeer schematisch, bijna wetenschappelijk. Hij gebruikt geen verhaaltjes of parabels waaruit iedereen een conclusie kan trekken die het best past of altijd past. Hij zinspeelt nergens op andere zienswijzen die eventueel met de zijne niet zouden stroken. Hij stelt de yoga voor zonder omwegen en vraagt niemand hem te volgen of te geloven. Hij geeft de nodige uitleg en nog eens bijkomende verklaringen en verschillende mogelijkheden om de staat van Samadhi te bereiken.

De zelfrealisatie noemt hij de isolatie van het Zelf dat vast in zijn eigen vorm staat, wanneer, door toepassing van de yoga-treden alle golvingen van het mentaal complex tot stilstand gekomen zijn.

De laatste sutra van het vierde boek is als een besluit van alles wat hij in de 194 voorgaande sutra's heeft verklaard: "Isolatie is de involutie... (naar de oergrond) van de guna's voor dewelke het Zelf niet langer een doel is; (van) ofwel het definitief in zijn eigen essentie gegrondvest zijn van het Zuiver bewustzijnsprincipe" (Y.S. 4.34).

In deze sutra wordt de staat beschreven waarin de twee werkelijk bestaande realiteiten (Purusha en Prakriti) zich bevinden op het ogenblik dat het grote doel van de yoga bereikt is voor een bepaald Zelf (... mens??),

- aan de ene kant keren de guna's terug naar hun oerbasis (Prakriti), waar ze opgenomen worden in het geheel van de steeds in werking zijnde materie, ten dienste van de andere nog niet gerealiseerde Zelfen, en van de materiele wereld die zonder ophouden evolueert en involueert.

- aan de andere kant is daar het Zijn (het Zelf), alleen; de geestelijke monade die voorheen (schijnbaar) gebonden was met de guna-samenstelling en haar functies, die wij in onze taal de mens noemen..., de mens wiens lichaam en geest slechts een kortstondige schakel is in een groot evolutieproces.

Tijdens het leven in het menselijk lichaam heeft elk individu zijn eigen ik-gevoel. Dit ik-gevoel is niet het Zelf, maar een subjectief gevoel, een ego dat de uitvoerder is van alle daden en gedragingen, en het ontstaat ingevolge de misleiding door de kwelingen (klesha's) die er de oorzaak van zijn dat a.h.w. een versmetting plaats heeft tussen het ego en het Zelf (Y.S. 2.6).

Het ego krijgt de indruk het Zelf te zijn en deze verkeerde indruk heeft voor gevolg dat het Zelf vereenzelvigd wordt met de materie... de persoonlijkheid, in plaats van met zichzelf.

Om deze grote verwarring of dit grote drama uit de weg te ruimen, moet men juist yoga doen: ophouden met deze verkeerde bedenkingen... de golvingen van het mentaal complex stilleggen, dan straalt de Ziener (het Zelf) in zijn eigen natuur.

Over dit drama heb ik een artikel geschreven: "Avidiya, het grootste drama".

Met dit alles blijven er ongetwijfeld toch nog vragen, zoals: wat is nu juist het Zelf?, wat is het ego?, wat is tenslotte de wereld die wij waarnemen? Kortom, wat is er werkelijk bestaande en wat is er maya of schijn waarover men soms hoort of leest?

Volgens de yoga-darsana zijn HET ZELF, HET EGO en DE WERELD DIE WIJ WAARNEMEN, echt reëel bestaande realiteit, in tegenstelling met andere opvattingen die niet tot de yoga-darsana behoren.

Patañjali zegt dat het Zelf (door hemzelf omschreven als drastr, de Ziener of Purusha... (nooit atman) in zijn ware aard Bewustzijn is, niet geconditioneerd door om het even wat en niet afhankelijk van om het even wie (Y.S. 2.20 - Syn. 2.23 & 2:24 - Y.S. 4.22 & 4.34). Het Zelf is een individuele monade... het Zelf IS. Het Zelf is een inactief Zuiver Bewustzijn dat zelfs niet vatbaar is voor enige vervolmaking (Syn. 9.25).

Daarnaast staat het feit dat er vele Zelfen zijn, wiens pluraliteit vooral tot uiting komt in het ego of het geconditioneerd bewustzijn in ieder mens... geconditioneerd bewustzijn dat bewusteloos zou zijn zonder de aanwezigheid van het Zelf (Syn. 1.3&8.50).

Het EGO is eveneens werkelijk bestaande. Men kan het echter niet omschrijven zonder vooraf te weten wat Prakriti is en de aard van de guna's. Prakriti is in gewone taal uitgedrukt, de wereld of het domein van de steeds veranderende en voortdurend voorbijgaande activiteit. Prakriti bestaat uit de drie guna's. De guna's zijn geen loutere eigenschappen of kwaliteiten, maar werkelijk bestaande elementen. Ze zijn niet beperkt tot één domein, want ze zijn kosmisch, fysiologisch en etisch en naast de constituanten van alle dingen zijn zij ook de gemoedstoestand en het karakter van de mens. Niets van alles wat tot de veranderbare sfeer van het geziene en het ongeziene behoort, ontsnapt aan hun werking. Deze werking komt niet van buitenuit, maar is daar van binnen steeds aanwezig... zie de beschrijving van hun werking: Syn. 1.42. De guna's hebben tenslotte een tweevoudige natuur, nl. (Syn. 1.39)

1. deze waardoor ze zich gedragen als een principe dat waarneemt subject, het ego...
2. deze waardoor ze zich gedragen als een principe dat iets waarneembaar maakt, in de eerste plaats de elementen en de buitenwereld, maar ook de subjectieve realiteiten van het principe dat waarneemt (d.w.z. het ene subject dat het andere kan zien).

Het ego is dus een Prakriti-verschijnsel, ontstaan ingevolge de werking van de guna's, evenals het menselijk lichaam. In deze Prakriti-combinatie wordt het Zelf (schijnbaar) gevangen gehouden tot de Zelfrealisatie bereikt is (Syn. 5.59).

De bevrijdingsweg wordt door Patañjali uiteengezet in de Yoga-Sutra. Het komt er op aan deze weg te leren ontdekken... en daardoor is er ook wel enige studie nodig, naast oefening en onthechting.

W. INGELS yogaleraar HALASANA. 20 /04/1983

## **Hoofdstuk 28. Vervolg tekststudie van het vierde boek** **KAIVALIAPADA; Sutra 4/18 - 4.24**

### **7. Het mentaal complex.**

Reeds vanuit de voorgaande studie (zie m.y.b. nr 40 - Verklaring Citta), weten we dat de term 'Citta' een specifieke yoga-term is die zelfs in de Sankhya niet terug te vinden is. In de uiteenzetting van G.M. Koelman wordt deze term vertaald door de uitdrukking 'Mentaal Complex'. Deze voorstelling geeft eveneens de samenwerkende betekenis aan van de drie functies die samen het begrip Citta uitmaken, nl. buddhi (de bewustzijnsfunctie), ahankara (de egofunctie) en manas (het verstand). In het nu volgende gedeelte van de Sutra zal Patañjali het hebben over de eigenschappen en de bijzondere kenmerken van het mentaal complex (citta), en daaromtrent enkele verklaringen doen. Voor de duidelijkheid zullen wij de vragen stellen en Patañjali zal antwoorden.

### **1. Worden de golvingen van het mentaal complex waargenomen door Het Zelf? Het antwoord is natuurlijk JA.**

**18. Sadā Gyātaha Chitta\_Vrittayaha Tat\_Prabhoha Purushasya A\_Parināmitvāt**  
**De golvingen van het mentaal complex worden altijd waargenomen, aangezien de meester ervan, Het Zelf, onveranderlijk is.**

De bewustzijnsfunctie, de plaats van bewustzijn, ontvangt onophoudelijk het bewustzijnslicht, aangezien deze lichtuitstraling de essentie van Het Zelf is. Indien er onderbreking van uitstraling ware, dan zou Het Zelf veranderlijk zijn. Zijn er objectieve golvingen, dan worden deze waargenomen. Indien er geen objectieve golvingen zijn dan is er minstens altijd de opgevangen geobjectiveerde bewustzijnsstraal of beeld. Dit wordt altijd waargenomen door Het Zelf, maar kan in onze geconditioneerde toestand niet uitgedrukt worden. Bijna altijd wordt die lichtuitstraling verkleurd door objectieve realiteiten. Bewustzijn is voor het Zelf zijn eigen natuur, maar de kennis die het heeft van objectieve golvingen van de bewustzijnsfunctie (d.w.z. het geconditioneerd bewustzijn) is afhankelijk van omstandigheden. Zuiver Bewustzijn duurt ononderbroken voort. Voor de yoga is er dus een onsterfelijk Bewustzijn. Om dit antwoord te begrijpen moeten we natuurlijk weten hoe het m.c. werkt, hoe de waarneming plaats grijpt en wat het licht van Het Zelf daarbij komt doen. De onstoffelijkheid van Het Zelf maakt dat het niet kan veranderen en dat het dus ononderbroken kan voortbestaan als Bewustzijn.

Bewustzijn behoort tot het Zelf, maar de kennis die Het heeft van objectieve golvingen wordt uitgevoerd (d.w.z. de functie ervan), door de werking van het m.c. zelf. Het Zelf schijnt de uitvoerder te zijn van de waarneming, maar dit is dus niet het geval.

### **2. Is het m.c. zelfverlichtend? Het antwoord is negatief.**

**19. Na Tat Sva\_Abhāsam Drishyatvāt**  
**Noch is dat (mentaal complex) zelfverlichtend, aangezien het een waarneembaar (object) is.**

Aangezien het mentaal complex, en ook de bewustzijnsfunctie "alleen" gezien kunnen worden in het invallend Bewustzijnslicht, zijn deze functies een object van waarneming (een subjectivo-objectieve realiteit); ze hebben nood aan verlichting door een anderen realiteit, nl. Het Zelf.

Een waarneembaar object kan zichzelf niet verlichten Het is voor ons duidelijk dat alles wat in de bewustzijnsfunctie wordt opgenomen via waarneming of handeling, eveneens geconfronteerd wordt met de egofunctie en manas, maar ook zij zijn objecten t.a.v. het



Zelf en moeten verlicht worden om waarneembaar te kunnen zijn. Het geheel m.c. is dus niet alleen niet-zelfverlichtend, maar ook een object dat de functies van waarneembaar uitvoert. In het boek "Patañjala Yoga" pag.56, van G.M. Koelman wordt hierover nog verdere uitleg verstrekt

**3. Wordt het mentaal complex tezelfdertijd waargenomen als het object van kennis?  
Het antwoord is eveneens negatief.**

### **20.Eka\_Samaye\_Cha Ubhaya\_Anavadhāranam**

**Ten andere, op één en hetzelfde ogenblik kan er geen waarneming zijn van beide.  
(nl.het object van kennis en het mentaal complex).**

De Boeddhistische theorie "Universele ogenblikkelijkheid " verwerpt een bestendig Zelf, en beweert dat op één en hetzelfde ogenblik het mentaal complex zichzelf en het object kent. Bij afwezigheid van een bestendig Bewustzijn-Zelf, en in de veronderstelling van "Universele ogenblikkelijkheid, moet het mentaal complex gelijktijdigheid én het object én zichzelf kennen.

Dit is onmogelijk zegt de sutra. Aangegeven redenen:

1.Het subject van een activiteit kan niet identiek zijn aan het object, aangezien de activiteit een tussenliggende realiteit is.

2.Wanneer er een tussenliggende realiteit bestaat, kan er geen sprake zijn van "ogenblikkelijkheid".

3. Indien het mentaal complex verlicht moet worden, dan kan dat alleen door een ander geschieden.

4. Een en dezelfde activiteit kan niet te gelijktijd gespecificeerd worden door twee verschillende objecten, nl. het mentaal complex zelf, en het object daarvan..

5. Het object wordt direct waargenomen, het subject enkel indirect via terugkeer na de directe perceptie. De naar het subject terugkerende kennisbeweging gebeurt op een ander ogenblik dan de naar het object uitgaande kennisbeweging.

Hier komt weer een boeddhistische stelling naar voor, als zou er een "algemeen gemeenschappelijk) ogenblik" zijn waarop het m.c. en object door het m.c. zelf gekend zijn. Indien dit waar is, dan moet het m.c. dat de actie uitvoert, identiek zijn aan het object. Dat is echter onmogelijk aangezien de activiteit van kennen, het kennen voorafgaat., en het kennen niet gelijktijdig kan plaatsgrijpen als de activiteit van dit kennen . De 5 argumenten weerleggen trouwens het gezegde van de universele ogenblikkelijkheid

**4. Kan een m.c. een ander m.c. waarnemen, Het antwoord is opnieuw negatief.**

### **21.Chitta\_Antar\_Drishye Buddhi\_Buddheha Ati\_Prasangah**

**Smriti\_Samkaraha Cha**

**Indien (een mentaal complex) waargenomen werd door een ander mentaal complex,  
(dan) zou de ene bewustzijnsfunctie van de andere bewustzijnsfunctie afhankelijk  
zijn in een eindeloze reeks; (er zou dan ook) verwarring zijn van herinneringen.**

Indien er geen bestendig Zelf is, indien er meer dan één bewustzijnsfunctie moet zijn (su 16), indien de bewustzijnsfunctie zelfverlichtend is (su.19), moet men aannemen, aldus een andere Boeddhistische school, dat er een reeks bewustzijnsfuncties bestaat, waarvan elke vorige functie verlicht wordt door elke volgende. Ook dit is onmogelijk, aldus deze sutra. In dergelijke reeks zouden alle opeenvolgende bewustzijnsfuncties verlichtend zijn, terwijl geen enkele ervan zich van iets bewust zou zijn of iets kennen. In de onmogelijke veronderstelling dat er toch een kennende bewustzijnsfunctie ware, dan zou er verwarring zijn van herinneringen, aangezien een vorige "kenner-bewust-zijnsfunctie" niet hetzelfde zou zijn als de "herkenner bewustzijnsfunctie".

Reeds in het derde boek heeft Patañjali allusie gemaakt op dit probleem. Bij de beschrijving van de wonderbare resultaten (Siddhis) als gevolg van de concentraties. De inhoud van het m.c. wordt gekend door concentratie op het m.c., maar niet datgene wat de inhoud als basis (de verzonken indrukken) heeft, noch het m.c. zelf. De reden van het negatief antwoord houdt ook de weerlegging in van de hierboven vermelde boeddhistische stelling dat er een reeks bewustzijnsfuncties zou bestaan waarvan de vorige de volgende verlicht.

**5. Hoe gebeurt de waarneming in de yoga?- Patañjali geeft in de nu volgende sutra 4.22 enige uitleg over de waarneming van een object (die gebeurt) door het m.c.**

**22.Katham? Chiteha\_A\_Prati\_Samkramāyāha Tad\_Akāra\_Āpattau Sva\_Buddhi\_Samvedanam**

**Het Zuiver Bewustzijn blijft (absoluut) onaangetast (door om het even welk object); wanneer de gedaante van dat (Zuiver Bewustzijn) opgenomen wordt (in de bewustzijnsfunctie die ermee verbonden is), is er waarneming van zijn eigen bewustzijnsfunctie.**

Deze sutra verklaart hoe de yoga de waarneming van een object ziet. Het m.c. ontvangt de indruk van een object onder vorm van golvingen; deze golvingen dringen door tot het zuiverste en diepste orgaan, nl. tot de bewustzijnsfunctie. Ze zijn een beeld van het object. Maar diezelfde bewustzijnsfunctie wordt ook onophoudelijk verlicht door het bewustzijnslicht dat vanuit het Zelf uitstraalt. Het bewustzijnslicht verkleurt door de objectieve golvingen, wordt altijd waargenomen, altijd "gezien" door hete Zelf dat uitsluitend toeschouwer of getuige is. Het Zelf heeft geen activiteit aangezien het onveranderlijk is; Op deze manier ontstaat er waarneming van die bewustzijnsfunctie, ofwel samen met haar objectieve inhoud, ofwel met het geobjectiveerd bewustzijnslicht alleen.

Patañjali zegt dus dat het Zelf niet aangetast wordt op het ogenblik dat Zijn licht verbonden wordt met een object dat in de bewustzijnsfunctie opgenomen wordt om gekend te worden.

**6. Kan het m.c. alle dingen kennen? - Het antwoord is JA**

**23.Drīshri\_Drīshya\_Uparaktam Chittam Sarvārtham**

**Het mentaal complex gekleurd door de Ziener (getuige) en het waarneembare ding, is bekwaam alle dingen te kennen.**

Het mentaal complex kan alle dingen kennen, d.w.z. alle objectievo-objectieve dingen, alle subjectievo-objectieve realiteiten (bv. de organen, uitwendig en inwendig) en zelfs het spiegelbeeld van het Zelf. De oorsprong van dit spiegelbeeld, nl. het transcendent Zuiver Bewustzijn, kan nooit waargenomen worden in onze geconditioneerde toestand.

Ook in de hoogste vorm van concentratie kennen we het Zelf niet zoals het in werkelijkheid is. We kunnen wel een (zuivere) afstraling van het Bewustzijnslicht kennen dat a.h.w. een geobjectiveerd Zuiver Bewustzijn is, maar nooit het Ware Zelf kan zijn. Het Zelf kan men niet "kennen"; men kan het "zijn" in de staat van kaivalia (bevrijding).

**7. Werkt het m.c. voor zichzelf? - Het antwoord is NEEN.**

Soms zou men de indruk kunnen krijgen dat het m.c. voor zichzelf werkt, aangezien de informatie die er samenkomt niet meer verder doorgegeven wordt.

**24.Tat Asankhayeya\_Vāsnābhihi\_Chitram\_Api Para\_Artham Samhatya\_Kāritvāt**

**Dit (mentaal complex) ofschoon door talloze onderbewuste indrukken verschillend,**

**bestaat voor voor een ander (wezen), aangezien het (van nature) als samenstelling werkzaam is.**

Het m.c. is zoals alle prakriti-realiteiten, werkzaam voor een ander wezen. Een bepaald m.c. werkt voor de finaliteit van een bepaald Zelf; het moet dus voorzien zijn van alle mogelijke bezinksels die in de kringloop van wedergeboorten van dat Zelf nodig zijn. Het m.c. werkt dus als een samenstel en is daarom voor een ander wezen werkzaam. Het is trouwens zo met elke samenstelling. Zij bestaat terwille van of ten dienste van iemand anders of m.a.w. uiteindelijk voor een finaliteit die niet samengeteld is. Indien dit niet zo ware, dan zou deze reeks oneindig verder gaan en zou de bevrijding nooit plaats hebben. Een ban de basisteksten welke dienen als bewijs van het bestaan van het Spirituele Zelf zegt dat alle samengestelde wezens bestaan terwille van een ander, en dit ander is het Zelf.(zie m.y.b. nr.36).

Tot hiertoe omvatte de sutratekst onderrichtingen die duidelijk aantonen dat er andere zienswijzen bestaan die over dit alles andere meningen hebben. We vinden ze vooral in het Boeddhisme maar ze zijn ook terug te vinden in menige stellingen van de Vedanta. Patañjali zelf verwijst er niet naar en zijn verklaringen zijn duidelijk gericht op de yogadārsana die haar eigen zienswijze heeft (die op bepaalde punten zelfs afwijkt van de Sankhya waarmede ze over 't algemeen de mening deelt).

In het nu volgend gedeelte dat het slot vormt van zijn Sutra, zal Patañjali zich nog enkel bezig houden met nadere toelichtingen omtrent zijn eigen leer en de voorstelling van de bevrijding voor elk individueel Zelf.

In het volgend hoofdstuk komen (in -8) Het onderscheidmakend inzicht en gevolgen, en (in - 9) De Isolatie, aan bod.

## **Hoofdstuk 29. Vervolg en einde tekststudie van het vierde boek Kailvaliyapada; Sutra 4.25 - 4.34.**

### **8. Het onderscheidmakend inzicht. - Inzicht en gevolgen. -sutra 4.25 tot 4.33.**

Het onderscheidmakend inzicht (VIVEKAKHYATI) is het proces waardoor het mogelijk wordt het onderscheid waar te nemen tussen alles wat van Prakriti-oorsprong is en het Spirituele Zelf. Men is zich in deze toestand bewust van de "anders-heid" van het Zelf dat op intuïtieve wijze wordt waargenomen (zie hier boven mijn nr14 - Boek 2, vervolg 2, -sutra's 2.26 en 2.27.).

In de sutra 4.25 tot en met 4.33 geeft Patañjali een overzicht van de gevolgen van dit o.m.i.:

#### **1° Het denken i.v.m. de levenstoestanden houdt op.**

Lees de tekst en de uitleg van de sutra 4.25. Er is geen bijkomende verklaring nodig. Alles wat prakriti-werking aangaat wordt a.h.w. nietig t.a.v. de schittering van het Zelf.

#### **25.Vishesha\_Darshinah ātma\_Bhāva\_Bhāvanā Vinivrittihi**

**Voor hem die het onderscheid ziet (tussen het sattvam van de bewustzijnsfunctie en het Zelf) is er ophouden van denken aangaande zijn levenstoestanden.**

Iemand die het " anders-zijn " van het Zelf, zijn diepste realiteit inziet, heeft geen interesses meer voor zijn geconditioneerd bestaan en de oorzaken daarvan. Hij leeft in de overtuiging dat alleen zijn Zelf waarde heeft.

#### **2° Het m.c. helt over naar o.m.i. en beoogt "isolatie".- Sutra 4.26.**

Ook deze tekst is duidelijk en behoeft geen verdere uitleg.

#### **26.Tadā Vivekanimnam Kaivalya\_Prāgabhāram Chittam**

**Dan helt het mentaal complex over naar onderscheidmakend inzicht en beoogt isolatie.**

Zijn mentaal complex wordt overweldigd door dat inzicht, en in steeds grotere kalmtte streeft het naar "Isolatie".

#### **3. Andere gedachten zijn er nog bij tussenpozen, ingevolge verzonken indrukken.**

In sutra 4.27 wil Patañjali zeker niet nalaten te vermelden dat een gerealiseerd mens ook nog wel gewone praktische gedachten heeft. Daarmede wordt nogmaals aangetoond dat Zelfrealisatie en bevrijding van het Zelf niet noodzakelijk gepaard gaan met de fysieke dood van het individu.

#### **27.Tat\_Chidreshu Pratyaya\_Antarāni Samskārebhyaha**

**In de tussenpozen (tussen de toestanden van langduriger onderscheidmakend -inzicht) van dit mentaal complex, komen er andere gedachten voor tengevolge van verzonken indrukken.**

De yogi heeft nog wel andere gedachten voor zijn praktisch leven, maar hij heeft er zich van onthecht. Deze gewoonmenselijke gedachten spruiten voort uit morele en psychische bezinksels waarvan de bevruchting in dit leven begonnen was; een karma dat begint te rijpen, kan niet stopgezet of verkort worden.

Anderzijds geeft Patañjali toch weer opnieuw bijkomende uitleg aan hen die van mening zouden zijn dat deze andere gedachten niet weg te werken zouden zijn aangezien de verzonken indrukken waaraan ze toe te schrijven zijn ingevolge de karmawet, hun uitwerking moeten hebben.

In sutra 4.28 gaat hij in op deze moeilijkheid en verklaart hoe aan deze verzonken indrukken een einde kan gemaakt worden..

## **28.Hānam\_Eshām Kleshavat\_Uktam**

**Men kan aan deze (verzonken indrukken) ontsnappen op de manier aangeduid om aan kwellingen (te ontkomen) - (Sutra 2.10 en sutra 2.11)**

De actuele voorstellingen worden tegengewerkt door concentratie; de subtiele bezinksels ontbinden zich zelf in Prakriti..

Patañjali verwijst dus naar de manier waarop men aan de kwellingen kan ontkomen en zegt dus dat men deze verzonken indrukken op dezelfde wijze kan uitbannen. Dit gaat dus als volgt:

1°- Wanneer deze (kwellingen) subtiel geworden zijn moeten ze weggewerkt worden door omgekeerde evolutie. Sutra 2.10)

2° De golvingen van deze (kwellingen) moeten tegengewerkt worden door éénpuntige aandacht (sutra 2.11)

Bij deze twee sutra's, waarin we de middelen aantreffen die ons kunnen helpen om de andere gedachten welke nog sporadisch opkomen, weg te werken, verwijs ik hier naar de uitleg over de kwellingen en hun bestrijding (zie de nrs. 12 en 13 hier boven -Boek 2 Sadhanapada.).

Aangezien het volledig verdwijnen van de kwellingen een kwestie is die zich afspeelt op metafysisch niveau is het nodig de betekenis van deze fase in de yogabeoefening goed in te zien. Het is de diepste fase waar directe activiteit van de yogi uitgesloten blijft en waar Prakriti zelf het werk overneemt om de fysische make-up van de yogi voor goed te ontbinden en zijn bevrijding voltooien.

## **4. Het grote gevolg.**

De gevolgen tot hertoe aangehaald zijn in feite gevolgen die nog niet rechtstreeks het proces van de bevrijding in gang zetten. Het zijn eerder logische gevolgen die in feite als een voorbereiding kunnen gezien worden van wat er nu zal gebeuren.

### **1° De verzinking "Wolk van essenties"**

Wie in de toestand van "Verheven inzicht" belandt en daar niet stil staat uit interesse vanwege de buitengewone gaven waarmede deze toestand gepaard gaat, komt via o.m.i. terecht in de verzinking van de "wolk van essenties". Deze verzinking is de overgang naar de concentratie van "afsluiting". De betekenis van "wolk van essenties" wordt weergegeven bij de verklaring van sutra 4.29.

## **29.Prasankhyāne\_Api\_Akusiidasya Sarvathā**

**Viveka\_Khyāteha Dharma\_Meghaha\_Samādhihi**

**Voor hem die zelfs in het "verheven inzicht" geen voordeel zoekt, komt in elk geval, tengevolge van onderscheidmakend inzicht de verzinking (die de naam draagt van) de wolk van Essenties.**

Samen met het "Verheven inzicht" komt er dikwijls een objectieve alwetendheid. Voor de yogi, die geen interesse heeft in dat "Verheven inzicht" en in de objectieve alwetendheid (indien hem die gegund is), komt er altijd een toestand waarin hij zonder inspanning en zonder uitwendige concentratiesteun, verzinking of absorptie bereikt in het onderscheid tussen zijn Zelf en het Zuiverste sattvam.

Deze toestand draagt de naam "Wolk van Essentie" omdat verzinking, als vanuit een wolk op de yogi neer regent. Het is ook normaal en volkomen aanvaardbaar dat ingevolge deze verzinking alle kwellingen ophouden en dus de karmawerking stil valt. Patañjali bevestigt dit met nadruk in de sutra 4.30 waarbij geen verdere uitleg nodig zal zijn.

Als gevolg daarvan is er ophouden van de kwellingen en van Karma.  
De overweldigende perceptie van het "anders-zijn" van zijn Zelf, ontwortelt miswijsheid en de an-dere kwellingen, zodat zijn daden geen vergeldingszaad opleveren.

2° **Alles is gekend** - Sutra 4.31

**31.Tadā Sarva\_Āvarana\_Mala\_Apetasya Jnānasya\_Ānantayāt\_Jneyam\_Alпам Dan, omwille van de oneindigheid van kennis waarvan alle verduisterende bevlekkingen verdwenen zijn, blijft er weinig over dat nog te kennen is.**

De bewustzijnsfunctie is dan zo helder en zuiver van objectieve determinaties, dat het bewustzijnlicht niet langer beperkt wordt door de ego-functie en door de zelfzuchtige neigingen. Men moet zich herinneren dat de yogi door zijn verschillende concentraties reeds zeer wijde en diepe kennis heeft opgedaan. Men mag ook niet vergeten dat de bewustzijnsfunctie, op zichzelf slechts het psychologisch aspect is van de algemene "grote entiteit" waaruit alle evoluties voortkomen. De bewustzijnsfunctie wordt tot een individu beperkt door de weerspiegeling van de Ego-functie en de individuele neigingen. Wanneer door heldhaftige passieloosheid de centraliserende functie (de Ego-functie)nagenoeg alle ik-zucht heeft overwonnen, en wanneer door onderscheidmakend-inzicht het ik-ben-gevoel bijna uitgedoofd is, is het niet te verwonderen dat de bewustzijnsfunctie alle Prakriti-dingen direct weerspiegelt zonder tussenkomst van organen. Wat blijft er dan nog over dat te kennen is? Trouwens, welke interesse om Prakriti-dingen te kennen kan er nog bestaan, als iemand de isolatie zo dicht heeft benaderd?

Door het wegvallen van elke verduistering, d.w.z. het wegvallen van alle interesse voor Prakriti-dingen, wordt de bewustzijnsfunctie niet langer belemmerd en weerspiegelen alle objecten zonder tussenkomst van organen. Zoals de bewustzijnsfunctie er dan voorstaat worden alle dingen onmiddellijk tot in hun diepste lagen gekend. Men nadert dus het punt waar alleen maar "ZIJN" of "Bestaan overblijft, d.w.z. alleen "Bewustzijn". Het Spirituele Zelf treedt dus op de voorgrond in de bewustzijnsfunctie door zijn eigen licht en niet door enige actie of handeling.

3° **De mutaties stoppen.**

Wanneer de gunas hun werk stopzetten ingevolge de uitwerking van de "wolk van essenties", dan is er geen opeenvolging van mutaties meer (sutra 4.32) zoals Patañjali zegt:

**32.Tataha Kritarthānām Parināma\_Kramaha\_Samāptiḥi\_Gunānām Na deze "Wolk van Essentie" wanneer de gunas hun taak volbracht hebben komt het einde van de opeenvolging van mutaties.**

Prakriti-realiteiten, bijzonder de subjectieve organen van waarneming, werken voor de verschillende Zelfen. Wanneer dus een Zelf zijn doel heeft bereikt, komt de finaliteit van de gunas die voor dat Zelf werken ten einde, en de mutaties om dit Zelf te dienen houden op.(d.w.z. de opeenvolging van de mutaties stopt voor dit Zelf). Patañjali zal eveneens uitleggen wat hij juist verstaat onder "de opeenvolging", - (sutra 4.33).

**33.Kshana\_Pratiyogi Parināma\_Aparānta\_Nigrahyiḥa Kramah Wat gepaard gaat met elk ogenblik, en waarneembaar wordt op het einde van de mutaties, (dat is wat men noemt) de opeenvolging (van de mutaties).**

Elke mutatie is een proces dat zich over verschillende momenten uitstrekt. Alleen het eindresultaat van de mutaties wordt waargenomen; maar het mutatieproces bestaat in het

opbouwend verschuiven van de fasen die op elk moment gebeuren. Deze reeks fasen als één geheel beschouwd, noemt men de opeenvolging.

De opeenvolging is dus de onzichtbare evolutie die op elk moment voortduurt en uitmondt in een waarneembaar resultaat dat gericht is naar de bevrijding van het Zelf. Wanneer nu dit Zelf bevrijd is dan houden deze mutaties t.a.v. dit Zelf natuurlijk op.

In zijn laatste sutra zal Patañjali trouwens nog eens duidelijk stellen wat er gebeurt wanneer de toestand van bevrijding wordt bereikt.

## **9. ISOLATIE - KAIVALYA. (sutra 4.34).**

Als slot van de yoga-sutra vinden we duidelijke aanwijzingen die het begin ervan en de definitie van "Yoga" volgens de opvattingen van Patañjali nog eens uitleggen.. De sutra 4.34 is onderverdeeld in twee verklaringen waarvan de eerste geldt voor de materie "Prakriti" die haar werk t.a.v. dit Zelf heeft volbracht en de tweede duidelijk verklaart dat het Zelf in eigen essentie gegrondvest blijft, zonder gevangenschap of overschaduwing van de guna-werking. Het Zelf schittert in zichzelf en de materie die haar dienst gedaan heeft, keert terug naar de oerbasis van Prakriti.

**34.Purushārtha\_Shunyām\_Gunānām Prati\_Prasavah  
Kaivalyam Svarupa\_Pratishtā Vā Chiti\_Shaktir\_Iti  
Isolatie is de involutie...(naar hun oergrond) van de gunas voor dewelke het Zelf niet langer een doel is; ofwel het definitief in zijn eigen essentie gegrondvest zijn van het Zuiver-Bewustzijnsprincipe.**

Deze verwezenlijking is geen verandering in het Zelf, maar enkel het ophouden van een schijn.

Met onze empirische begrippen is deze toestand niet begrijpbaar en onvergelijkbaar.

Dat het Zelf "IS", dat het "TRANSCENDENT" is, zelfvoldaan zonder de minste samenstelling verandering of relatie, dat het "EEN" is, en intern volledig zichzelf, zijn perfecties die ten overstaan van ons empirisch verstand, verscheidenheden of eigenschappen zijn, maar in werkelijkheid voor het Zelf enkel "IDENTITEIT" zijn.

- oOo-

HIER EINDIGT DE UITEENZETTING OVER DE YOGA-SUTRA VAN PATAÑJALI.  
HET IS DE VERTOLKING VAN EEN VERTALING UIT DE OUDE SANSKRITTEKSTEN,  
GEREALISEERD DOOR G.M. KOELMAN s.j. (1909 -1991) - Papal Athenaeum  
te Poona India, in 1980.

---