

Inleiding

Voor we het gaan hebben over de spiritualiteit van het hindoeïsme, moeten we eerst uitleggen wat spiritualiteit nu eigenlijk behelst en waarin het verschilt van religie. Alles wat betrekking heeft op uiterlijke vormen behoort tot religie, terwijl het innerlijk leven het domein is van spiritualiteit. Religie kan worden beoefend in groepsverband en gaat gepaard met rituelen en ceremonieën die nauw verbonden zijn met het sociale leven; religie kan een doctrine hebben en dogma's. Spiritualiteit daarentegen, is volstrekt persoonlijk en individueel; ze steunt niet op uiterlijke vormen en zelfs niet op een religie. Spiritualiteit gaat boven dat alles uit op een abstractieniveau waarin de verschillen die er bestaan tussen de diverse religies zijn verdwenen.

Ieder die een religie praktiseert is een religieus mens, maar hij is niet per se een spiritueel mens, zolang hij in zichzelf niet een andere hoedanigheid heeft ontdekt, namelijk een universele visie die veel ruimer is dan de wereld die we om ons heen waarnemen.

Tegenwoordig zijn er veel mensen die de religies van India willen leren kennen. Voor hen is het moeilijk om het hindoeïsme te zien als een religie, omdat er geen dogma's zijn, maar alleen rituelen en ceremonieën. De hindoes noemen hun religie “*dharma*”. *Sanatana Dharma* is het eeuwenoude pad, dat door de grote wijzen, de *rishi's*, is gebaad. Het is aan mensen onderwezen en heeft als oogmerk Verlossing, *moksha*. Daar moeten mensen naar streven. Er leiden verschillende wegen naar verlossing. Eén daarvan is religie. Niet al die wegen blijken religieus, maar ze zijn wezenlijk spiritueel. De weg die een mens gekozen heeft en volgt, moet in overeenstemming zijn met diens individuele aard.

De leer van de Veda's is, tot op de dag van vandaag, de basis van de spiritualiteit en de religie van het hindoeïsme: “De Waarheid is Eén. De Wijzen geven Haar verschillende namen.” Dat is de basis van de spiritualiteit van het hindoeïsme. De leer van de Upanishaden is zelfs geheel metafysisch. Dit staat voorop: Er is slechts één Werkelijkheid, Brahman, het Allerhoogste. Brahman is de oorsprong van het universum. De gehele schepping is doordrongen van 'Dat', van Brahman.

Zolang een mens verblijft in het bewustzijnsniveau van het alledaagse, beperkte leven, weet hij niet dat de hele schepping doordrongen is van 'Dat'. Het is een feit dat niemand kan uitleggen. In het alledaagse leven zijn we ons niet bewust van het bestaan van één enkele, fundamentele eenheid. De materiële werkelijkheid fascineert ons zozeer door haar gevarieerdheid, dat we niet eens zoeken naar wat achter die verscheidenheid ligt. Men zegt, dat de kracht van de materiële

werkelijkheid ons in haar greep houdt, ons in bezit neemt en belet dat we ons bewust worden van de Uiteindelijke Werkelijkheid, Brahman.

Volgens de Katha Upanishad worden onze zintuigen zozeer in beslag genomen door de dingen om ons heen, dat ze de innerlijke Waarheid niet kunnen vatten. Een moedig mens die er in slaagt zijn geest tot rust te brengen, kan in de diepte schouwen en is in staat zijn ware natuur te ervaren: het *Atman*. Dan ziet hij in dat het *Atman* niet verschilt van Brahman.

De Wijzen hebben gezegd dat de rede niet in staat is om ons dit grote en universele inzicht te verschaffen. We moeten het domein van de rede overstijgen. We moeten daartoe spirituele disciplines beoefenen. Maar voor degenen die zich sterk voelen aangetrokken tot het voorbijgaande, materiële leven, is spiritualiteit niet bijster interessant. Om een spirituele discipline te beoefenen moet men zich sterk aangetrokken voelen tot het innerlijk leven. Maar ook iemand met deze, juiste geaardheid moet zich realiseren, dat het niet gemakkelijk zal zijn om dit onderzoek tot een goed einde te brengen, gelet op de moeilijkheden die overwonnen moeten worden en de obstakels die moeten worden opgeruimd. Geloof alleen is niet genoeg. Het gaat er om te ervaren, dat Alles Brahman is.

Men kan begrijpen en inzien dat de spiritualiteit van het hindoeïsme gebaseerd is op metafysica, maar ook de religie van het hindoeïsme staat niet los van metafysica. De religieuze begrippen zijn diepgaand beïnvloed door metafysica. Het is een onscheidbaar geheel. In India is God, het Absolute, een religieus ideaal. Tot Hem wordt gebeden. Hij wordt vereerd. Erediensten en ceremoniën worden opgedragen in Zijn naam.

God is in het hindoeïsme *Ishwara*. En Brahman, gezien vanuit het denken en de rede, wordt *Ishwara* genoemd. Spirituele oefeningen worden in het dagelijks leven gericht tot *Ishwara*, die ons helpt. *Ishwara* is de schepper, beschermer en vernietiger van het universum. Zijn kracht wordt *Shakti* genoemd. Zij scheidt, beschermt en vernietigt. *Ishwara* wordt aangeroepen met nederigheid en eerbied. Hij wordt vereerd onder verschillende namen, ook onder de namen van goddelijke Incarnaties. *Ishwara* is nauw verwant met de menselijke aard.

De rituelen en erediensten van het hindoeïsme bereiden de menselijke geest erop voor de grenzen van de wereld van verschijnselen, dus van het alledaagse leven, te overschrijden en om voorbij het zichtbare te gaan en de fundamentele eenheid te ervaren. Hier is het domein van het Onzegbare. Wij kunnen slechts luisteren naar de woorden van hen die Het ervaren hebben en die accepteren.

Door *Ishwara* te vereren raakt men intens geconcentreerd. Maar dit is niet de enige weg; er zijn ook andere. Er zijn verschillende yoga's, als evenzovele wegen die leiden tot de spirituele ervaring waarbij de mens erin slaagt de wereld van verschijnselen te overstijgen.

Wat is die wereld die we moeten overstijgen? Het is de wereld van uiteenlopende vormen, de manifestaties in het gehele universum om ons heen en ook

in ons eigen innerlijk. De wereld is de manifestatie van Brahman, van de kracht en energie van Brahman. Ons alledaagse bewustzijn verblijft op het niveau van materie, het zichtbare universum. Wij verkeren dus in onwetendheid omtrent onze ware goddelijke, of spirituele aard. Wij hebben slechts een heel beperkt gezichtsveld.

Vedanta zegt, dat ons doel in dit leven is, het ervaren van het *Atman*, het ervaren van *Ishwara* of Verlossing. Er bestaat geen onderscheid tussen Verlossing, *Atman* en *Ishwara*. Wie meent dat er onderscheid is, komt altijd uit op hetzelfde punt; en dat is: de noodzaak om het gewone leven te overstijgen, door onthecht te raken van materiële dingen, wier bezit ons geen blijvend geluk en werkelijke liefde kan schenken.

De grote leermeesters hebben ons aangeraden om de problemen van alledag niet enkel vanuit een politieke en sociale gezichtshoek te bekijken, maar te proberen een spirituele visie te ontwikkelen.

Als het dagelijks leven ons ongelukkig maakt, dan is dat het werk van onze lagere natuur. Op dat niveau zijn er altijd conflicterende belangen. Wij kennen dan een overdreven belang toe aan drie aspecten van het menselijk bestaan: het fysieke, vitale en mentale. Op zich zijn deze aspecten goed, ze vormen met elkaar de drie elementen van ons fysieke welzijn zoals we ons dat graag voorstellen. Het gebeurt echter vaak dat deze aspecten van het menselijk bestaan uit balans zijn. Een mens die leeft op het fysieke en mentale niveau is nooit een volledig mens; hij is niet een volmaakt mens. Een wijze ziet de leegte en de teleurstelling die het gevolg is van het gewone bestaan. Wat is dan de oplossing van dit probleem?

De *rishi's* van India zien in onszelf onze ware, onsterfelijke, goddelijke natuur. Wanneer wij die ervaren, zijn we verenigd met het *Atman*, met het universele bewustzijn van de Allerhoogste, waarbij we het fysieke, vitale en mentale niveau achter ons hebben gelaten. Hij die het *Atman* heeft ervaren weet hoe hij moet leven in dit leven en daarna. Waarlijk, er is geen egoïsme meer in hem, hij is een instrument van de Allerhoogste geworden, en latente kwaliteiten in hem worden manifest. Zo iemand is kalm en evenwichtig, hij zal het domein der zinnen overstijgen en een volmaaktheid tonen die niet eerder zichtbaar was.

De Upanishaden stellen onomwonden vast, dat het ervaren van het *Atman* ons leven transformeert; het brengt een verandering teweeg. Het is onmogelijk om dit nieuwe leven te vergelijken met ons huidige, gewone leven. Zaligheid, geluk en vrede zijn niet langer betekenisloze woorden, ze geven uitdrukking aan de staat waarin een mens verkeert die de spirituele ervaring heeft gehad, die in zich het Zelf heeft ontdekt. Als hij beseft dat hij afkomstig is uit een meer verheven staat en een hoger plan, dan moet hij die verheven staat weer terugvinden. De mens die spirituele ervaring zoekt, doet dat niet omdat hij dan misschien een profeet of een heilige kan worden; hij probeert slechts om zich van zijn fouten te ontdoen en te doorgronden wat zijn ware natuur is.

Dan moet nog één kwestie worden opgehelderd: wat is het middel om tot deze

gezegende staat te geraken? Er zijn diverse middelen, diverse yoga's, die verschillen in beoefening, maar waarvan het doel hetzelfde is. Onthechting van het gewone leven is onderdeel van spirituele discipline. Men moet beseffen dat onze gehechtheid aan materiële zaken onze vooruitgang belemmert en zelfs belet. De geest moet gezuiverd worden, dat wil zeggen, bevrijd van alle gehechtheid, om tot intense concentratie te kunnen komen. Het is onze geest die de wereld om ons heen ordent, die vorm geeft aan onze sociale relaties, die uiteenlopende gevoelens in ons wakker roept en ons het goede en kwade doet ervaren. Zelfbeheersing is dan ook een fundamentele voorwaarde. We moeten het lichaam, de zintuigen en de gedachten kunnen beheersen.

Als onze geest gehecht is aan het alledaagse leven, dan zijn we ons alleen bewust van dit materiële bestaan, zonder besef van iets anders. Door spirituele discipline leren we om een yogi te worden, om vrijwillig afstand te doen van alle banden met de buitenwereld en van alle ideeën die we hebben omtrent onszelf. In het begin kan daar verzet tegen zijn, omdat het lichaam, de zintuigen en de geest de discipline niet onmiddellijk accepteren. De geest is het moeilijkst te temmen maar door beoefening van een goed gekozen en juist gerichte meditatie, slaagt men erin de aandacht af te leiden van externe zaken en te concentreren op één enkel punt. Men leert ook om de eigen gedachten te zien als een schouwspel. Wanneer de geest niet langer aandacht schenkt aan beweging, wordt hij kalm; dan let hij niet meer op denkbeelden, dan is er niet langer het idee van "ik" en "mijn".

De gelovige ziet alleen God en de yogi voelt, volgens Vedanta, dat zijn ego niet bestaat. Voor deze discipline is langdurige beoefening vereist; en wel onder leiding van een competente leraar, die zijn leerling de richting wijst. De Katha Upanishad zegt dat dit pad lastig is en scherp als een scheermes; men verdwaalt snel, als men verstrikt is geraakt in psychische ervaringen. Daarom is begeleiding van een gekwalificeerde leraar noodzakelijk.

Een mens die onevenwichtig is, vol trots en gehecht aan de wereld, kan niet tot spirituele ervaring komen. Er is een zeer nederig gemoed voor nodig om het advies van een leermeester te kunnen accepteren en de wil om zichzelf te zuiveren. Wij zijn ons hoogst zelden bewust van onze tekortkomingen. We moeten onze uiterste best doen om ze op te sporen en ze te verbeteren. Zuivering van onze geest brengt dan een belangrijke verandering tot stand waardoor wij onze manier van denken wijzigen.

Door de aanwijzingen van een goeroe op te volgen en yoga disciplines te beoefenen wordt dit allemaal mogelijk. Dan verlangt men met heel zijn hart naar de Heer. Door zelfbeheersing te beoefenen en meditatie ontdekken we ons ware 'Zelf'. Er komt een dag waarop we de Hoogste Werkelijkheid ervaren en weten dat alleen de Allerhoogste het Universum regeert.