



De Upanishads in ruimer verband

De Upanishads behoren tot de oudste filosofische geschriften ter wereld. Net zoals dat geldt voor heilige teksten uit andere culturen, zijn de 'waarheden' en inzichten die ze herbergen onuitputtelijk. Velen hebben zich door de eeuwen heen over de teksten gebogen. Daarin is prachtig werk verricht. De bestudering van de Upanishads, hun geschiedenis en filosofie, is zonder meer lonend, misschien zelfs onmisbaar. Het doorgronden van deze heilige teksten vereist dat je enigszins zicht hebt op de tijd en cultuur waarin ze zijn ontstaan.

Toch wordt er misschien weleens te veel gezegd en staan de verklarende woorden de directe, persoonlijke beleving van de tekst in de weg. Het is als wanneer je de schoonheid van een zonsondergang vanuit ieder oogpunt en tot in het kleinste detail beschrijft. Je mist de onmiddellijke ervaring.

De auteurs van de Upanishads waarschuwen tegen de overbodige opeenstapeling van woorden. Wie zich wil bevrijden dient steeds gericht te zijn op het doel van het onderricht: de herkenning van het Zelf. Al het andere geeft alleen vermoeienis.

Deze kleine verhandeling zal ook om die reden geen academisch relaas worden. Veel van de symboliek en terminologie in de Upanishads is de moderne lezer vreemd. De toelichting is vooral bedoeld om daarin een behulpzaam kader te bieden en onnodige verwarring weg te nemen.

Om te beginnen zal ik ingaan op de aard van deze bronteksten en de vraag hoe de veelheid aan Upanishads zich laat onderscheiden. Na een eerste filosofische verkenning schets ik in grote lijnen de culturele context van de Upanishads. Tot slot zal ik diepgaander stilstaan bij de filosofie en het onderricht. In beide gaat het om de grote levensvragen van de mens. Wat is de werkelijkheid? Wie ben ik? Wat is de aard van de wereld? Hoe verhoudt mijn 'kleine ik' zich tot het ware Zelf? Wat is begoocheling en wat de realisatie van vrijheid?

Upanishads: bronteksten over het Werkelijke

Een Upanishad is een brontekst, een geschrift dat aan de wortel van een traditie ligt, in dit geval de hindoeïstische. Dit is niet de enige reden om het een brontekst te noemen. De essentie van een brontekst is dat hij je terugvoert naar een allesvoorafgaande oorsprong, naar een beginsel dat ten grondslag ligt aan wie of wat je ten diepste bent en wat je als wereld omgeeft. Daarin overschrijdt een heilige tekst tijd en traditie.

Een Upanishad onderricht over dat wat uiteindelijk waar en werkelijk is. Men spreekt over dé Werkelijkheid, die wordt gekarakteriseerd als één en onveranderlijk, en die, hoewel overal en altijd aanwezig, voor het oog verborgen blijft. Ze gaat voorbij het zintuiglijke, voorbij onze vertrouwde manier van begrijpen, voorbij wat taal vermag. Het speurende verstand, dat hangt aan woorden en begrip, keert er onverrichter zake van terug. Ook al overstijgt de Werkelijkheid onze ratio, tegelijkertijd is alles wat je ziet, hoort en proeft als een eerbetoon aan het Werkelijke.

In de Upanishads wordt kennis van de Werkelijkheid beschouwd als 'eeuwig' en absoluut, door niets veroorzaakt. Dat betekent dat ze niet is 'bedacht' of 'van iemand is', maar dat ze juist voorbij het persoonlijke reikt, voorbij iedere eigen voorstelling. Het betreft 'het uiteindelijk'. Volgens *vedānta* – de filosofische stroming die zich baseert op de Upanishads – is zulke kennis niet aan de menselijke geest ontsproten, maar komt ze van hogerhand. Men noemt haar *shruti*, geopenbaarde of 'gehoorde' kennis, in tegenstelling tot *smṛiti*, de door mensen overgedragen of 'herinnerde' kennis. De oudste Upanishads zouden in een ver verleden onthuld zijn aan 'zieners' (*rishi*'s), die verkeerden in een opperste staat van helderheid en ontvankelijkheid. Ook de bijbel kent dit idee van 'goddelijke openbaring'.

Je kunt natuurlijk je bedenkingen hebben bij zo'n aanname, maar wie zich daarin vastbijt, mist misschien de diepere betekenislaag van deze bewering. 'Geopenbaarde kennis' verwijst vooral naar de aard van die kennis. 'Mensenkennis', hoe subtiel en spitsvondig ook, is altijd beperkt en blijft steeds 'in ontwikkeling'. De geopenbaarde kennis van de Werkelijkheid daarentegen is – zo gelooft men – alomvattend. Niets doet haar wankelen. Ze is niet anders nu dan in een ver verleden, ze geldt voor altijd.

Als gezegd wordt dat kennis van de Werkelijkheid de menselijke geest ontstijgt, dan wordt daarmee aan het denkvermogen zijn juiste plaats gegeven. Dat vermogen mag namelijk niet verward worden met het onderliggende Bewustzijn. Het doet denken aan de metafoor van de koetsier en de reiziger. De koetsier, wiens enige taak het is te vervoeren, zit dronken van zichzelf op de bok van de koets. Hij spoort de paarden aan en gaat op in een wilde rit, maar vergeet dat het niet om hem gaat, maar om de bestemming van de reiziger in de koets. Evenzo kan ons denken vervuld zijn van kennen, terwijl Kennen zelf – Bewustzijn dat aan het kennen van objecten voorafgaat – volledig uit zicht is geraakt.

Het woord 'upanishad' heeft verschillende omschrijvingen: 'verschoolen betekenis', 'geheim onderricht' of 'verborgen kennis'. De overdracht van deze kennis luisterde heel nauw en was niet voor iedereen toegankelijk. In vroeger tijden werd ze doorgegeven in het besloten samenzijn van leraar en leerling. De letterlijke vertaling van *upanishad* is dan ook 'zitten in nabijheid van'.

De sfeer van verhulling en beslotenheid is niet bedoeld om de kennis met een schimmige, mystificerende deken toe te dekken. Binnen de gemeenschap was het onderricht weliswaar voorbehouden aan de geprivilegieerde kasten van *brahmanen* (priesters) en *kshatriya*'s (edellieden), maar het was ook op een andere manier 'verborgen'. Het onderricht werd weggehouden van ieder die onrust bij zich droeg of in de greep was van begeerte en zelfzucht. Toegang tot de diepste kennis wordt niet door status bepaald, maar vraagt allereerst om de juiste innerlijke conditie. In de Upanishads wordt de voorwaarde van kaste of afkomst meerdere malen terzijde geschoven, als de aspirant-leerling van een niet te bedwingen bevrijdingsdrang en waarheidsliefde getuigt. Inwijding vraagt op de eerste plaats een waarachtige toenadering.

Shankara (700-750 A.D.), een van de belangrijkste commentatoren op een aantal Upanishads, omschrijft *upanishad* als de kennis die leidt tot de realisatie van het Zelf en die een onmiddellijk einde maakt aan onwetendheid ('niet-besef'), gebondenheid en lijden. De wijsheid van de Upanishads betreft de wereld en de Werkelijkheid, en daarin op de eerste plaats de mens zelf. Jij bent het punt waar zien en kennen beginnen.

In het streven naar kennis over je ware identiteit doet zich een verwarrende situatie voor. In het onderzoek naar wie of wat je bent, ben je immers tegelijk subject (de onderzoeker) en object (het onderzochte), terwijl je vooralsnog gevangen zit in de vereenzelviging met het object. Hoe kun je jezelf zien, als het ziende ook het geziene lijkt? De zoektocht naar je ware ik is een subtiel en verraderlijk pad om te gaan. De mens die tot inzicht wil komen, dient zich een weg te banen door blinde vlekken, misleidende overtuigingen en verborgen schaduwen. Het lang gekoesterde ik is listig en hardnekkig en geeft zich niet gemakkelijk gewonnen. De ware kennis is er steeds, maar daagt pas als de hypnose van het oneigenlijke zelf is doorbroken. Een leraar wordt in dit proces onmisbaar geacht. Hij is geweest waar de leerling tastend zijn weg zoekt.

Een Upanishad wordt ook wel een 'esoterische lering' genoemd: onderricht over de subtiële, onderliggende dimensie van de uiterlijke (exoterische) religieuze praktijk van ritueel en gebed. Sommige mensen associëren dat met mystiek; veel religieuze geschriften uit India hebben een dergelijk aura om zich heen hangen. Toch hechten de auteurs van de Upanishads juist weinig waarde aan een opgaan in bovenzinnelijke staten, als was dat het hoogste doel. Zeker de oudere teksten ademen een sfeer van aardsheid en beaming van het leven. Het zo begeerde verblijf in de hemel is niet veel anders dan een verheerlijkte voortgang van het leven op aarde.

De bron van lijden ligt niet zozeer in de wereld als zodanig, maar berust op iets heel anders. De mens ontbeert de ware kennis van hoe de dingen bestaan, hij beleeft alles vanuit dualiteit. Door die verblindheid hecht hij zich aan verkeerde zaken. De wereld zelf wordt niet afgewezen, want ze is, als de creatie en uitdrukking *ván*, één met het naamloze Ene, dat aan de dingen voorafgaat. 'Dit is Dat,' zegt de Katha Upanishad. 'Wie verschil ziet, gaat van dood naar dood.'

De vorm en taal waarin de Upanishads zijn geschreven, is gevarieerd, fantasierijk en poëtisch. Veelal zijn het dialogen, intieme gesprekken tussen meester en leerling of vader en zoon. Soms wordt de zoekende ingewijd door een vorst, de dood of een in lompen geklede paardenman. In andere gevallen zijn het de offervuren of uit het

niets opdagende dieren die op een bijna kinderlijke manier hun wijze boodschap brengen. In de Brihad-āranyaka Upanishad voltrekt zich het dispuut tussen een aantal vooraanstaande geestelijken en Yājñavalkya, die onoverwinnelijk blijkt in het verklaren van Brahman, het Onvergankelijke. Daarnaast zijn er vertellingen en parabels, schepingsverhalen en kosmologische voorstellingen, vaak vervlochten met de rituele praktijk van de Vedische cultuur. In de jongste Upanishads zijn deze wat sprookjesachtige elementen losgelaten. Ze zijn eerder gecomponeerd als een filosofisch traktaat. Heel precies en kernachtig schetsen ze de dwalingen van de mens en geven ze een methodische weg naar vrijheid.

De onderverdeling van de Upanishads

Over het totale aantal Upanishads zijn de meningen verdeeld. Sommigen scharen ruim tweehonderd geschriften onder de term *upanishad*. De Muktikā Upanishad geeft een opsomming van honderdenacht geschriften. Dertien daarvan gelden als de principale of Klassieke Upanishads, hoewel zelfs dit aantal arbitrair is. Binnen de vedantische traditie hebben deze dertien in elk geval een absolute status gekregen.

Over het tijdstip van de opschriftstelling van de Upanishads valt alleen bij benadering iets te zeggen. Van de auteurs is al helemaal niets bekend. Het nevelige en ongewisse, zo geliefd bij de goden, tekent ook de vroege geschiedenis van de heilige geschriften uit India. Opvallend is dat zelfs in de oudste teksten geciteerd wordt uit hymnen van ver daarvoor; men spreekt over wijzen die leefden aan het begin der tijden. In het zesde en laatste deel van de Brihad-āranyaka Upanishad wordt een lange lijn van mythische zieners en leraren opgevoerd, die terugleidt naar de hoogste godheid, Brahṁā, 'de uit zichzelf geborene'.

Een behulpzame onderverdeling van de Upanishads berust op hun grove datering. De Klassieke Upanishads worden daarbij in drie groepen geplaatst: de oude Upanishads, de Upanishads uit de middenperiode en de latere Upanishads. De oudste Upanishads zijn de Brihad-āranyaka, Chāndogya, Taittirīya, Aitareya, Kaushītakī en Kena

Upanishads. Ze worden gesitueerd tussen 750 en 500 voor Christus, dus nog vóór de opkomst van het boeddhisme. Kenmerkend voor deze prozateksten is een sterk archaisch taalgebruik en een compositorisch weinig samenhangende structuur. Sommige van deze oude Upanishads lijken samengesteld uit verschillende bronnen. Als je je in deze teksten verdiept, is het alsof je beetje bij beetje de puzzelstukjes van een nog te dagen vergezicht krijgt aangereikt. Ondanks het gebrek aan coherentie, en het feit dat de kennis fragmentarisch wordt onderwezen, is de autoriteit van deze Upanishads onmiskenbaar.

De Kena Upanishad wordt genoemd als een tekst die de overgang markeert naar de Upanishads uit de middenperiode, van 500 tot 200 voor Christus: de Katha, Īsha, Shvetāshvatara en Mundaka. Deze zijn in versvorm geschreven en worden ook buiten de vedantische traditie bijzonder gewaardeerd om hun poëtische kwaliteit. De teksten hebben in vergelijking met de oudere Upanishads een helderder structuur, een verhaallijn met ‘een kop en een staart’. De filosofie lijkt meer uitgelijnd, de terminologie meer gedefinieerd. Er wordt voor het eerst gesproken over yoga als methode tot eenwording met het Zelf. De Shvetāshvatara Upanishad heeft als enige van de Klassieke Upanishads een duidelijk theïstisch karakter.

De latere of jongste van de Klassieke Upanishads zijn de Prashna, Maitrī en Māndūkya. Ze dateren uit de eeuwen rond onze jaartelling. Ze zijn eveneens geschreven in proza, maar hebben niet het archaische karakter van de oudste Upanishads. Vooral de laatste twee Upanishads richten zich zonder omhaal op het doel van het onderricht: bevrijding door de herkenning van de eigen essentie, die één is met de onveranderlijke Werkelijkheid. Vrijheid is het besef van non-dualiteit. Dit is de hoogste waarheid.

Aan de uiterst compacte Māndūkya Upanishad is in deze vertaling een tekst toegevoegd die geldt als een belangrijke toelichting daarop: het eerste deel van de Kārikā (‘leerstellige verzen’) van Gaudapada. Het zijn twee fundamentele teksten voor de filosofische stroming van *advaita vedānta*, waarvan Gaudapada en Shankara als grondleggers genoemd kunnen worden. *A-dvaita* betekent ‘niet-twee’ of ‘zonder een tweede’. Het duidt op de non-dualistische natuur van Bewustzijn. Het

idee van verschil en afgescheidenheid bestaat alleen in het betoverde hoofd van de mens die denkt dat hij op zichzelf staat. Die heel basale bestaansnotie is illusie, begoocheling. De Werkelijkheid, zo zegt *advaita vedānta*, is één en verschildoos.

De niet-klassieke Upanishads worden onderverdeeld in de Vedānta Upanishads, de Yoga Upanishads, de Sannyāsa Upanishads, en de Vaishnava en de Shaiva Upanishads.

De Vedānta Upanishads zijn een verdere uitwerking van het oorspronkelijke onderricht van de Klassieke Upanishads. Ze gaan dieper in op de *mahā-vākya*'s, de zogeheten ‘Grote Uitspraken’. In deze cruciale, kernachtige zinnen, zoals ‘Dat ben jij’, wordt de overeenkomstige identiteit van het ware Ik en de absolute Werkelijkheid aangeduid. Vier van de Vedānta Upanishads zijn in deze vertaling opgenomen: de Sarva-Sāra, de Kaivalya, de Adhy-ātma en de Paingala Upanishad.

De Yoga Upanishads bouwen voort op de principes van yoga, zoals die in beginsel zijn neergelegd in de Katha, Shvetāshvatara en Maitrī Upanishads. Hoewel ze overeenkomsten vertonen met de Vedānta Upanishads, leggen de Yoga Upanishads zich meer toe op de praktijk en het doel van yoga: de beheersing van het denken, de zintuigen en de levensstromen, en de vereniging met het Zelf. De in deze vertaling opgenomen Amrita-bindu Upanishad behoort tot deze categorie.

De Sannyāsa Upanishads beschrijven het ideaal van de ascet of de zwervende bedelmonnik (*sannyāsin*). In het oude India werd deze staat gezien als het laatste en meest vergeestelijkte levensstadium. De ascet leeft in totale onthechting, hij heeft alle banden met de wereld verbroken. Het enige wat hem drijft, is het opgaan in het Zelf.

De Vaishnava en Shaiva Upanishads zijn theïstische Upanishads. Het zijn devotionele teksten, gewijd aan Vishnu, Shiva, Krishna, Kali of andere goden, maar ze kennen ook de grondgedachte van het Zelf. Devotie (*bhakti*) als middel tot bevrijding komt in de klassieke Upanishads niet voor. De Katha en Mundaka Upanishads spreken hoogstens van de ‘bevrijdende genade’ die uitgaat van het Zelf. Vanwege hun overwegend religieuze en sektarische karakter zijn deze Upanishads buiten de vertaling gehouden.

Een eerste blik op de filosofie

De hierboven geschetste chronologische verdeling naar datering helpt om zicht te krijgen op de verschillende invloeden waaraan de Upanishads in de loop der eeuwen hebben blootgestaan. In een periode van zo'n duizend jaar tussen de eerste en laatste (Klassieke) Upanishad is 'veel gebeurd'. De oudste Upanishads bieden het onderricht in zijn meest oorspronkelijke vorm. Er is nog geen sprake van enige beïnvloeding door andere spirituele stromingen. In de middenperiode echter komen het boeddhisme en jainisme op; het zijn geduchte concurrenten voor het brahmanisme, dat tot dan het religieuze leven bepaalde.

Ook andere ontwikkelingen ondermijnen het traditionele gezag. De ascetische levenshouding en andere vormen van terugtrekking uit het reguliere leven raken in zwang. De niet-religieuze filosofie van *sāmkhya*, die zo bepalend werd voor het gedachtegoed van yoga, treedt uit haar kinderschoenen. Dat alles heeft zijn invloed, ook op de Upanishads. Hoewel ze nooit zijn afgeweken van de oorspronkelijke inzichten, hebben de latere auteurs zeker begrippen en denkbeelden uit andere tradities geadopteerd.

Een voorbeeld hiervan staat aan het begin van de *Maitrī Upanishad*, waar koning *Brihadratha*, die, als hij de betrekkelijkheid van de wereld doorziet, zijn koninkrijk verzaakt en zich, afgezonderd in de wildernis, overgeeft aan de beoefening van ascese. Zijn inspanningen worden beloond door de wijze *Shākāyanya*, die hem een gunst naar zijn keuze schenkt. De koning wil niets liever dan een inwijding in de kennis van het Zelf. Al het andere interesseert hem niet. De manier waarop de koning de onvolkomenheid van het fysieke bestaan en de vergankelijkheid der dingen beschrijft, doet denken aan de uitgebreide opsomming van menselijk tekort en lichamelijke onsmakelijkheden die boeddhistische geschriften soms kenmerkt. Verderop in de *Upanishad* worden andersdenkenden (lees 'boeddhisten') echter op niet mis te verstane toon terechtgewezen: 'Het zijn dieven, de hemel onwaardig.' De leer van zelfloosheid en leegte, die centraal staat in het boeddhisme, verwerpt de vedantische opponent als onvervalst nihilisme en een ontkenning van het bestaan van het Zelf.

In de jongste Upanishads zie je een verschuiving in de ideeën over wat werkelijk is en wat niet; ze lijken deels boeddhistisch geïnspi-

reerd. In de vroege teksten bestaat geen enkele twijfel over de echtheid van de wereld. Ze is een creatie van *Brahman*, het Absolute. Alles komt tevoorschijn uit, bestaat door en verdwijnt in die ene onnoembare oorsprong. Dit heet monisme: er is één beginsel achter en ín de veelheid der dingen.

Vanaf de *Māndūkya Upanishad* verlegt het accent zich van monisme naar non-dualisme en wordt een nieuw begrip geïntroduceerd: *illusie (māyā)*. De wereld is ogenschijnlijk echt, maar vanuit het hoogste 'standpunt' blijkt ze een begoocheling. De Werkelijkheid is louter Bewustzijn. Men spreekt daarom van twee waarheden of werkelijkheden, de éne relatief maar uiteindelijk illusoir, de andere absoluut en onveranderlijk. Het is een zienswijze die *advaita vedānta* deelt met sommige non-dualistische stromingen binnen het boeddhisme.

Het oude India kende ook filosofische stromingen die van geen god wilden weten, waaronder de eerder genoemde *sāmkhya*. De *Shvetāshvatara Upanishad* en ook latere Upanishads maken, ondanks hun theïstische karakter, veelvuldig gebruik van de *sāmkhya*anse terminologie en de wijze waarop *sāmkhya* de wereld en de mens ontleedt. De grondgedachte van een oerdualisme wordt echter volledig afgewezen.

De *sāmkhya*-filosofie ziet aan de basis van alle bestaan een eeuwigdurende, volstrekt gescheiden tweehed van Geest (*puruṣa*) en Materie (*prakṛiti*). De wereld en alle verschijnselen, zelfs de meest subtiele vormen van intelligentie, komen voort uit 'Materie'. Geest of Bewustzijn (letterlijk 'de Persoon') staat daar apart van en heeft een volledig tegengestelde natuur. In feite kijkt Geest alleen toe, hij is de getuige van het eindeloze komen en gaan in de wereld van fenomenen.

Door de 'schepping' en de verhulling die daarmee gepaard gaat, is Geest echter onbedoeld verstrikt geraakt in Materie en 'denkt' hij die te zijn. Die verwarring maakt dat hij zijn geluk moet zien te vinden in de beperking van een lichaam en onder de in de wereld geldende wetten van causaliteit en vergankelijkheid. Zo veroorzaakt hij zijn eigen onvrijheid en lijden.

Bevrijding is het doorzien van die allereerste 'denkfout'. Daarmee wordt de ogenschijnlijke verwickeling ongedaan gemaakt en is er een 'terugkeer' naar de aloude staat van vrijheid en 'onafhanke-

lijkheid'. Het klassieke en in het Westen welbekende yogapad van Patañjali neemt deze gedachtegang helemaal over. De dualistische scheiding van Geest en Materie strookt niet met de opvatting van de Upanishads. Het idee van een illusoire verstriking die blind maakt, wordt volledig beaamd, maar dit is Dat. Uiteindelijk is er geen verschil of gescheidenheid.

De Upanishads en de Veda's

Wat is de historische en culturele oorsprong van de Upanishads? De symboliek, de taal en de wijze van onderricht laten zich moeilijk begrijpen zonder enige kennis van die ruimere context.

De Upanishads maken deel uit van een veel groter geheel aan religieuze literatuur, de *Veda's* (afgeleid van *vid*, 'weten'). Als sluitstuk van de *Veda's* worden de Upanishads daarom *veda-anta* genoemd, 'het einde van de Veda'. Dat einde verwijst niet alleen naar het feit dat de rituele tekst hiermee wordt afgesloten, maar bovenal naar de opvatting dat de Upanishads de ultieme kennis van de Veda bevatten. Ook de latere op de Upanishads gebaseerde filosofische school draagt de naam *vedānta*.

Er zijn vier *Veda's*: de *Rig*, de *Sāma*, de *Yajur* en de *Atharva*. De *Rig Veda* bevat 1028 hymnen, verdeeld over tien boeken, en geldt, zeker waar het de invloed op de Upanishads betreft, als de belangrijkste *Veda*. De dichters speculeren hier voor het eerst over de ene, boven de goden uitstijgende, ongekende oergrond van alle bestaan. Hun hymnen bestaan voornamelijk uit loftuitingen, uitnodigingen en smeekbedes aan de goden.

De oude Vedische samenleving van India kenmerkte zich door een offercultuur. De *Veda's* bevatten naast de hymnen recitaties en rituele voorschriften en een met tal van mythen doorspekte kosmologie. Met het ritueel van het offer werd het leven voor de mens 'maakbaar'. Het 'verzekerde' hem van nageslacht, rijkdom, vee, een goede oogst en een plaats in de hemel.

De kennis en uitvoering van de rituelen waren het exclusieve terrein van de brahmanen, de offerpriesters die de onmisbare spil vorm-

den in de bemiddeling tussen de godenwereld boven en het aardse leven beneden. Elke *Veda* bestreek een bepaald aspect van het offer. Met de hymnen van de *Rig Veda* werden de goden opgeroepen. De kennis over de precieze wijze van zingen, het ritme en de intonatie van de heilige woorden was opgetekend in de *Sāma Veda*. De correcte uitvoering van het ritueel, dé voorwaarde voor het verkrijgen van de gewenste doelen, lag in handen van de priesters die zich lieten leiden door de instructies uit de *Yajur Veda*.

Naast deze drie *Veda's* is er de *Atharva Veda*, die bol staat van bezweringen, magie, banvloeken en kosmische speculaties. De mogelijkheden tot bescherming tegen onheil en de manipulatie van tegenstanders maakten dat deze 'sjamanistische' *Veda* vooral in trek was bij de adel en de krijgslieden. Hij voert terug naar een tijd nog vóór de *Rig Veda*, al is hij het laatst op schrift gesteld, en werd hij aanvankelijk niet als *Veda* erkend. In sommige Upanishads spreekt men daarom niet van vier, maar van drie *Veda's*, de zogeheten 'Drievoudige Kennis'.

Elke *Veda* bevat dus op de eerste plaats een grote verzameling hymnen, bezweringen en liturgische spreuken, de *Samhita's*. Aan de *Samhita's* zijn later verklarende teksten toegevoegd, niet alleen omdat de rituelen na verloop van tijd steeds uitgebreider en complexer werden, maar ook omdat in bepaalde kringen belangstelling kwam voor de diepere betekenis die in de ceremoniën verscholen lag. Er kwamen scholen (*sākhā's*) onder leiding van een select aantal brahmaanse families, die zich specialiseerden in de interpretatie van de afzonderlijke *Veda's*. Zo ontstonden de *Brāhmaṇa's*, de teksten die de precieze uitleg van het offer en het verloop van het ritueel behelzen.

Later werden daar de *Āraṇyaka's* (woudteksten) aan toegevoegd, die ingaan op de innerlijke en symbolische aspecten van de rituele handelingen en recitaties. Deze teksten werden gebruikt in de zogenoemde woudscholen, kleine gemeenschappen van veelal oudere mannen, die een teruggetrokken, puur religieus leven voorstonden. 'Buiten' heeft plaatsgemaakt voor 'binnen'. Het uiterlijke offer is meditatie geworden.

De Upanishads vormen de laatste van die toevoegingen aan de oorspronkelijke tekst van de *Veda's*. Een derde onderverdeling van de Upanishads is daarom naar de *Veda* waartoe ze behoren. Je vindt

die terug in de Muktikā Upanishad. Van alle geschriften reiken de Upanishads het verst in kennis en subtiliteit. Het doel ligt voorbij ieder persoonlijk motief en voorbij de neiging iets naar de hand te zetten. Je zou kunnen zeggen dat er met de Upanishads een grens wordt overschreden. Het belang ligt niet langer bij een iemand, bij een persoon. Het bedachte, zelf opgeworpen ik dient juist te worden afgelegd, opdat het ware ik, dat louter Bewustzijn is, wordt herkend.

Wie naar vrijheid verlangt, wordt op zichzelf teruggeworpen. Hem wacht die éne vraag: wie ben ik? Lang niet iedereen is bereid deze vraag tot het uiterste te onderzoeken, bang om iedere bodem en elk houvast te verliezen. Als je je niet langer kunt spiegelen aan je naam, je afkomst, je bezit, de 'groep' waartoe je behoort, waarop berust dan je identiteit? Als je zelfs je lichaam niet bent, of iets daarbinnen wat allerlei gevoelens en gedachten heeft, als elke voorstelling die je van jezelf maakt, tekortschiet, maar je er desondanks toch blijkt te zijn, wie of wat ben je dan? Kun je jezelf überhaupt kennen?

Om door te kunnen dringen in het mysterie van dat ultieme 'zelf-zijn' moet je de ladder van kennen tot de laatste sport beklimmen, ver voorbij wereldse vertrouwdheden. Iedere beperkte, zelf toegedichte identiteit dient te worden uitgewist. De andere Vedische geschriften wagen zich daar niet aan, maar in de Upanishads is dit het hoofdonderwerp. Speurend in zijn diepste binnenste ontdekt de wijze het Zelf, de bron van alle zijn. Met deze kennis begrijpt hij het totale bestaan.

De doctrine van het Zelf is de unieke bijdrage van de Upanishads aan de eeuwenoude zoektocht van de mens naar vrijheid. De precieze herkomst ervan is onduidelijk. In de Upanishads komt het meermalen voor dat een vorst een brahmaan onderwijst over het Zelf, hetgeen hoogst ongebruikelijk was. De speculatie over een innerlijk Zelf ontstond dus vermoedelijk in adellijke kringen, mede ingegeven door een diepe onvrede over de vergaande macht van de priesterkaste. Men hekeld de verabsolutering van het offer. Het Zelf, zo concludeerde men, was boven ieder ritualisme verheven. Voor het bereiken van ware vrede en vervulling zijn geen ellenlange, ceremoniële plichtplegingen en duurbetaalde rituelen nodig. Slechts één verplichting volstond: de toewijding aan het Zelf.

In de tijd vóór de Upanishads is de idee van een dergelijk Zelf afwezig. Het zelf is de persoon van vlees en bloed, niet een lichaamloze, verborgen essentie. In de oude Vedische hymnen klinken de onschuld en de spontane, naïeve nieuwsgierigheid van de kindertijd door. De ogen staan wijd open voor de geheimenissen van de wereld. In dat 'magische bewustzijn' bestaat geen scheiding tussen boven en beneden, tussen de vorm en het vormloze, tussen de direct geziene wereld en het 'bovennatuurlijke'.

De mens heeft nog niet veel oog voor wat binnen in hem speelt. Hij kijkt omhoog en in het rond, en ziet dat de hemel leeg is van hem. In zijn verbeelding bevolkt hij het luchtruim met goden, nimfen en demonen. In de begintijd vraagt de mens zich vooral af wat het is 'daar buiten' dat hém bepaalt. Hij zoekt wel naar een oorsprong, maar die wordt niet binnenin vermoed.

Vooraf in de Rig Veda wordt in tal van passages gegist naar een allesvoorafgaand beginsel, naar het ongekende dat zelfs de goden overstijgt. 'De mens brengt zijn offer aan de goden, maar wie is het tot wie de goden bidden?' 'Wie is de Ene die met van verlangen doortrokken geestkracht de werelden heeft uitgebroed?' Men heeft het over de Maker van alle Dingen (*Vishva-karman*), met ogen, handen en voeten overal.

Een hymne verklaart het ontstaan van het universum als een creatie uit de kundige handen van een smid of timmerman. Maar waar stond hij toen hij zijn werk begon? Wat droeg hem? En waar staat de boom waaruit hemel en aarde gehouwen zijn? Elders verhaalt men over het Gouden Embryo (*Hiranya-garbha*), geboren uit de wateren, dat het universum binnendrong en uit de vormeloze chaos de bestendige, harmonische werelden schiep. Maar wie of wat zette het daartoe aan? Van waar kwam het water? De hymne van de Persoon (*Purusha Sūkhta*) spreekt over de Persoon, die zichzelf offert en opdeelt en zo alles wordt: de werelden, de goden, de schepsels, de kasten, de Veda's, al wat eet en gegeten wordt. Echter, dit alles is slechts een kwart van hem. De overige drie kwarten reiken met een lengte van tien gespreide vingers voorbij het geschapene en verblijven onsterfelijk in de hemelen.

In de veelheid aan goden is weliswaar sprake van een opperste godheid, *Brahmā* of *Prajāpati*, maar uiteindelijk worden alle goden, ook de opperste godheid, gezien als de manifestaties van één ultiem prin-

cipe dat het totale universum bestiert. Iets wat alles voorbijgaat, wat zich onttrekt aan de wereld en wat geen enkel kenteken kan worden toegedicht, is de grond van alle bestaan. Het laat zich niet zien. Het is onmogelijk te beschrijven wat het is. ‘We zullen nimmer oog in oog komen met dat wat alle dingen geboren heeft doen worden. Als een dwaas met troebele geest zoek ik vergeefs naar het geheime onderkomen van de goden. Ik smeed de wijze die het wellicht gevonden heeft om zijn kennis, opdat mijn ongewisheid vervluchtigt en er klaarte in mijn denken komt.’

Dit tasten en speuren, het intuïtieve besef van een allesbepalend, onkenbaar beginsel, raakt in de Brāhmana’s jammerlijk verloren. Het verlangen naar kennis wordt niet langer ingegeven door de argeloze verwondering van de dichter, maar door het verlangen naar grip en macht van de brahmaan.

Zijn instrument tot uitoefening van die macht is het ritueel. De brahmaanse priester mijmert niet over de vraag waar de zon toch verblijft gedurende de nacht. Hij leeft in de stellige overtuiging dat de zon niet zal opkomen, tenzij hij daartoe voor de dageraad de juiste offers verricht. In zijn macht overstijgt de brahmaan zelfs de goden. Waar men in de oude hymnen van de Veda’s nog ‘onderdanig’ dong naar de sympathie en hulpvaardigheid van de soms grillige goden, in de Brāhmana’s zijn die goden te manipuleren krachten, die je kunt oproepen en dwingen. De goden volgen niet langer alleen hun eigen wensen, maar zijn gebonden aan het ritueel.

Aanvankelijk betekende *brahman* – in de Upanishads ‘het uiteindelijke’ of ‘het absolute’ – ‘magische klank’ of ‘scheppend woord’. Brahman is de verborgen oerkracht die het bestaan tevoorschijn brengt en werkzaamheid geeft. Het bezit van de kennis van ‘wording en werkelijkheid’ gaf de brahmaan een enorm gezag. Alleen hij wist die allesonderliggende kracht te wekken, in het offervuur, het medium tot verbinding met de goden, in het geheiligde woord en in de ceremoniële handeling.

Overigens, de eminente plaats die de lettergreep Aum inneemt in de Upanishads, vindt hier haar oorsprong. Van de vele met macht geladen woorden en klanken is Aum de allersterkste. Als ‘het Onverwoestbare’ komt het gelijk te staan aan Brahman. Kennis van Aum geeft kennis van Brahman.

Het is gissen hoe de ontdekking van het Zelf tot stand gekomen is. Waren de brahmanen echt zo star en machtsbelust, en wars van innerlijk onderzoek? Was er werkelijk zo veel noblesse in de adellijke huizen, een oprecht verlangen naar het Zelf? Of was dat maar een dun laagje en werd het verzet tegen de priesterlijke arrogantie door zelfzuchtigere motieven ingegeven? En wat was de invloed van de asceten in het woud, die door kuisheid en zelfkastijding tot inzicht kwamen?

Niemand weet het echt. Wel is duidelijk dat de ontdekking van het Zelf haar wortels heeft in hoe de Vedische mens het bestaan en zichzelf beleefde. Hij dacht in samenhang, niet in gescheiden werelden. De bestanddelen van de mens verschillen niet van die van de kosmos: wind is adem, de zon is het oog, spraak is vuur, het denken is de maan. Wat buiten is, is binnen. De strijd die in de mens woedt, is eender aan de strijd hoog in de hemelen, waar de goden van licht en donker elkaar bevechten. Het universum is de mens in het groot, de mens het universum in het klein.

De verschuiving van het besef van een allesvoorafgaand beginsel buiten zichzelf naar een vermoeden daarvan in zichzelf lijkt een natuurlijke ontwikkeling. Als de mens zijn onderzoek steeds meer verlegt naar zichzelf, voert de aloude kennis van samenhang tussen wie hij is en wat om hem heen is – het individu als microkosmos en het universum als macrokosmos – hem naar de intuïtieve herkenning van wat hij ten diepste is.

Het ongeborene dat in alle verschijnselen verblijft, bevindt zich ook in hemzelf. Dát is zijn essentie. Door dát stroomt de levensadem. Dát doet zijn armen en benen bewegen. Door dát ziet het oog. Het is niet het lichaam, niet het denken, noch wil of verlangen dat hem drijft. Achter al zijn doen en laten schuilt een alleengaande initiator, die oorsprong en einde is van alle dingen. Het is de niet-gedachte denker achter alle gedachten, het begin dat zelf beginloos is. Het is wie hij is en wat hem overstijgt. Het doordringt zijn hele persoon en wekt verlangen en vuur, maar het is tegelijk de onberoerde getuige daarbuiten. Het is Kennen, Bewustzijn, onvergankelijk, tijdloos en onveranderlijk, door niets geconditioneerd.

Het is het Zelf, Ātman.

De kern van het onderricht: Brahman-Ātman

Dit is de grondgedachte van de Upanishads: Brahman is Ātman. Er is één werkelijkheid. Als het onkenbare allereerste beginsel van de wereld heet het Brahman, het Absolute of het Uiteindelijke. Verblijvend in de persoon, als Bewustzijn of Kennen, heet het Ātman, het Zelf. De realisatie hiervan is bevrijding.

De sleutel tot het kennen van het Werkelijke ligt in jezelf. Hoe kan het ook anders, want als het daarbuiten was, zou er altijd een gescheidenheid blijven en zou bevrijding onmogelijk zijn. De opheldering van Brahman ligt in de herkenning van Ātman, de onloochenbare eigen identiteit, want er is geen verschil. Het onkenbare wordt ontraadseld door het gekende, door het eigen zijn.

Het Zelf, de essentie van het individuele zijn, is zelf-evident, want het eigen bestaan, de eigen aanwezigheid, kan onmogelijk worden ontkend. Niemand denkt dat hij niet bestaat. Shankara stelde daarom dat het bij bevrijding niet gaat om het feit dát het Zelf er is, maar wát het Zelf is. Met een zelf wordt namelijk ook het lichaam aangeduid, het individu met zijn zintuiglijke en mentale functies.

Met betrekking tot het Zelf wordt dit als het niet-Zelf beschouwd. Wanneer je het niet-Zelf wegneemt, rest alleen het Zelf. Je essentie is niet een lichaam, niet een massa gedachten, niet een stroom gevoelens, niet het denken, niet een van liefde overstromend hart, niet een 'persoonlijkheid', niet een mens, niet ... Toch is er een Zelf, 'Ik-Ik', zoals Ramana Maharshi, de grote Indiase wijze van de vorige eeuw, het noemde.

Je kunt, als het gaat om de totaliteit van alles wat bestaat of gekend wordt, spreken over drie 'elementen': het Werkelijke (Kennen op zich), de wereld en de persoon (het gekende).

Dat wat in de Upanishads beschreven wordt als de Werkelijkheid lijkt op het eerste oog onderscheidbaar: er is het absolute kosmische principe, Brahman – de grondslag van de objectieve wereld van verschijnselen – en er is het absolute innerlijke principe, Ātman, het Zelf – de grondslag van de 'verschijning' ik. Ze worden aangeduid als het Universele Zelf en het Innerlijke Zelf. Dit is slechts een conceptuele onderscheiding, er is maar één Werkelijkheid.

Het enige verschil dat je tussen Brahman en Ātman kunt 'bedenken', is een verschil in gradatie. Brahman heeft in de hoedanigheid van Īshvara (God) het totale universum opgeworpen, inclusief de oneindigheid van tijd en ruimte. Het is de ultieme oorzaak. Zo ver reikt de macht van het Innerlijke Zelf niet. Het verschilt in die zin van Brahman, maar toch is het niet iets anders. Het Ene dat alles voortbrengt, valt samen met je diepste kern.

Brahman heeft als wortel *brihm*, wat 'rijkelijk vloeien' betekent. Het verwijst naar expansie, een immens zijn, een almaar uitdijen en overvloedig stromen. Het toevoegsel *man* betekent 'onbegrensd', zonder beperking. Brahman is het Absolute, de uiteindelijke oorsprong van de wereld. Het draagt alles in zich, gaat aan alles vooraf en alles te boven. Je kunt het je voorstellen als dat wat vóór de Oerknal was, of misschien nog dáárvoor. Brahman herbergt het raadsel van het beginloze en ongeborene. Als zodanig is het 'niet van deze wereld'.

Omdat het geen fenomeen is, kun je het niet kennen door een zintuiglijke, mentale of empirische ervaring. Het is onbevattelijk, want het heeft geen benoembare eigenschappen. Brahman is volkomen tegengesteld aan alles wat wij kennen als objectief bestaand. Maar het is niet niet, want het vormt de essentie van al wat is. Het is het Zijn van het zijnde. Maar het is tegelijk Niet-Zijn, want het kan niet geduid worden als het zijnde.

Het is de basis of grond van alle ervaring en toch is het onkenbaar, want het is voorbij het kennen van ons 'apparaat'. Je kunt het niet zien, want het oog ziet alleen iets wat afsteekt tegen iets anders, wat niet zichzelf is, het tweede. Je ziet en kent alleen fenomenen. Fenomenen zijn veroorzaakt en kenmerken zich daardoor door veranderlijkheid, differentiatie en eindigheid.

Het Werkelijke is onveranderlijk en zonder oorzaak. Het is steeds en altijd, zonder begin of einde. Het eindige en omgrensde, de wereld van plaats en tijd, bestaat tegen de achtergrond van deze allesomvattende oneindigheid, die homogeen en één is. In de Chāndogya Upanishad wordt de omschrijving van Brahman als één (*eka*) onmiddellijk gevolgd door 'zonder een tweede' (*advitīya*). Het woord 'één' of eenheid wekt mogelijk de idee van onderscheiding, alsof in het éne verschillende hoedanigheden zijn samengevoegd. Maar Brahman is

één als het enige, als niet-twee. Er is niet iets anders, niets meervoudigs in te ontdekken.

Als Brahman al kan worden aangeduid, is het door ontkenning, door te zeggen wat het niet is. Het niet-object zijn van Brahman wordt omschreven als ‘niet dit, niet dit’ (*neti neti*), een wezenlijk niet-iets. Dat maakt het onvoorstelbaar, of beter gezegd, het ontglipt iedere poging van het rationele denken het te be-grijpen. Het wordt gekwalificeerd door negatieve, ontbrekende eigenschappen: het is oneindig, onvergankelijk, vrij van honger en dorst, voorbij ruimte en tijd, ongeboren. Of men omschrijft het in paradoxen: het is dichtbij en ver weg, kleiner dan het allerkleinste en groter dan het allergrootste, in en voorbij al wat is, stilstaand en sneller dan de goden, onbeweeglijk en al wat beweegt doordringend. Het is de oorsprong waaruit alles opwelt en waarin alles weer terugkeert, maar die zelf door niets beroerd wordt.

Aangeven wat het niet is, is geen ontkenning van het bestaan ervan. Juist door de onderscheiding van wat het níet is, wordt enigszins helder wat het wél is. De raadselachtige omschrijvingen kunnen kortsluiting geven in het logische denken. In de ruimte die daardoor ontstaat, kan de uiteindelijke natuur van de Werkelijkheid herkend worden. Dan daagt zij ‘ineens’ in haar net zo onbevattelijke, als positieve aanduidingen: Zijn (*sat*), Bewustzijn (*chit*), Vreugde (*ānanda*).

Het woord *ātman* heeft als wortel *an*, ‘dat wat ademt’. *Ātman*, het Zelf, is ‘de adem van de adem’, de kern en oorsprong van het individuele bestaan. Zoals Brahman het universum doordringt, zo doordringt het Zelf het individuele bestaan. Het verblijft in het lichaam, in het denken, in de levensstromen, in iedere handeling en belevenis.

De omschrijving ‘kern’, of zelfs Bewustzijn, kan het idee geven dat als je maar diep genoeg graaft in jezelf (in de verschijning ‘ik’) je het uiteindelijk wel ergens zult vinden. Alsof het toch een ding is, iets met een maat en een locatie. Ons denken hunkert naar een dergelijke omgrenzing en kenbaarheid. Je kunt iets toch alleen maar kennen omdat het een object is?

De Upanishads spreken daarom over het Zelf als verblijvend in de ruimte van het hart, of als de levensadem die alle leven draagt. Zo lijkt het Zelf intuïtief toch voelbaar, maar ook dit is niet meer dan een voor-

stelling. Het Zelf is overal. Vanwege die alomtegenwoordigheid wordt Brahman ook wel omschreven als ruimte. Hoewel alles plaatsvindt in ruimte en haar aanwezigheid dus evident is, blijft ze ongrijpbaar. Je hebt alleen weet van ruimte door wat zich erin bevindt of door hoe ze wordt omgrensd.

De voorstelling van het Zelf als een kenbaar object met een locatie dient enkel als hulpmiddel voor de leerling. Ze geeft het denken een tijdelijk houvast. Je kunt echter onmogelijk zijn wat je denkt dat je bent, want zolang je denkt, ben je niet. Het denken creëert afstand. Dat is zijn aard. Je denkt *over* iets. Naarmate de leerling vordert, vermindert de noodzaak van een ‘plaatje’ en kan er beleving zijn zonder invulling.

Als het Zelf herkend wordt als de eigen natuur, lost de behoefte aan ‘iets’ op. Er is geen scheiding meer: dat wat kent, valt samen met het gekende. De leerling, die nu niet langer leerling is, ziet het Zelf in zichzelf en in alles, en alles in het Zelf. Al wat hij doet, denkt en ziet, zo weet hij dan, welt op uit het Zelf. Het is de ongeziene, constante achtergrond van elk verschijnen, van elke activiteit.

Waarlijk kennen, Kennen op zich, is een directe beleving. Kennen is zijn. ‘Wie Brahman kent, wordt Brahman.’ In het onderricht aan zijn vrouw Maitreyī in de Brihad-āraṇyaka Upanishad spreekt Yājñavalkya over het Zelf als dat wat het dierbare dierbaar maakt, als de oorsprong en bestemming van alle dingen. De mens wordt pas dan werkelijk wie hij is, als hij zijn notie van individualiteit verliest, als de beleving van verschil, van een ander, verdwijnt. Als hij opgaat in het Zelf, dat onveranderlijk, verschilleloos Bewustzijn is.

De wereld en *māyā*

Wat is de aard van de wereld die we om ons heen zien en waarin we bewegen en handelen? Is ze echt, of bestaat ze slechts in onze verbeelding? Hoe verhoudt dat wat veel is zich tot dat wat één is? Waarom zou er überhaupt een wereld zijn, als dat ene, als objectloos Bewustzijn, zichzelf genoeg is?

De Upanishads spreken in verschillende versies over het ontstaan van de wereld. Die variatie weerspiegelt dat ze, zoals alle schepingsverhalen, hoofdzakelijk een metaforische betekenis hebben en

C O L O F O N

De Upanishads
ISBN/EAN 978 90 821434 3 0
NUR 718
1^e druk: 2015

Uitgave
Uitgeverij Nachtwind

© Tekst

Wim van de Laar

© Fotografie

Caroline Schröder, Hilversum

Boekverzorging

Jannie de Groot, Hilversum

Druk

Koninklijke Wöhrmann, Zutphen

Papier

Bandpapier: 135 grams houtvrij gesatineerd mc van Igepa, mat gelamineerd

Schutbladen: 120 grams houtvrij offset wit van Arctic Paper

Binnenwerk: 115 grams houtvrij offset creme van Arctic Paper

Lettertype

Trinité (roman wide)

Alle rechten voorbehouden

Dit boek is mede mogelijk gemaakt door de financiële steun van een aantal
‘Vrienden van de Upanishads’ en Stichting Boekenschop te Tilburg

Informatie over Wim van de Laar vind je op www.yogawimvandelaar.nl
en op www.nachtwind.nl

Dit boek is te bestellen via www.nachtwind.nl