

# Je bent volmaakt

EEN VISIE VAN ADVAITA VEDĀNTA

'Niemand is perfect', zei mijn moeder wel eens tegen me als ik me onzeker voelde. Ze zei het om me gerust te stellen, maar het hielp niet. Zonder te weten waar ik precies naar op zoek was, probeerde ik net als iedereen van alles te vergaren, bereiken en veranderen om me beter te voelen over mezelf. Zelfacceptatie en het gevoel 'niet perfect te zijn' gaan nu eenmaal niet samen. Advaita Vedānta behandelt dit probleem en geeft de oplossing.



Foto: Karin de Keijser

Ik wil 'iemand' zijn, omdat ik geconcludeerd heb dat ik besta binnen de begrenzingen van mijn lichaam, geest en zintuigen en dat ik anders ben dan al het andere in de wereld. Dit maakt mij tot een onvolmaakt, onzeker en nietig individu. Ik wil mezelf accepteren, maar ik kan mezelf niet accepteren als een onbelangrijke sterveling. Het resultaat is dat ik ontevreden door het leven ga.

## Wensen, wensen, wensen

Deze ontevredenheid uit zich in specifieke wensen, afhankelijk van je karakter, opvoeding, omgeving, enzovoort, maar het verlangen om anders te zijn is een universeel fenomeen. De ene keer uit het zich in de simpele wens voor een nieuw kapsel of bankstel, de andere keer in de wens voor een groter huis, een beter betaalde baan of een andere partner. Deze zoektocht gaat altijd maar door, zonder

resultaat. Ik heb altijd wensen. Het lijkt alsof al mijn inspanningen zinloos zijn, want ik zie geen enkele verandering in mezelf ondanks alles wat ik bereikt heb. Ik wilde iemand worden en in die iemand die ik geworden ben zie ik niet een persoon die het gemaakt heeft in het leven. Ik zie nog steeds een persoon die anders wil worden. En ik zal een punt bereiken waarop ik niets meer kan verbeteren, omdat ik dan te oud ben om nog iets te presteren.

Wanneer je deze ongelukkige situatie bij jezelf herkent en het probleem permanent wilt oplossen, dan wordt de zoektocht een spirituele zoektocht. Een zoektocht die alleen om jou draait. De vraag is nu of ik wel kan veranderen. Als ik in essentie een onvolmaakt persoon ben, dan kan ik het probleem met geen mogelijkheid oplossen. Maar ik ben wel voortdurend bezig om het probleem op te lossen.

### **Je bent onwetend geboren**

Hoe ben je tot de conclusie gekomen dat je niet perfect bent? Je hebt het niet onderzocht. Net als ieder ander ben je onwetend geboren. Deze onwetendheid is tweeledig: je bent onwetend van jezelf en van de wereld. De onwetendheid van de

wereld wordt minder naarmate je meer kennis opdoet met je zintuigen. Maar daarmee leer je nog niet jezelf kennen. Het subject, ik, is niet waarneembaar met de zintuigen zoals de objecten in de wereld. De oorspronkelijke onwetendheid over jezelf, waarmee je je leven begon, is dus niet weggegaan. Zonder te weten wat je bent, neem je de conclusies dat je onvolmaakt, onzeker en ongelukkig bent voor waar aan. En iedereen heeft soortgelijke conclusies getrokken.

Daarom lijkt het ook zo gewoon. Maar in het bepalen van de waarheid speelt de overtuiging van de meerderheid geen enkele rol. Ooit was iedereen ervan overtuigd dat de aarde vlak was, maar één iemand zei dat hij rond was. Wat waar is wordt niet bepaald door wat de meerderheid zegt. De waarheid wordt vastgesteld aan de hand van feiten.

### **Je bent wat je zoekt**

In de visie van Vedānta ben jij zelf de zekerheid die je zoekt in geld, bezittingen, macht en aanzien. Jij bent het geluk dat je zoekt in de verschillende vormen van plezier en genot. Geluk betekent hier de volheid die tegenovergesteld is aan het

gevoel van gebrek. Je wilt een compleet mens zijn, een geheel, omdat dat precies is wat je bent. Je wilt niet echt een sterveling zijn; daarom wil je je leven verlengen, terwijl je maar al te goed weet dat je op een dag dood zult gaan. Het is heel moeilijk om de dood te accepteren. Iedereen wil altijd nog minstens een dag langer blijven leven. Maar mensen die zelfmoord plegen dan? Vaak is het niet zo zeer dat zij hun leven willen beëindigen; er is een andere, even sterke drang om gelukkig en veilig te zijn. Als iemands geluk en veiligheid in gevaar zijn, dan is het mogelijk dat hij of zij voor zelfmoord kiest. De zoektocht naar zekerheid en geluk is even belangrijk als het verlangen om lang te leven.

### **Geen mystiek**

Volgens Vedānta is de conclusie dat je sterfelijk, onvolmaakt en onzeker bent onjuist. Vedānta zegt dat jij de waarheid bent van alles dat bestaat. Je kunt niet meer worden dan volheid, want volheid is je natuur. Je bent de essentie van tijd, en dus ben je oneindig. Je bent de essentie van ruimte, en dus ben je onbegrensd, allesdoordringend. In andere woorden, je bent sat-cit-ānanda, bestaan-bewustzijn-

onbegrensde. Dit is waar je naar op zoek bent in je leven, omdat dit is wat je bent.

Vedānta geeft betekenis aan je leven, in tegenstelling tot al het rondtasten dat iedereen doet, op zoek naar 'iets' zonder te weten wat precies. In feite is dat geen zoektocht, want voor een zoektocht moet je weten waar je naar op zoek bent en waar je het kunt vinden.

Vedānta geeft je vrijheid van deze voortdurende worsteling. Waar je ook bent, wat je ook doet, je blijft vrij genoeg om te zijn wie je bent. Die specifieke vrijheid is natuurlijk voor je, en ontvouwt zich in de stelling dat je sat-cit-ānanda bent. Dit is geen mystieke bewering, het wordt methodisch ontvouwd door Vedānta, door middel van een zeer verfijnde onderwijsmethode.

### **Persoonlijke groei**

Als onderdeel van dit onderwijsprogramma, dat je laat zien dat je vrij bent, heeft Vedānta een programma voor je persoonlijke groei. Dit wordt karma yoga genoemd. Zoals vermeld in de Bhagavad Gītā en ook in de Upanishads is karma yoga een manier van leven die je helpt om te groeien tot een compleet mens, vrij van conflict. Een mens wordt vanzelf fysiek volwassen, maar om emotioneel

volwassen te worden moet je zelf het initiatief nemen. Het leven is vol conflicten en elk conflict is er om van te groeien, tot je vrij bent van conflicten. Misschien zal die groei je hele leven doorgaan, toch kun je het je niet veroorloven om niet te groeien als persoon.

### **Je bent het geheel**

Dus er bestaan twee programma's binnen Vedānta. Het eerste is er om je te helpen groeien, om objectief, kalm en vrij van conflicten te worden. Om een rijk leven te leiden, een leven dat verrijkt is door je eigen groei. Vedānta leert je hoe je dat kunt aanpakken. En tot slot stelt Vedānta dat jij het geheel bent, volmaakt. Dat is het tweede programma van Vedānta, voor de zoekers die al een bepaalde mate van objectiviteit en kalmte heeft bereikt. De kunst is nu om te bewijzen dat je niet het geheel bent. Het hele proces van tegen Vedānta ingaan is het leerproces. Je probeert te bewijzen dat wat Vedānta zegt niet juist is en Vedānta heeft altijd een antwoord. Uiteindelijk kun je niet anders meer dan tot de conclusie komen 'Ik ben het geheel; ik ben volmaakt'. En als je dat weet en je ziet dat je het geheel bent, dan kan niemand het meer van je afnemen. Dat is de schoonheid ervan. Vedānta doet geen beloftes. Vedānta beweert niet dat je het

geheel zult worden. Vedānta zegt dat je het geheel bent.

Als je deze zelfkennis hebt, dan kun je zeggen tegen iemand die onzeker is: 'Iedereen is perfect.' In plaats van 'Niemand is perfect.' Niet als een geruststellende opmerking, maar als aansporing om op onderzoek uit te gaan en te begrijpen dat wat ik wezenlijk ben volmaakt is.

Zoals het Vedische gebed zegt:

Dat is volmaakt, dit is volmaakt;

Vanuit volmaaktheid komt volmaaktheid tevoorschijn;

Neem volmaaktheid weg van volmaaktheid en volmaaktheid alleen blijft bestaan.

### **Bronnen:**

'Emotioneel Volwassen', Swami Dayānanda, ISBN 978-90-78555-02-5

'De essentie van de Bhagavad Gīta', Swami Dayānanda, ISBN: 978-90-78555-07-0

Manon van Dijk volgt een driejarige Vedānta- en Sanskrietopleiding in Coimbatore, India, onder leiding van vooraanstaand Vedānta-leraar Swami Dayānanda Saraswati. In 2006 richtte zij Uitgeverij Viveki op om boeken van o.a. haar leraar uit te geven in het Nederlands. Manon is van beroep tekstschrijver en is gecertificeerd yogadocent.  
[www.viveki.nl](http://www.viveki.nl)  
[www.advaita.nl](http://www.advaita.nl)