

ZELFKENNIS

SWAMI DAYANANDA SARASWATI

‘Als we het hebben over zelfkennis, moeten we eerst vaststellen wie dat ‘zelf’ is. Wat bedoelen we wanneer we ‘ik’ zeggen? De ironie is dat het woord ‘ik’ geen duidelijk object heeft. Elk ander woord roept een bekend object of concept op in onze geest. Zeg het woord ‘pot’ en de bijbehorende gedachtevorm van het object pot verschijnt. Zo werkt taal. Als ik het woord ‘pot’ hoor en ‘grot’ zie, dan zul je zeggen dat ik foutieve kennis heb. Als ik niets zie, dan zul je zeggen dat ik totaal onwetend ben over het object ‘pot’. Als ik het woord ‘gagaboegai’ gebruik – een betekenisloos, nonsenswoord – dan gebruik ik het op die manier, niet om iets in de wereld aan te duiden.

Dus wie is die ‘ik’? Wie is deze ‘ik’ die ik zo intiem ervaar, die ik zelf ben? Het lijkt deze ik te zijn die ongelukkig is, die zijn leven niet op orde krijgt, die zijn potentieel ten volle wil benutten, die een betekenisvolle relatie wil, die niet wil lijden en die nu zichzelf wil leren kennen. Hier wil ik me op richten. Ik wil deze ik zien. Wie is hij?

Het is mijn ervaring dat ik hier ben als een bewust wezen en al het andere is de wereld. We kunnen de hele schepping terugbrengen tot twee factoren: het subject en het object. Alles wat ik kan objectiveren is een object en degene die objectiveert is het subject. Ik bevind mij niet in een object, want het is iets dat ik ken. Hier omvat ‘object’ niet alleen het tastbare, maar ook het ontastbare, zoals tijd en ruimte. Hoewel het een aanvaardbaar feit is dat ik het subject ben en dat ik als subject nergens in de wereld ben als een object van mijn kennis, is er de neiging om te concluderen dat ik, het subject, het fysieke lichaam ben. We staan niet stil bij het feit dat het fysieke lichaam een object is.

Ik ken mijn lichaam volledig. En aangezien subject en object altijd twee verschillende entiteiten zijn, aangezien de kenner verschilt van dat wat hij kent, kan ik niet het fysieke lichaam zijn. Zo ook, als ik de identiteit van 'ik' probeer toe te schrijven aan een functie of systeem van het lichaam, dan valt het uiteen in diezelfde subject-object-, kenner-gekende-relatie.

Als ik noch het fysieke lichaam ben, noch de zintuigen, het psychologische systeem of een rol die ik speel, wat blijft er dan over? Ik moet wel de geest zijn. Maar de gedachten van de geest zijn objecten. Elke waarneming, conclusie, twijfel, enzovoort, wordt gekend als een object. Dus ook al zeg ik: 'Ik ben rusteloos, ik ben geërgerd', ik heb het enkel over toestanden die toebehoren aan de geest. De gedachten komen en gaan, maar ik ben er nog steeds. Voordat de gedachte verschijnt, terwijl de gedachte er is en nadat deze is verdwenen, ben ik onmiskenbaar aanwezig. Dat betekent dat ik onafhankelijk ben van gedachten.

In het Sanskriet noemen we de totale geest met al zijn functies *antaḥkaraṇa* (innerlijk instrument). *Karaṇa* betekent instrument. De geest is een instrument dat in staat is om mij kennis, verbeeldingen, herinneringen, emoties, problemen, enzovoort, te geven. Omdat het een instrument is, moet het per definitie in handen zijn van iets anders dat ervan verschilt, net zoals bij elk ander instrument. Een telescoop bijvoorbeeld kijkt niet door zichzelf heen. Daarom kan 'ik' niet de geest zijn.

Je zou kunnen zeggen dat het onwetendheid is, dat van dit alles verschilt. Maar zelfs onwetendheid is een object. Ik weet wat ik weet en ik weet ook wat ik niet weet. Ik weet bijvoorbeeld dat ik de Finse taal niet ken.

Als je de situatie analyseert, zul je moeten zeggen: 'Ik besta en ik ken. Ik ben de kenner van dingen. De dingen die ik ken variëren, maar ik ben degene die voortdurend kent.' Maar hier moeten we nog een stap verder gaan. Namelijk: als ik de kenner van dit alles ben, dan ben ik slechts de kenner op het moment dat ik iets ken. Met andere woorden: met betrekking tot dingen die ik ken, ben ik de kenner.

Als ik de identiteit van 'ik' reduceer tot 'de kenner', wat betekent 'kenner' dan? Het betekent: degene die zich bewust is van 'ik ben'. Ook 'degene die zich bewust is' is een relatieve aanduiding.

De 'ik' die ik wil kennen, is degene die niet in relatie staat tot iets anders, en dat kan alleen de inhoud zijn van de kenner, van degene die zich bewust is – wat bewustzijn is. En dit onbeperkte bewustzijn is de betekenis van het woord 'ik'. Als je 'ik' ergens anders plaatst dan in het subject, het uiteindelijke subject, dan maak je een vergissing.

In het lichaam, bewustzijn is. In de gedachte, bewustzijn is. Maar bewustzijn is tegelijkertijd onafhankelijk van zowel het lichaam als de gedachte. Beide zijn voor hun bestaan afhankelijk van bewustzijn, maar bewustzijn is van niets afhankelijk. Het bestaat uit zichzelf, is evident uit zichzelf. Als ik zie dat ik dit bewustzijn ben, ben ik vrij van alle mogelijke beperkingen waar ik ooit onder zou kunnen lijden.

De mens zoekt geluk en beschouwt geluk als een gemoedstoestand, een ervaring. En dus komt en gaat het. Zelfs voor dat korte moment van gelukzaligheid moet er gewerkt, gezwoegd en gespaard worden.

De 'ik' die je door dit onderwijs leert kennen als jezelf, wordt aangeduid als volheid (*ānanda*). Want het zelf, vormloos bewustzijn, heeft geen grenzen, geen eigenschappen die het kunnen beperken en kan daarom niets anders zijn dan volheid, compleetheid en geluk.

Het moet duidelijk zijn dat volheid geen eigenschap is van een object buiten het lichaam, noch bevindt het zich in het lichaam. Wanneer ik een moment van geluk ervaar, ben ik eenvoudigweg met mezelf. Op dat moment verlangt de geest niets. Omdat dit moment samenvalt met het verkrijgen van een gewenst doel, schrijven we het geluk daaraan toe. Maar het is juist de afwezigheid van elk verlangen, elke projectie, die dat gouden moment van met jezelf zijn mogelijk maakt.

Het zelf, waarvan gezegd wordt dat het bewustzijn (*cit*) en volheid (*ānanda*) is, wordt ook gedefinieerd als datgene wat altijd is, wat nooit ontkracht wordt (*sat*).

Wanneer het onderwijs de natuur van het zelf ontvouwt, wordt het zelf onthuld als:

<i>sat</i>	bestaan, wat nooit ontkracht wordt;
<i>cit</i>	bewustzijn, de basis van alles wat gekend wordt;
<i>ānanda</i>	volheid, zonder beperking.

Als bewustzijn de ware betekenis van 'ik' is, dan is 'ik' geen historisch persoon. Alle problemen waar je last van hebt, horen bij de historische ik, de relatieve ik, de onjuist geïdentificeerde ik. Het is vergelijkbaar met een acteur die de rol van een bedelaar speelt, en die na zijn werk de honger en armoede van de bedelaar met zich mee naar huis neemt. Alle problemen behoren in feite toe aan het object van jouw kennis, niet aan het subject dat ze waarneemt. Het is alsof je naar een verkeersopstopping kijkt en zegt: 'Ik ben vastgelopen.' Toch kijken we naar het verkeer van onze gedachten en zien we de verschillende toestanden aan voor onszelf. De problemen behoren toe aan de geest. De problemen horen bij het object, niet bij het subject. Dat is ware objectiviteit.

Een wijze, een bevrijd mens die zichzelf kent als vol en compleet, is niet afhankelijk van een situatie, ding of toestand om vervuld te zijn. Je zou kunnen zeggen dat hij meester is over zichzelf, omdat hij de waarheid over zichzelf kent. Door het kennen van de waarheid over zichzelf, leert hij vanzelf ook de waarheid over de wereld kennen, van de objecten die gekend worden. Het probleem dat hij aanvankelijk als werkelijk beschouwde en dus dacht te moeten oplossen, ziet hij nu als toebehorend aan een onwerkelijk persoon. Hij weet: 'Ik ben degene die werkelijkheid toedicht aan die persoon. Ik heb geen probleem. Ik ben zo vol en compleet dat niets iets aan mij kan toevoegen of van mij kan afnemen.' Dat is jezelf en je leven zien zoals ze zijn. Alleen dan kan een actueel probleem objectief worden aangepakt.

Vedānta is altijd een mondelinge traditie geweest, overgedragen van leraar op leerling. Het is een middel tot kennis (*pramāṇa*). Deze mondelinge traditie vereist een leraar die de woorden hanteert en de betekenis achter de woorden aan het licht brengt. Zeggen: ‘Je bent vol, je bent onbegrensd’, is één ding, maar de leerling laten inzien wat dat betekent, is iets anders. Als dat niet gebeurt, dan vormen de woorden slechts een nieuwe conditionering. Omdat het onderwerp zo uniek is – het is noch een object, noch een concept, maar onmiskenbaar aanwezig – vereist de communicatie erover een zeer speciale aanpak. Woorden moeten uitvoerig gedefinieerd worden, zodat datgene wat bedoeld wordt ook begrepen wordt. Paradoxen moeten behendig gebruikt worden, illustraties uitgelegd en contexten gecreëerd, zodat de impliciete betekenissen zichtbaar worden. Hiervoor is een leraar noodzakelijk, omdat hij zowel de waarheid kent als de methode om die te onthullen.

Tot slot komt degene die dit onderwijs opzoekt met een bepaalde houding. Als *mumukṣu* (iemand met een verlangen naar bevrijding) die naar kennis verlangt, heeft hij tot op zekere hoogte het probleem doorzien, en daarom is hij ontvankelijk, staat hij open voor wat de leraar onderwijst. Wat gezocht wordt, is simpelweg de waarheid. Dit onderscheidt het onderwijs van Vedānta van alle andere vormen van leren en problemen oplossen. Het leerproces gaat samen met liefde en vertrouwen, voortkomend uit de opluchting van het ontdekken van het middel voor dat wat je werkelijk wilt verkrijgen. De leraar is geen autoriteit, maar een kaars die een andere kaars aansteekt.

Dus deze kennis geeft een mens datgene wat hij in al zijn activiteiten en in alle problemen zoekt. Hij ziet de ware natuur van de “eigenaar” van het probleem en de ware natuur van het probleem zelf.’

Swami Dayananda Saraswati, 1980