

komen. Maar daarop berust juist het gehele Indische denken en het durft te zoeken, en slaagt er in iets hogers dan de rede te vinden, waaruit alleen de huidige staat is te verklaren. Dit is de waarde van de studie van iets, dat ons boven de wereld verheft. „Gij zijt onze vader en brengt ons naar de andere oever van deze oceaan van onwetendheid”. Dat is de wetenschap der religie, en niets anders.

HOOFDSTUK I

CONCENTRATIE: HAAR GEESTELIJK NUT

1. *Nu wordt concentratie verklaard.*
2. *Yoga is het weerhouden van de denksubstantie (Chitta) de verschillende vormen (Vrittis) aan te nemen.*

Hier is een lange verklaring nodig. Wij moeten begrijpen wat Chitta is, en wat de Vrittis zijn. Ik heb ogen, maar zij kunnen niet zien wanneer het hersencentrum, dat zich in het hoofd bevindt, wordt verwijderd. De ogen zijn aanwezig, het netvlies is in orde, ook is het waar te nemen beeld aanwezig en toch zien de ogen niets. Dus zijn de ogen een instrument van de tweede graad en niet het gezichtsorgaan. Het gezichtsorgaan bevindt zich in het zenuwcentrum van de hersenen. Ogen zijn niet voldoende om te zien, immers iemand kan met open ogen slapen. Het licht is er en ook het waar te nemen beeld, doch een derde factor is nodig; het verstand (Manas) moet met het orgaan verbonden worden. Rijtuigen rollen door de straat en wij horen ze niet. Waarom? Omdat Uw verstand (Manas) zich niet met het gehoororgaan verbonden heeft. Eerst is er het instrument, dan het orgaan, en in de derde plaats de verbinding van het verstand met deze twee. Het verstand brengt de indruk verder naar binnen en legt hem voor aan het oordelend vermogen - Buddhi - dat hierop reageert. Gelijktijdig met deze reactie rijst het ikbewustzijn op. Dan wordt deze menging van actie en reactie aan de Poeroesha, de eigenlijke Ziel, voorgelegd, die in deze menging een object waarneemt. De organen (Indriyas) te zamen met Manas, het oordelend vermogen (Buddhi) en het ikbewustzijn (Ahamkara) vormen de groep welke Antahkarana (innerlijk instrument) wordt genoemd. Zij zijn slechts de verschillende processen in de denksubstantie, Chitta genaamd. De gedach-

tengolven in de Chitta worden Vrittis (letterlijk „draaikolken“) genoemd. Wat is gedachte? Gedachte is een kracht, zoals zwaartekracht of afstoting. Uit de oneindige voorraad energie in de natuur neemt het instrument Chitta een weinig, absorbeert haar en zendt haar uit als gedachte. Kracht wordt door voedsel verkregen en uit dit voedsel krijgt het lichaam de bewegingskracht enz. Andere energievormen, de fijnere krachten, die het lichaam voortbrengen, zijn wat wij gedachte noemen. We zien dus dat de geest niet intelligent is; toch schijnt hij intelligent te zijn. Waarom? Omdat de intelligente ziel er achter staat. Gij zijt het eigenlijke bewuste wezen; de geest is slechts het instrument, dat contact met de uiterlijke wereld mogelijk maakt. Neem dit boek; als een boek bestaat het niet buiten mij; wat buiten mij is, is onbekend en onkenbaar. Het onkenbare verschaft de suggestie, die op de geest inwerkt en de geest geeft deze reactie als een boek terug, op dezelfde wijze als wanneer een steen in het water wordt geworpen en het water in de vorm van golven terugkaatst. De werkelijke wereld is de aanleiding van de reactie van de geest. De vorm van een boek, van een olifant of van een mens bestaat niet buiten ons; al wat wij weten is onze mentale reactie op een stimulans van buiten. „Stof is de permanente mogelijkheid der gewaarwording“, zegt John Stuart Mill. Alleen de stimulans ligt buiten ons. Neem bijv. een oester. Ge weet hoe parels gevormd worden. Een parasiet komt in de schaal en veroorzaakt een prikkeling en de oester omringt hem met een laagje email en dit vormt de parel. De wereld der ervaring is als het ware ons eigen email en de werkelijke wereld is de parasiet die als kern dienst doet. De gemiddelde mens zal het nooit begrijpen, omdat hij, wanneer hij het probeert, een emailaag vormt en alleen zijn eigen email ziet. Nu begrijpen wij wat met deze Vrittis wordt bedoeld. De werkelijke mens staat achter de geest; de geest is zijn voertuig; en het is zijn intelligentie die door de geest sijpelt. Alleen

wanneer gij achter de geest staat, wordt hij intelligent. Trekt gij U terug, dan valt hij uiteen en is niets. Gij begrijpt dus nu wat met Chitta bedoeld wordt. Het is de denksubstantie, en de Vrittis zijn de golven en rimpelingen, die er in oprijzen, wanneer uiterlijke omstandigheden of oorzaken er op inwerken. Deze Vrittis maken onze wereld uit.

De bodem van het meer kunnen wij niet zien, omdat zijn oppervlak met golfjes overdekt is. Pas wanneer de golfjes zijn gaan liggen, en het water kalm is, kunnen we een glimp van de bodem opvangen. Indien het water modderig is of voortdurend in beweging, kan de bodem niet gezien worden. Wanneer het meer glad is en het water helder, is de bodem zichtbaar. De bodem van het meer is ons eigen ware Zelf; het meer is de Chitta, en de golven zijn de Vrittis. Verder kent de geest drie toestanden, waarvan de ene duisternis is, Tamas genaamd, welke bij bruten en idioten voorkomt; hij handelt enkel ten kwade. In die toestand komen geen andere ideeën op. Dan is er de tweede toestand, Rajas, de actieve staat van de geest, welks voornaamste beweegredenen macht en genoegen zijn. „Ik wil machtig zijn en anderen regeren.“ Tenslotte, wanneer de golven van het meer tot bedaren zijn gekomen, en het water helder is, ontstaat de toestand Sattwa, sereniteit, kalmte. Het is geen inactiviteit doch eerder een intense activiteit. De grootste openbaring van macht is kalm te zijn. Het is gemakkelijk actief te zijn. Laat de teugels los en de paarden rennen met U weg. Dit kan iedereen, maar hij die de voortstormende paarden kan stoppen, is de sterke man.

Wat vereist groter kracht, loslaten of bedwingen? Een kalm mens is volstrekt geen suf mens. Ge moet Sattwa niet aanzien voor sufheid of luiheid. De kalme man is hij, die de denkgolven beheerst. Activiteit is de uiting van geringer kracht, kalmte van de hogere.

Deze Chitta tracht altijd terug te keren tot haar natuurlijke reine staat, doch de organen trekken haar naar buiten. Om

haar te beheersen, om deze naar buiten gaande neiging te bedwingen en haar terug te doen keren tot de essentie der intelligentie, is de eerste stap in Yoga, omdat alleen op deze wijze de Chitta haar juiste loop kan volgen.

Ofschoon de Chitta in elk dier aanwezig is, van het laagste tot het hoogste, vinden wij haar alleen bij de mens in de vorm van intellect. Tenzij de denksubstantie de vorm van intellect kan aannemen, is het haar niet mogelijk, door al deze graden terug te keren en de ziel te bevrijden. Het is voor de koe of hond niet mogelijk om onmiddellijke bevrijding te verkrijgen, ofschoon zij verstand hebben, omdat hun Chitta vooralsnog de vorm van intellect niet kan aannemen.

Chitta openbaart zich in de volgende verschillende vormen: verspreidend, verduisterend, verzamelend en eenpuntig en geconcentreerd. De „verspreide” vorm is activiteit. De neiging bestaat om zich te uiten in de vorm van vreugde of pijn. De „verduisterende” vorm is dofheid met een neiging tot het berokkenen van leed aan anderen. De commentator zegt, dat de eerste de natuurlijke vorm is voor de Devas of Engelen, de tweede voor die van de demonen. De „verzamelende” vorm is er wanneer het middelpunt gezocht wordt. De „eenpuntige” vorm is er, wanneer getracht wordt te concentreren en de „geconcentreerde” vorm is die, welke ons tot Samadhi brengt.

3. *In die tijd (de tijd der concentratie) rust de ziener (Poe-roesha) in zijn eigen (ongewijzigde) toestand.*

Zodra de golven stil geworden zijn en het meer kalm geworden is, zien wij de bodem van het meer. Zo is het ook met de geest; wanneer hij kalm is, zien wij wat onze eigenlijke aard is; wij vereenzelvigen ons nergens mee, maar blijven onszelf.

4. *Op andere tijden (andere dan gedurende de concentratie) vereenzelvigd de ziener zich met de wijzigingen.*

Bijv. iemand laakt mij; dit brengt in mij een wijziging, Vritti, teweeg en ik vereenzelvig mij daarmee en een gevoel van ellende is het gevolg.

5. *Er zijn vijf groepen van wijzigingen, (sommige) pijnlijk en (andere) niet pijnlijk.*

6. *(Deze zijn) ware kennis, slecht onderscheidingsvermogen, woordenwaan, slaap en gebougen.*

7. *Rechtstreekse waarneming, gevolgtrekking en bevoegde getuigenis bewijzen de waarheid.*

Wanneer twee onzer waarnemingen elkaar niet tegenspreken, noemen wij het een bewijs. Ik hoor iets, en, wanneer het niet overeenstemt met hetgeen reeds is waargenomen, begin ik het te bestrijden en geloof het niet. Er zijn ook drie soorten van bewijs. Rechtstreekse waarneming, Pratyāksham, alles wat we zien en gewaar worden, is een bewijs, indien niets onze zintuigen bedriegt. Ik zie bijv. de wereld; dat is voldoende bewijs dat zij bestaat. In de tweede plaats hebben we Anumāna, gevolgtrekking; ge ziet een teken en maakt daaruit de gevolgtrekking wat het betekent. In de derde plaats hebben we Aptavakyam, rechtstreekse waarneming der wijzen of Yogis, zij die de waarheid gezien hebben. Wij streven allen naar kennis, maar gij en ik moeten ons zeer inspannen en komen pas tot de kennis door een langdurig en moeilijk proces van redeneren; de Yogi echter, rein als hij is, is boven dit alles uitgestegen. Voor zijn geest is het verleden, het heden en de toekomst als een open boek; hij hoeft het vervelende kennisproces van ons niet meer door te maken; zijn woorden zijn bewijs genoeg, omdat hij de kennis in zichzelf ziet. Deze zijn bijv. de schrijvers der Heilige Boeken, daarom zijn deze Boeken waar. Indien er nu zulke personen leven, dan