



BRONNEN VAN YOGA

Aan *Bronnen van Yoga*, uitgegeven door Uitgeverij Samsara, werd door Wim van de Laar zeven jaar gewerkt en het bevat een vertaling van en toelichting op drie bronteksten van de klassieke yogafilosofie: de Bhagavad Gîtâ, de Yoga Sûtra van Patañjali en de minder bekende Sâmkhya Kârîkâ. In maart 2015 verscheen in vertaling van Wim van de Laar een aantal Upanishads, de heilige geschriften uit India waarin op poëtische en allegorische wijze de 'uiteindelijke werkelijkheid' wordt beschreven. Ook aan dit boek dat verscheen bij Nachtwind onder de titel *De Upanishads* werd zeven jaar gewerkt.

De belangrijkste drijfveer van Wim van de Laar voor vertalen en schrijven is zijn grote liefde voor de rijkdom van de Indiase (yoga)filosofie, vertelt hij in een interview dat we hebben naar aanleiding van de uitgave van *Bronnen van Yoga*. "In essentie gaat *Bronnen van yoga* over vrijheid als onze natuurlijke toestand", zegt hij. "Deze bronnen werpen licht op wat we zijn, een Zelf van Bewustzijn, én hoe we van die oorsprong zijn afgedwaald. Hoe we zijn gaan 'geloven' in een afgescheiden, individueel zelf. Bevrijding is niets anders dan een juiste herkenning." Wim wijst erop dat deze oorspronkelijke doelstelling in de huidige beoefening van yoga steeds meer naar de achtergrond verdwijnt, en soms zelfs geheel uit zicht raakt. De yogaleer zoals je die terugvindt

in de oude geschriften heeft het veld geruimd voor modernere yogavormen, waarbij bevrijding niet meer het belangrijkste oogmerk is. Zeker in het Westen is yoga bovenal een lichaamscultuur geworden. Ze richt zich op ontspanning, gezondheid en welbevinden.

Wim zet – leergierig en kritisch als hij is – graag vraagtekens, niet alleen bij de ontwikkeling van yoga, maar ook bij de vele interpretaties van de klassieke yoga geschriften. Zijn boek is behalve een vertaling van deze belangrijke bronteksten dan ook de weerslag van een uitgebreide studie. Eigen interpretaties tracht hij zoveel mogelijk terzijde te schuiven. Wim: "Dat doe je door je eigen vertaling van de oorspronkelijke Sanskriettekst



naast andere gezaghebbende vertalingen te leggen. Daarnaast dien je de klassieke commentaren te bestuderen, zoals die van Shankara, Râmânûja of Vyâsa en je te verdiepen in tekstonderzoek. Zo kom je het dichtst bij een zuivere weergave van de oorspronkelijke tekst."

De vaak gebezigde opvatting dat deze en ook andere geschriften door één persoon geschreven zijn, klopt waarschijnlijk niet,

DE TIJD WAARIN DEZE GESCHRIFTEN ZIJN OPGETEKEND, HET BEGIN VAN ONZE JAARTELLING, WAS EEN HEEL VRUCHTBARE VOOR DE FILOSOFIE IN INDIA

stelt Wim. "Daarover worden ook vanuit wetenschappelijke hoek allerlei twijfels opgeworpen. Behoort het zogenaamde 'achtvoudige pad', (*asthânga yoga*) van de Yoga Sûtra tot de oorspronkelijke tekst, of is dat een latere toevoeging? De weg van meditatie zoals hierin uiteengezet lijkt afkomstig uit het boeddhisme. Veel vragen over deze teksten blijven vooralsnog onbeantwoord, het onderzoek gaat voort."

De tijd waarin deze geschriften zijn opgetekend, het begin van onze jaartelling, was een heel vruchtbare voor de filosofie in India. Wim: "Er waren tal van zienswijzen met onderling veel verschillen, maar ook overeenkomsten. De dingen stonden ideologisch nog niet zo vast en er was een rijke uitwisseling van ideeën. Pas in de eeuwen daarna ontstonden er leerstellingen en vaste dogma's. We kunnen stellen dat er wel overeenstemming is over het feit dat eenieder worstelt met dezelfde grondvragen: Wie ben ik? Wat is mijn relatie tot de kosmos? Waarom is het leven lijden? Is er een manier om van dat lijden bevrijd te worden? De verschillen ontstaan pas later, als de opvattingen over deze vragen strakker omlijnd

worden, en de oplossing fundamenteel van de een anders blijkt dan die van de ander."

De drie bronteksten laten deze overeenkomsten en verschillen zien volgens Van de Laar. "De kernvraag is steeds hoe een mens tot zijn ware zelf-zijn komt, ofwel hoe hij het onderscheid maakt tussen Zelf en niet-Zelf. Daar ligt de sleutel tot bevrijding. Maar de weg ernaartoe verschilt. Je vindt er elementen in terug uit de verschillende tradities die India rijk is: vedânta, brahmanisme, sâmkhya, jâïnisme en boeddhisme. Bevrijding kan om die reden een weg van meditatie zijn, van kennis en inzicht, van zelfbeteugeling en verlangen-loos handelen, of van devotie en overgave aan een alomvattende goddelijke werkelijkheid." De teksten van *Bronnen van Yoga* beschrijven deze diversiteit in detail. Dat mag je de grote rijkdom van dit boek noemen. De vraag is steeds dezelfde, de benadering en oplossing zijn bij elke tekst anders. De bronnen geven ieder voor zich een weg naar bevrijding.

De Bhagavad Gîtâ bijvoorbeeld bevat de dialoog tussen God-Krishna en de krijger

Arjuna aan het begin van een grote oorlog, waarvoor Arjuna het startsein moet geven. "Arjuna is wanhopig omdat hij ziet hoe vergaand die strijd zal zijn. Om zijn twijfel weg te nemen onderwijst Krishna hem over de uiteindelijke werkelijkheid, over onwetendheid en illusie, schepping en vernietiging, vervulling en lijden. De weg naar vrijheid die hij onderricht, is drieledig. *Gîtâ yoga* bevat de yoga van kennis, *jñâna*, handelen, *karma*, en devotie of overgave, *bhakti*. De mens kan zich bevrijden door de herkenning van het Zelf, door in zijn handelen ieder spoor van eigenbelang te verwijderen, en door zich over te geven aan Krishna, de alles ontstijgende godheid, waarin het lot van mens en wereld gelegen is. De Gîtâ is vooral zo'n bijzonder geschrift omdat God niet alleen aan het woord is, maar zichzelf ook toont. Hij laat Arjuna zijn alomvattende vorm zien. Nergens in de religieuze literatuur vind je een dergelijke uitgebreide en 'spectaculaire' beschrijving van Gods verschijnen." Als Krishna zijn goddelijke manifestaties laat zien, raakt Arjuna zo bevreesd dat hij Krishna vraagt een vorm aan te nemen die hij wel kan verdragen. 'O Krishna, ik zie de goden en allerlei andere wezens bijeen

DE WERKELIJKHEID, ZO STELT DE SÂMKHYA FILOSOFIE, KENMERKT ZICH DOOR DUALITEIT, EEN TEGENOVER ELKAAR STAAN VAN TWEE WERKELIJKHEDEN



in Uw lichaam.’ En verderop: ‘Ik zie hoe al deze krijgers zich haasten om Uw angstwekkende muilen binnen te gaan.’

Aan het slot van de Gîtâ geeft Krishna nogmaals zijn belangrijkste lering en boodschap: *‘Wees met al je aandacht bij Mij. Geef je over aan Mij. Offer aan mij. Leg je aan Mijn voeten neer. Zo zul je zeker tot Mij komen, want Ik beloof je, je bent Mij dierbaar.’*

Bijzonder overigens aan de vertaling van de Bhagavad Gîtâ door Van de Laar is dat daarin zo’n vijftig extra verzen zijn opgenomen, afkomstig uit afwijkende edities.

De Sâmkhya Kârikâ verscheen niet eerder volledig in een Nederlandse vertaling.

Wim: “De weg van sâmkhya is er een van kennis en onderscheiding. Ze vraagt je om te kijken en te analyseren. De werkelijkheid, zo stelt de sâmkhya filosofie, kenmerkt zich door dualiteit, een tegenover elkaar staan van twee werkelijkheden. Er is het Zelf van Bewustzijn, *purusha*, en er is Oermaterie, *prakriti*. De laatste verdicht zich via verschillende manifestaties tot de stoffelijke wereld. Alles wat we zien en ervaren – ook onszelf als persoon – is een uitdrukking van Oermaterie. Het Zelf staat daar los van, het is slechts getuige

HET UITGANGSPUNT VAN DE YOGA SÛTRA IS NET ZOALS IN DE SÂMKHYA KÂRIKÂ DE VERSTRENGELING VAN HET ZELF MET DATGENE WAT DE ZIENER WAARNEEMT, DE MANIFESTATIES VAN OERMATERIE

van het komen en gaan van de zich ontvouwende wereld van Oermaterie. Door onwetendheid raakt Purusha met Prakriti verstrengeld. Daar begint het lijden.”

Wim schrijft: *‘Met lijden komt het verlangen naar verlossing. Sâmkhya beschouwt dit als een wetmatigheid. Van gebondenheid komt bevrijding, en begoocheling leidt tot besef van het Zelf, het een is het logische gevolg van het ander.’* De weg van bevrijding is voor de sâmkhya een weg terug. Je haalt jezelf uit de vele manifestaties, en komt zo terug bij de oorspronkelijke scheiding van het Zelf en Oermaterie. Je ziet wat wat is en bent niet langer verstrikt, en dus vrij. *‘Er vindt geen schepping meer plaats.’*

Het uitgangspunt van de Yoga Sûtra is net zoals in de Sâmkhya Kârikâ de verstrengeling van het Zelf (hier de ‘Ziener’ genoemd) met datgene wat de Ziener waarneemt, de manifestaties van Oermaterie. De tekst bestaat uit vier delen. “In het eerste deel wordt yoga gedefinieerd als het stillen van de wervelingen van het denken. Dan rust de Ziener in zijn oorspronkelijke natuur. De methode tot stilling bestaat uit oefening,

concentratie, en onthechting, met daarbij een volledige toewijding aan het Zelf. Via de verschillende stadia van meditatie komt de yogi tot de onderscheiding van het Zelf en het niet-Zelf en dus tot bevrijding. Het tweede deel schetst via de yoga van handelen en het achtvoudige pad van yoga de praktische weg van yoga. Daarin vind je overeenkomsten met de Gîtâ. Ook onderricht dit deel de leer van de kwellingen, *de klesha’s*, en de wijze waarop je door onwetendheid gevangen raakt in het niet-Zelf. Het derde deel beschrijft vooral de uitzonderlijke vermogens, *de siddhi’s*, die door meditatie binnen bereik komen. Het vierde deel tenslotte gaat nader in op wat vrijheid behelst en hoe Bewustzijn en denken van elkaar verschillen.”

Vermeldenswaard is dat in deze uitgave het commentaar (*bhâshya*) van Vyâsa voor het eerst in een Nederlandse vertaling is opgenomen. Dat is van belang omdat de Yoga Sûtra en het commentaar volgens sommigen één geheel lijken te vormen, afkomstig van eenzelfde auteur – al blijft de ware oorsprong van beide teksten in nevelen gehuld. Het commentaar van Vyâsa geeft een uitleg

van de afzonderlijke sûtra’s met de daarin gehanteerde begrippen. Het commentaar is zeer verhelderend en een grote hulp bij het doorgronden van deze zo bondige brontekst.

Resumerend kent het boek van Wim van de Laar drie primeurs. Aan zijn vertaling van de Gîtâ zijn extra verzen toegevoegd, de Sâmkhya Kârikâ verschijnt voor het eerst in een Nederlandse vertaling, en de Yoga Sûtra is verrijkt met het commentaar van Vyâsa.

Zowel de vertaling als de toelichtingen zijn aangenaam om te lezen, zonder dat dit ten koste gaat van de diepgang. De vele voetnoten zijn een goede aanvulling op de teksten. Daarmee is dit boek een aanrader voor iedereen die diepgravend kennis wil nemen van de klassieke filosofie van yoga. ➤

Bronnen van Yoga

Auteur: Wim van de Laar
Uitgeverij: Samsara
ISBN: 978 94 93301 863