

INHOUD

Verantwoording	13
1. HINDOEÏSME	15
1.1. NAAM EN OORSPRONG	15
1.2. DHARMA – BESTEMMING – KOSMISCHE ORDE – KASTE	16
1.3. DE BRONNEN: DE VEDA’S EN DE GROTE VERHALEN	17
1.3.1. Veda’s	17
1.3.2. Oepanisjaden	18
1.3.3. De grote verhalen	18
1.3.3.1. Mahabharata	18
1.3.3.2. Bhagavadgita	19
1.3.3.3. Ramayana	19
1.3.3.4. Verhalen over Krisjna	20
1.4. WEGEN NAAR VERLOSSING – KARMA EN REÏNCARNATIE	20
1.4.1. Karma en reïncarnatie	20
1.4.2. Moksja	21
1.4.3. Verlossingswegen	22
1.5. DE GODENWERELD	23
1.6. ETHIEK	25
1.7. DE RELIGIEUZE PRAKTIJK	26
1.7.1. Overgangsrituelen	26
1.7.2. Hoe word je hindoe	27
1.7.3. Reinheid en gezondheid	28
1.7.4. Levensstadia	28
1.8. KALENDER EN JAARFEESTEN	29
1.8.1. Holi	29
1.8.2. Divali of Dipavali	30
1.8.3. Dussehra	30
1.9. RELIGIEUZE LEIDERS	31

INHOUD

1.10.	HINDOES IN NEDERLAND	31
1.11.	GESCHIEDENIS EN HERVORMERS	32
	1.11.1. Geschiedenis	32
	1.11.2. Enkele hervormers	33
1.12.	SIKHS	34
2. BOEDDHISME		35
2.1.	NAAM EN OORSPRONG	35
2.2.	HET LEVEN VAN DE BOEDDHA	35
2.3.	DE KERN VAN DE LEER	36
	2.3.1. De vier edele waarheden	36
	2.3.2. Het achtvoudig pad	38
	2.3.3. Meditatie	38
	2.3.4. Kosmologie en dharma	39
	2.3.5. Reïncarnatie	40
2.4.	LEEFREGELS – ETHIEK	41
	2.4.1. De vijf voorschriften	41
	2.4.2. De vier nobele deugden	41
	2.4.3. Meditatief leven	42
2.5.	BRONNEN	43
	2.5.1. Soetra's	43
	2.5.2. Jataka's	43
2.6.	STROMINGEN IN HET BOEDDHISME	44
	2.6.1. Theravada	45
	2.6.2. Mahayana	46
	2.6.3. Vajrayana	47
	2.6.4. Volksboeddhisme	48
2.7.	HOE WORD JE BOEDDHIST?	49
	2.7.1. De toevlucht tot de 'drie juwelen'	49
	2.7.2. Kloosters	49
2.8.	RITUELEN EN FEESTDAGEN	50
	2.8.1. Het ritueel van de toevlucht	50
	2.8.2. De wijding tot monnik of non	51
	2.8.3. De dood	51
	2.8.4. Verering stupa	52

INHOUD

2.8.5.	Wesak	52
2.8.6.	Het nieuwe jaar	53
2.9.	DE ONTWIKKELING VAN HET BOEDDHISME	53
3. JODENDOM		55
3.1.	NAAM EN OORSPRONG	55
3.2.	DE BRONNEN: TENACH EN TALMOED	55
3.3.	DE GRONDSLAGEN VAN DE JOODSE TRADITIE	56
3.3.1.	De ene God	56
3.3.2.	Het uitverkoren volk	57
3.3.3.	Heiliging door omgang met de geboden	57
3.3.4.	Geloofsleer	58
3.3.5.	Geen beelden	59
3.3.6.	Voorzichtig met de naam van God	59
3.3.7.	Mensbeeld – zonde en genade	60
3.3.8.	Opstanding	60
3.3.9.	Messiasverwachting en het Koninkrijk van God	60
3.4.	DE GESCHIEDENIS VAN HET JOODSE VOLK	61
3.4.1.	Van Abraham tot de val van de tweede tempel	61
3.4.2.	Van 70 tot heden	63
3.5.	LEEFREGELS – DE GEBODEN OF VOORSCHRIFTEN (MITSWOT)	63
3.5.1.	Algemene regels – de ethiek	64
3.5.2.	Dagelijkse leefregels	65
3.5.2.1.	Spijswetten (kasjroet)	65
3.5.2.2.	Symbolen	66
3.6.	FEESTDAGEN	66
3.6.1.	Vooraf: de kalender	67
3.6.2.	Sabbat en synagoge	67
3.6.3.	Joods nieuwjaar – Rosh Ha-Shana	68
3.6.4.	Grote Verzoendag – Jom Kippoer	69
3.6.5.	Loofhuttenfeest – Soekoth	69
3.6.6.	Vreugde der Wet – Simchat Tora	69
3.6.7.	Inwijdingsfeest – Chanoeka	69
3.6.8.	Lotenfeest – Poerim	70
3.6.9.	Paasfeest – Pesach	70

INHOUD

3.6.10. Wekenfeest – Sjawoe’ot	71
3.6.11. Jom Ha-Shoa	71
3.7. OVERGANGSRITUELEN	71
3.7.1. Beriet Mila – het verbond van de besnijdenis	72
3.7.2. Bar-mitswa – zoon der wet	72
3.7.3. Choepa – huwelijk	72
3.7.4. Rondom de dood	73
3.8. MYSTIEK	74
3.8.1. Merkawa	74
3.8.2. Kabbala	74
3.8.3. Chassidisme	76
3.9. STROMINGEN IN HET JODENDOM	76
3.9.1. Orthodoxe joden – chassidisme	77
3.9.2. Orthodoxe joden – algemeen	77
3.9.3. Liberale joden	77
3.9.4. Niet-religieuze joden	78
4. CHRISTENDOM	79
4.1. NAAM EN OORSPRONG	79
4.2. HET LEVEN VAN JEZUS	80
4.3. DE BRONNEN	81
4.3.1. De bijbel – het Oude Testament (OT)	81
4.3.2. De bijbel – het Nieuwe Testament (NT)	82
4.3.3. De traditie	82
4.3.4. De Heilige Geest	82
4.4. KERNPUNTEN UIT DE LEER VAN DE KERK(EN)	83
4.4.1. God, Jezus, de Heilige Geest en de leer van de drie-eenheid	83
4.4.2. Verzoening en verlossing	84
4.4.3. Opstanding – hemel en hel	85
4.4.4. Schepping en voleinding	86
4.4.5. Liefde, barmhartigheid en genade	86
4.4.6. Ziekte en genezing	87
4.4.7. De ambtelijke structuur – religieuze leiders	87
4.5. ETHIEK EN DIACONAAT	88

INHOUD

4.6.	MYSTIEK EN GEBED	90
	4.6.1. Zijnsmystiek	91
	4.6.2. Liefdesmystiek	92
4.7.	RITUELEN EN SACRAMENTEN	92
	4.7.1. Eucharistie – avondmaal	93
	4.7.2. Doop of doopsel	94
	4.7.3. Vormsel – belijdenis	94
	4.7.4. Huwelijk	95
	4.7.5. Ambtswijdingen	95
	4.7.6. Ziekenzalving	95
	4.7.7. Biecht	96
4.8.	FEESTDAGEN	96
	4.8.1. Zondag – de kerkdienst	97
	4.8.2. Advent	97
	4.8.3. Kerstfeest	97
	4.8.4. Epifanie – Driekoningen	98
	4.8.5. Vastentijd – lijdenstijd	98
	4.8.6. De Goede of Stille week	98
	4.8.7. Pasen	99
	4.8.8. Hemelvaart	99
	4.8.9. Pinksteren	99
	4.8.10. Mariafeesten en heiligendagen	100
4.9.	ENKELE HOOFDLIJNEN UIT DE GESCHIEDENIS VAN DE KERK(EN)	101
	4.9.1. De Oude Kerk, 70-1054	101
	4.9.2. Middeleeuwen, 1054-1517	102
	4.9.3. Reformatie en Contrareformatie, 1517-1789	103
	4.9.4. Verlichting, 1789-heden	104
	4.9.5. Kerken in Nederland	104
	4.9.6. Kloosters en gemeenschappen	105
4.10.	AFWIJKENDE RICHTINGEN	106
	4.10.1. Gnostiek	106
	4.10.2. Theosofie en antroposofie	107
	4.10.3. New Age	108

	5. ISLAM	109
5.1.	NAAM EN OORSPRONG	109
5.2.	MOHAMMED EN ZIJN OPVOLGING	109
	5.2.1. Mohammed 570-632	109
	5.2.2. De opvolging van Mohammed	111
	5.2.3. Verspreiding van de islam	113
5.3.	DE BRONNEN: KORAN EN HADITH	113
	5.3.1. Qur'an (Koran)	114
	5.3.2. Hadith	115
5.4.	DE GRONDSLAGEN VAN DE ISLAM: DE VIJF ZUILEN	116
	5.4.1. Geloofsbelijdenis – shahada	116
	5.4.2. Het rituele gebed – salat	117
	5.4.3. Armenzorg – zakat	118
	5.4.4. Vasten – saum	118
	5.4.5. De bedevaart – hadj	119
5.5.	SJARI'A – HET RECHTSSYSTEEM	120
	5.5.1. Categorieën	120
	5.5.2. Jihad	121
	5.5.3. Wanneer ben je moslim?	122
	5.5.4. Religieuze leiders	123
5.6.	THEOLOGIE	123
5.7.	MYSTIEK	125
5.8.	OVERGANGSRITUELEN	126
	5.8.1. Geboorte	126
	5.8.2. Besnijdenis	127
	5.8.3. Huwelijk	127
	5.8.4. Dood en hiernamaals	128
5.9.	KALENDER EN JAARFEESTEN	128
	5.9.1. I(e)d ul-Fitr – suikerfeest	129
	5.9.2. I(e)d ul-Adha – offerfeest	129
	5.9.3. Mauloed an-Nabi – de geboortedag van Mohammed	129
	5.9.4. Mi'raadj – de hemelreis van Mohammed	129
5.10.	MOSLIMS IN NEDERLAND	130
5.11.	AFWIJKENDE RICHTINGEN: SOEFI, AHMADIYA EN BAHÀ'Ì	131
	5.11.1. Soefi-beweging	131

INHOUD

5.11.2. Ahmadiya-beweging	132
5.11.3. Baha'i-geloof	132
6. VERGELIJKENDERWIJS	134
6.1. KOMEN ALLE RELIGIES OP HETZELFDE NEER?	134
6.2. OMGAAN MET VERSCHILLEN	135
6.3. WAT IS WAARHEID?	136
6.4. MYSTIEK EN SPIRITUALITEIT	138
6.5. DE ERVARING EN DE OORSPRONG VAN HET LOT	139
6.6. DE MENS – VAN NATURE GOED OF SLECHT?	141
6.7. LEVEN EN DOOD	142
6.8. ETHIEK EN RELIGIE	144
6.9. GESTALTEN VAN HET GODDELIJKE	145
6.10. VERLOSSING	148
6.11. RELIGIE EN VREDE	149
6.12. KRACHT EN ZWAKTE	151
7. Woordenlijst	153

1. HINDOEÏSME

1.1. Naam en oorsprong

Het hindoeïsme is buitengewoon veelkleurig en veelvormig, zodat je eigenlijk nauwelijks van één religie kunt spreken. Het is een soort religieus oerwoud met een enorme verscheidenheid aan godengestalten, leerstellingen, ritens, religieuze oefeningen, etcetera, diepzinnig en simpel.

De naam ‘hindoeïsme’ komt van de rivier de Indus, die in het huidige Pakistan uitmondt in de zee. Het gebied ten oosten van de Indus werd India genoemd en de inheemse religies in het oude India kregen van buitenstaanders de naam hindoeïsme. Zelf noemen de Indiërs hun religie ‘sanatana dharma’, de eeuwige leer of bestemming. In de loop der eeuwen kan de bestemming van de mens telkens weer anders beleefd en verkondigd worden, afhankelijk van tijd en plaats.

Het hindoeïsme kent geen stichter of vaste organisatie, maar is meer het resultaat van een ontwikkelingsproces, waarin telkens weer nieuwe sociale of religieuze elementen zijn opgenomen. De grote verscheidenheid en soms innerlijke tegenstrijdigheden worden door de Indiër niet als probleem ervaren, want ‘alle rivieren stromen naar dezelfde zee’, oftewel: alle religieuze wegen brengen je naar hetzelfde doel: de uiteindelijke verlossing.

In het hindoeïsme zijn grofweg twee lagen te onderscheiden:

1. De oeroude natuurreligie van de oorspronkelijke bewoners van India. Allerlei natuurkrachten werden als goden (deva's) of geesten gezien: de god van het vuur, de god van de aarde, de goden rond rivieren, bomen, etcetera.
2. De religie van de Ariërs, volksstammen die na 2000 vóór gjt langzamerhand heel India zijn gaan beheersen en hun stempel hebben gezet op de sociale orde, uitgegroeid tot het latere kastenstelsel. Onder invloed van de brahmanen, de priesterkaste, heeft een zekere doordenking en systematisering van het hindoeïsme plaatsgevonden.

1.2. Dharma – bestemming – kosmische orde – kaste

De uiteindelijke bestemming van de mens ligt niet in deze materiële wereld, maar in het goddelijke, dat je door het vervolmaken van jezelf kunt bereiken of waarmee je je in overgave kunt verenigen.

In de wereld heerst een soort kosmische orde (zie ook 2.3.4.), die alles in evenwicht houdt. Die orde kan tijdelijk verstoord worden, maar keert in de loop der tijd altijd weer terug. Tot die orde behoort ook het kastenstelsel. Door geboorte kom je in een kaste of varna (= kleur): een sociale groep met dezelfde naam, beroep, tradities en religieuze praktijken. De kaste geeft dus kleur (varna) aan je leven. De vier hoofdkasten zijn:

- brahmanen (priesters, zieners en filosofen, veelal ook de hogere beroepen);
- ksatriya's (de strijders: ridders, prinsen en koningen, landbestuurders en militairen);
- vaisya's (boeren, kooplieden, handelaren en geschoolde arbeiders);
- sjoedra's of dasa's (ongeschoolde arbeiders, slaven en bedienenden).

Een deel van de oorspronkelijke bevolking van India kwam in de vierde kaste terecht, een ander deel viel buiten het systeem. Zij worden de 'onaanraakbaren' (dalits) genoemd en verrichten vooral 'onreine' werkzaamheden als leerlooien, het opruimen van kadavers en dergelijke.

De vier kasten kennen ook nog duizenden subkasten of jati's (jati = geboorte) met hun eigen sociale regels en beroepsgroepen. Tegenwoordig zijn er allerlei moderne beroepen die buiten het systeem vallen of moeilijk te plaatsen zijn, bijvoorbeeld computerprogrammeurs.

Officieel is het kastenstelsel afgeschaft, maar in de praktijk werkt het nog heel sterk door.

Wil je de uiteindelijke verlossing bereiken (zie 1.4.), dan moet je je houden aan de regels van je kaste. Anders gaat de orde van de maatschappij verloren. Je primaire bestemming ligt dus binnen de horizon van je kaste. Zo behoort je ook binnen je eigen kaste te trouwen. Via wedergeboorte kun je een hogere bestemming bereiken. In de praktijk betekent dit, dat je meestal hetzelfde soort beroep uitoefent als je vader of moeder. Dat is nu eenmaal je 'jati'.

In de dharma gaat het niet alleen om de orde van de natuur (water stroomt naar de zee, de zon komt op en gaat onder, etcetera), maar ook om de *morele* orde van de samenleving met de leefregels (zie 1.7.) en reinheidsvoorschriften (zie 1.7.3) die behoren bij je kaste en levensstadium (zie 1.7.4.).

Naast de regels van je kaste zijn er ook meer algemene principes van de dharma voor de morele orde: geduld en tevredenheid, gelijkmoedigheid, vergevensgezindheid, matigheid, het respecteren van anderen bezit, een rein leven naar lichaam en geest, de beheersing van de zinnen, het ontwikkelen van wijsheid, het verwerven van kennis en liefde voor de waarheid.

1.3. De bronnen: de veda's en de grote verhalen

1.3.1. *Veda's*

De Ariërs hadden verzamelingen van gebeden, lofliederen en offerspreuken, die eeuwenlang mondeling zijn overgeleverd. Tussen 1500 en 800 vóór gjt zijn deze woorden opgeschreven en ze vormen de oudste literatuur van de Indische godsdienst: de veda's (veda = weten). Hierin staan vooral voorschriften voor de offers, spreuken, liederen, bezweringformules, mantra's, teksten over diverse rituelen en magische verhandelingen over hoe je moet omgaan met ziekte, boze geesten, en dergelijke. De veda's zijn geschreven in het Sanskriet en worden gezien als goddelijke openbaring, geschouwd door de risji's, de wijzen. Ze hebben in India een groot gezag, maar alleen de brahmanen, de rituele specialisten, kunnen de veda's lezen en uitleggen. Dit gezag is meer formeel dan werkelijk, omdat in de praktijk de hindoe meer binding heeft met zijn goeroe (leraar) dan met het 'heilige woord' zelf. Als in het moderne hindoeïsme een uitleg 'vedisch' wordt genoemd, dan gaat het meer om het gezag en het charisma van de veda dan dat de uitleg werkelijk overeenkomt met wat in de veda's staat. De oude vedische godsdienst is sterk geritualiseerd. Persoonlijk geloof en overgave aan een godheid of diepzinnige inzichten in het ware bestaan spelen hierin nog nauwelijks een rol, terwijl dit juist de hoofdkenmerken van het latere hindoeïsme geworden zijn.

1.3.2. *Oepanisjaden*

Aan het eind van de vedische periode ontstaan de geschriften van de Oepanisjaden (= zij die zitten aan de voeten van de leermeester). Zij zoeken naar de laatste waarheid achter het bestaan van de wereld en haar goden. Het optimisme van de veda's verdwijnt en daarvoor in de plaats komt een meer pessimistisch wereldbeeld, waarin de vergankelijkheid van het materiële bestaan beklemtoond wordt. Dan ontstaan de ideeën over de relatie tussen Brahman en atman. Brahman, de oergrond van al het bestaan, en atman, de diepste essentie van mijn eigen bestaan, zijn in wezen gelijk aan elkaar. Dit inzicht leidt tot verlossing. De identiteit van Brahman en atman wordt aangeduid met de beroemde woorden 'tat twam asi' = 'dat zijt gij'. Deze identiteit wordt monisme genoemd (zie ook 1.4.3.3).

Tevens ontstaan dan de opvattingen over karma en reïncarnatie (zie 1.4.).

1.3.3. *De grote verhalen*

Na de vedische periode ontstaan de grote religieuze verhalen. Deze spelen tot op vandaag een zeer grote rol in het religieuze bewustzijn van de hindoe. Telkens worden deze verhalen opnieuw verteld en uitgebeeld. Meer dan de veda's vormen deze verhalen de bron van inspiratie voor het leven van alledag.

1.3.3.1. *Mahabharata*

De Mahabharata (het grote verhaal) is een mix van allerlei spannende verhalen en diepzinnige gedachten. Het stamt ergens uit het begin van onze jaartelling (200 vóór gjt – 200 gjt) en gaat over de strijd tussen de Pandava's en de Kaurava's over de erfopvolging. De blinde koning Dhritarastra, die zijn oudere broer Pandu is opgevolgd, wil het koningschap niet overdragen aan zijn zoon Duryodhana, maar aan Yudisthira, de oudste zoon van zijn broer, omdat die er eerder recht op heeft. Dit geeft grote problemen. Duryodhana ziet kans het koningschap te verwerven en Yudisthira wordt met zijn vier broers verjaagd. Als de vijf broers (de Pandava's) terugkomen, krijgen ze van Dhritarastra toch nog de helft van het koninkrijk. Maar Duryodhana weet Yudisthira over te halen om te dobbelen. Yudisthira verliest alles en verdubbelt ook zijn vrouw en broers. Deze pijnlijke zaak wordt op-

gelost door een twaalf jaar durende ballingschap van de Pandava's. In die periode spelen allerlei andere verhalen. Na twaalf jaar ontbrandt de strijd tussen de Pandava's en de Kaurava's. De Pandava's winnen de oorlog en Yudisthira regeert nog vijftien jaar in rechtvaardigheid en vrede over het hele rijk. Daarna trekt hij zich als religieus ascet terug in de bossen.

1.3.3.2. *Bhagavadgita*

De Bhagavadgita (de zang van de Verhevene) is een onderdeel van de Mahabharata. Hij bevat de dialoog tussen Arjuna, een van de vijf Pandava's en aanvoerder van de strijd, met zijn wagenmenner Krisjna. Krisjna is een avatara (nederdaling) van de god Visjnoe. Arjuna is overmand door de twijfel of hij wel moet vechten tegen zijn neven en zijn leermeesters en vrienden. Immers, hoeveel familieleden en geliefden zullen er niet omkomen in de strijd. Krisjna legt Arjuna uit, dat stoppen met de oorlog oneer betekent en in strijd is met zijn dharma. Maar Arjuna moet volkomen onthecht de strijd aangaan. Een mens kan alleen een lichaam doden, niet de kern (atman) van de mens, die keert weer terug in een nieuw leven.

In dit gesprek ontvouwt Krisjna de drie klassieke verlossingswegen van het hindoeïsme: karmayoga, bhaktiyoga en jnanayoga (zie 1.4.3.). De Bhagavadgita geldt als het hart van het hindoeïsme en heeft een gezag dat te vergelijken is met de bijbel voor de christenen. Er zijn dan ook talloze commentaren geschreven op de Bhagavadgita en eigentijdse verhalen met hetzelfde thema. Meestal wordt de strijd van Arjuna uitgelegd als een spirituele strijd van het goede tegen het kwade, die in elk mens gestreden moet worden.

Omdat Krisjna centraal staat in de Gita is de verering van een persoonlijke godheid – en met name van Krisjna – de belangrijkste verlossingsweg geworden in India.

1.3.3.3. *Ramayana*

In dit epos uit het begin van de gebruikelijke jaartelling spelen Rama en Sita de hoofdrol. Rama is een avatara van Krisjna, dus niet zomaar een koningszoon. Als zijn vader Dasharatha afstand wil doen van zijn troon, weet een van de andere vrouwen op grond van bepaalde beloftes uit het verleden het gedaan te krijgen, dat haar zoon Bharata koning wordt. Rama, de oudste zoon van de eerste vrouw van Dasharatha, wordt veertien jaar verbannen. Gehoorzaam vertrekt Rama met

zijn vrouw Sita en zijn broer Lakshmana. Ze beleven allerlei spannende avonturen, waaronder één dat slecht afloopt. Ravana, de koning van de demonen, ontvoert Sita naar het eiland Lanka en poogt haar te verleiden. Maar Sita blijft haar man trouw. Na heel veel moeite weet Rama met behulp van Hanuman, de koning der apen, en zijn leger het eiland Lanka te bereiken. Hij verslaat Ravana en keert met Sita terug. Maar Rama verstoot Sita, omdat ze een andere man heeft toebehoord. Sita ontkent dit en doorstaat de vuurproef. Rama wordt na veertien jaar uiteindelijk koning in zijn vaderstad Ayodhya. In een later toegevoegd hoofdstuk gaan er weer geruchten over de ontrouw van Sita en verstoot Rama haar opnieuw. Na vele jaren ontdekt Rama, dat ze toch onschuldig is. Sita keert niet meer terug, maar verdwijnt in de aarde. Het verhaal is één grote illustratie van hoe je volgens je dharma moet leven: je moet je houden aan je beloftes, je moet je plicht doen, nooit eigen belang najagen en oprecht berouw tonen als blijkt dat je fout was of ongelijk had. Sita is het ideaal van de ware vrouw, volstrekt trouw aan Rama en in alles bereid zichzelf op te offeren. Omdat Ravana op Lanka ontsnapte, lopen er nog altijd jaloezse mannen rond.

1.3.3.4. Verhalen over Krisjna

Naast de rollen die Krisjna speelt in de Mahabharata en de Ramayana zijn er nog allerlei andere verhalen over Krisjna in omloop. Zeer populair is het verhaal van de geboorte van Krisjna als zoon van prins Vasudeva. Hij wordt grootgebracht door een koeherder, omdat zijn oom hem met de dood bedreigde. Met zijn 'broer' Balarama maakt hij allerlei avonturen mee, waarbij de speelse Krisjna steeds weer het kwade overwint. Vanwege alle ondeugende grappen zijn deze verhalen over Krisjna zeer geliefd, vooral ook het verhaal van de dans van Krisjna met de herderinnen.

1.4. Wegen naar verlossing – karma en reïncarnatie

1.4.1. Karma en reïncarnatie

Het hindoeïsme gaat ervan uit, dat er achter de zichtbare materiële wereld een transcendente of bovennatuurlijke werkelijkheid schuilgaat. De transcendente werkelijkheid kan als abstract gezien worden (het Brahman) en als persoonlijk (een godheid).

Het *Brahman* staat voor het eeuwig goddelijke, het onstoffelijke, het onveranderlijke, de onwankelbare orde van rust en harmonie. Het Brahman is geen persoon of schepper zoals de God van joden, christenen en moslims. Uit Brahman komt alles voort en in Brahman keert alles weer terug, zoals de golven in de zee. Maar hoe alles ontstaan is, is voor de hindoe niet van belang. Want we leven in eindeloze tijdperken van opgang, ondergang en wederkeer.

In ieder mens huist de goddelijke essentie die *atman* genoemd wordt. Deze essentie verhuist van bestaansvorm naar bestaansvorm. Deze *reïncarnatie* of zielsverhuizing omvat niet alleen het menselijk bestaan, maar al het bestaan. Na de dood kun je dan ook als mens en als dier (soms ook als een god of als een demon) wedergeboren worden. Tussen de dood en de wedergeboorte kun je een periode in de hemel of in de onderwereld verblijven, maar nooit eeuwig. Je komt uiteindelijk altijd weer als mens terug. Deze cirkelgang van leven en dood (*samsara*) betreft heel de wereld. Maar alleen als mens kun je uit die cirkelgang verlost worden.

Hoe je wordt wedergeboren, wordt bepaald door je *karma*. Letterlijk betekent het woord karma ‘handeling’. Maar het gaat vooral om de intentie waarmee je handelt. Oorspronkelijk ging het alleen om de rituele handelingen die gevolgen hadden. Later is dat uitgebreid tot alles wat je doet en nalaat. Na de dood wordt als het ware de balans opgemaakt. De vruchten van je handelingen (*karmaphala*) bepalen hoe je leven in je volgende bestaan zal zijn. Deze wet van karma werkt min of meer automatisch. Karma bepaalt dus in welk leven je terecht komt. Het is vervolgens je eigen verantwoordelijkheid en vrije wil wat je daarvan maakt, ten goede of ten kwade. Door telkens goed te handelen – met de juiste intentie – kun je in een steeds beter leven worden wedergeboren.

1.4.2. *Moksja*

Hoewel je binnen deze wereld leeft en je daarin je plichten hebt (zie 1.7.4.) is de materiële wereld niet de uiteindelijke wereld. Omdat de mens (en al het leven) telkens opnieuw geboren wordt, is de hindoe op zoek naar een werkelijkheid die de gewone werkelijkheid overstijgt. De spirituele werkelijkheid wordt beschouwd als de ware werkelijkheid. De materiële werkelijkheid is uiteindelijk alleen maar illusie

(maya), de illusie van de zintuigen. Immers, de eindeloze kringloop van de wedergeboorte (samsara) is niet echt opwekkend. Telkens heb je weer te maken met lijden en dood. Hoe kun je daaruit ontsnappen? Dat kan alleen als je géén karma meer vormt, noch goed karma, noch slecht karma, want zowel goed karma als slecht karma binden je aan de kringloop van het leven. Je diepste essentie (atman) kan alleen loskomen van de gevangenis van het lichaam als je eigenlijk geen karma meer produceert. Daar ligt de ware verlossing (moksja of mukti).

1.4.3. Verlossingswegen

Er zijn drie klassieke verlossingswegen. Ze worden meestal ‘marga’s’ genoemd (marga = weg), maar soms ook ‘yoga’ (verwant met het Nederlandse woord ‘juk’). In de yoga gaat het om de methode van oefening of inspanning. Deze drie verlossingswegen worden al genoemd in de Bhagavadgita (1.3.3.2.).

1. Karma-marga – de weg van het handelen

Op deze weg houd je je volledig aan je dharma. Je doet wat je (moreel en volgens je kaste) doen moet. Je dient de mensheid. Je houdt de goden in ere, etcetera. Dit alles zonder enig eigenbelang of gehechtheid. Immers, alleen de juiste intentie maakt je vrij van de gevolgen van karma. Zonder karma geen reïncarnatie meer. Je atman keert bij je dood terug in de oceaan van Brahman. Oorspronkelijk ging het vooral om het volgen van de juiste regels voor de offerrituelen. Later is het accent meer verschoven in de richting van de juiste morele houding.

2. Bhakti-marga – de weg van de liefdevolle overgave

Op deze weg richt je je helemaal op de godheid van je keuze (vooral Visjnoj, Krisjna of Sjiva). In de liefdevolle overgave aan de godheid van je keuze ervaar je de mystieke vereniging van je ziel (atman) met God. Het gaat om pure liefde zonder doel of bijvoegmerk. In de praktijk van het hindoeïsme is dit de meest gevolgde weg. In de Bhagavadgita zegt Krisjna in hoofdstuk 18:65: ‘Laat uw denken in Mij (het allerhoogste Zelf) opgaan; wees Mij toegewijd; offer aan Mij; werp u in aanbidding voor Mij neer; dan zul je tot Mij komen.’

3. Jnana-marga – de weg van het inzicht

Op deze weg wil men door studie en meditatie komen tot een dieper