

VIVEKACŪDĀMAṆI

विवेकचूडामणि

Śrī Ādi Śaṅkarācārya

**HET KROONJUWEEL
VAN
ONDERSCHEIDINGSVERMOGEN**

**विवेकचूडामणि
VIVEKACŪDĀMAṆI**

Vertaling: Ferit Arav

In dit boek zijn opgenomen van *Vivekacūdāmaṇi*:

- De volledige Sanskrit tekst in transliteratie
- De Nederlandse vertaling met toelichtende voetnoten en aanhangsels
- De Engelse vertaling van Swāmī Mādhavānanda
- De volledige Sanskrit tekst in Devanāgarī schrift
- Alfabetisch trefwoordenregister

ISBN/EAN: 978-90-816538-1-7

Eerste oplage 50 exemplaren, augustus 2010

Tweede oplage 50 exemplaren, januari 2011

Derde oplage 100 exemplaren, september 2012

ISBN/EAN 978-94-643531-2-9

Eerste druk: 2021

Herziene uitgave 2023

Uitgeverij Kadag

(kadag-pub@kpnmail.nl)

Druk: Brave New Books

Verantwoording

Deze vertaling van Śrī Śaṅkarācārya's *Vivekacūḍāmaṇi* is voor het eerst in 2010 ter hand genomen ten behoeve van de studies binnen de vestiging Deventer van de School voor Praktische Filosofie en Spiritualiteit in Nederland.

*Vivekacūḍāmaṇi*¹ is oorspronkelijk in het Sanskrit geschreven. Bij deze vertaling heb ik de Engelse vertaling door Swāmī Mādhavānanda als leidraad genomen maar tevens zes andere Engelse vertalingen geraadpleegd. Alle geraadpleegde vertalingen verschillen onderling in geringe mate, vooral waar het de weergave betreft van de Sanskrit begrippen die in het Engels (en Nederlands) geen equivalenten hebben. Bij behoefte heb ik ook de oorspronkelijke tekst, voor zover mijn kennis van Sanskrit dat toeliet, in beperkte mate geraadpleegd. De direct op het hart van de zoeker gerichte kort, kernachtig en soms dichterlijk klinkende uitspraken van Śrī Śaṅkarācārya in dit werk stralen in mijn beleving een zeldzame wijsheid en autoriteit uit. Om deze reden heb ik getracht de inhoud zo veel mogelijk op een even korte en bondige wijze weer te geven ten koste van gemakkelijke leesbaarheid. Op enkele plaatsen heb ik geringe afwijkingen en toevoegingen [tussen vierkante haakjes] ten opzichte van de oorspronkelijke tekst aangebracht, die mijns inziens aan de begrijpelijkheid van de tekst bijdragen, dit als gevolg van mijn persoonlijke interpretatie van het gezegde en de bewerking van *Vivekacūḍāmaṇi* door Śrī Ramaṇa Maharṣi. Daarnaast heb ik een groot aantal voetnoten toegevoegd, die deels aan andere bronnen ontleend zijn, ter toelichting van het behandelde. Ook sommige Sanskrit begrippen waar ik in het Nederlands geen equivalenten voor kon vinden zijn in voetnoten toegelicht. Waar het nuttig werd geacht is de transliteratie van het betreffende Sanskrit woord tussen haakjes toegevoegd. Bovendien dient opgemerkt te worden dat de diepte van de behandelde stof bij weergave in een andere taal dan Sanskrit beperkingen ondergaat. Het mag verder als evident worden beschouwd dat juist bij de studie in groepsverband en contemplatie van de tekst de diepere betekenis van de boodschap van Śrī Śaṅkarācārya meer kans heeft om aan het licht te komen.

Hoewel beknopt, bevat *Vivekacūḍāmaṇi* naar mijn oordeel een complete verhandeling van *Advaita Vedānta* en kan daarom als een standaardwerk over *Advaita Vedānta* beschouwd worden. Het begeleidt de zoeker die vastberaden is de waarheid van het menselijk bestaan te ontdekken vanuit de staat van de

¹ 'Viveka' staat voor onderscheidingsvermogen, 'cūḍā' voor top en 'maṇi' voor juweel. Zoals het juweel op de top van een diadeem het meest uitblinkend ornament is zo luidt de titel van deze verhandeling als een meesterstuk onder de werken die het onderscheid tussen het ware en onware uitleggen.

diepe duisternis tot de algehele verlichting op systematische en zelfs wetenschappelijke² wijze. In dat opzicht onderscheidt het zich ten opzichte van sommige andere werken waarin *Advaita Vedānta* fragmentarisch wordt behandeld of slechts die kennis wordt aangereikt waar specifiek naar gevraagd wordt.

Om praktische redenen en om verwijzing naar onderwerpen te vergemakkelijken is de totale tekst in vier delen gesplitst. Volledigheidshalve zijn de Engelse vertaling door Swāmī Mādhavānanda, en de oorspronkelijke Sanskrit tekst in Devanāgarī schrift als aanhangsels aan dit boekje toegevoegd.

Marjolein van den Houten dank ik voor haar bijdrage in de taalkundige controle en verbeteringen van de tekst.

Suggesties die tot verbetering van dit boekje kunnen leiden stel ik zeer op prijs.

Ferit Arav
Hengelo, juli 2010

De tweede oplage is uitgebreid met een beter leesbare Sanskrit tekst met transliteratie en een trefwoordenregister. Tevens zijn enige redactionele en tekstuele verbeteringen aangebracht. Op een gering aantal correcties en toevoegingen na zijn de latere uitgaven gelijk aan de tweede oplage.

Ferit Arav
Hengelo, juni 2012

Deze herziene uitgave is, op enkele kleine verbeteringen na, inhoudelijk geheel gelijk aan de eerdere uitgaven. Het voornaamste verschil is de plaatsing van de transliteratie van de Sanskrit verzen boven de Nederlandse vertaling. Dit om eventuele raadpleging van de Sanskrit tekst te vergemakkelijken. Dit komt overeen met de structuur van de andere drie boeken in deze serie³.

Ferit Arav
Hengelo, januari 2023

² Het geldt voor iedereen, overal en altijd.

³ 'Bhagavad Gītā Bhāṣya', 'Śaṅkara's Vedānta' en 'Zeven Upaniṣads', allen van dezelfde uitgever (Kadag).

ब्रह्म सत्यं जगन्मिथ्या जीवो ब्रह्मैव नापरः ।

brahma satyaṃ jaganmithyā jīvo brahmaiva nāparaḥ

**“Brahman is werkelijk, de wereld is illusie;
Het individu is niet verschillend van Brahman.”⁴**

Śrī Śaṅkarācārya

⁴ *Brahmajñānāvalīmālā, vers 20*

Inhoudsopgave *Vivekacūḍāmaṇi*

<u>Versnummer</u>	<u>Onderwerp</u>	<u>Pagina</u>
<u>Deel 1: De eerste stappen</u>		11
1	Invocatie	
2	De weg en de middelen tot bevrijding	
16	De kwalificaties van de zoeker. De vier kwaliteiten en de zes schatten van deugd	
33	De kwalificaties van de leermeester. De ontmoeting met de leermeester	
43	De directe middelen tot bevrijding (vertrouwen, toewijding, meditatie)	
49	Gebondenheid en bevrijding, onwetendheid	
68	Stappen naar bevrijding (onthechting, kalmte, zelfbeheersing, verdraagzaamheid)	
72	Het grofstoffelijke lichaam, de subtiele elementen, de zintuigen en de zinnen. De organen van het lichaam	
75	Gevolgen van zingenot	
93	Het subtiele lichaam. De staten van dromen, waken en slapen	
108	Onwetendheid, <i>māyā</i> , het ongedifferentieerde, de <i>guna's</i> , het causale lichaam	
124	Het opperste Zelf	
137	Het niet-Zelf, onwetendheid, gebondenheid, egoïsme, identificatie	
<u>Deel 2: De werkelijkheid ontsluit</u>		44
149	De vijf sluiers	
154	de voedselsluier (<i>annamāyākośa</i>)	
165	de levenssluier (<i>prānamāyākośa</i>)	
167	de denksluier (<i>manomāyākośa</i>)	
184	de kennissluier (<i>vijñānamāyākośa</i>)	
207	de gelukzaligheidsluier (<i>ānandamāyākośa</i>)	
211	De eeuwige getuige	
227	Het universum is Brahman	
241	Dat-zijt-gij / Niets is verschillend van zijn bestaansgrond	
254	Reflecties op Brahman	
269	Het overstijgen van de bedekkingen	
290	Loslaten van identificaties	

<u>Versnummer</u>	<u>Onderwerp</u>	<u>Pagina</u>
<u>Deel 3: De weg naar binnen</u>		76
298	Herkenning van en overwinning op het ego	
311	Begeerte, neigingen en activiteit	
319	Gevolgen van onachtzaamheid	
330	Over discipline en bevrijding	
342	Illusie en onderscheid	
355	<i>Samādhi</i>	
367	Stappen van <i>Yoga</i>	
379	Meditatie op het Zelf	
394	<i>Jīva</i> is niet verschillend van Brahman	
408	Realisatie van Brahman in het Hart	
427	Kenmerken van de verlichte (<i>jīvanmukta</i>)	
<u>Deel 4: Bevrijding</u>		109
442	De kenner van Brahman	
451	<i>Karma</i> en bestemming	
464	Alleen Brahman bestaat / In Brahman is geen verscheidenheid	
472	Zelfrealisatie	
479	De leerling ontwaakt	
492	Ik ben dit noch dat, maar Brahman alleen	
517	Eren van de leermeester	
535	Kenmerken van de bevrijde	
554	Alles lost op in Brahman	
576	Afscheid van de leermeester	
Aanhangsels:		
Aanhangsel 1: Onderscheid tussen de kenner en het gekende		139
Aanhangsel 2: Over <i>samādhi</i>		140
Aanhangsel 3: Engelse vertaling van <i>Vivekacūḍāmaṇi</i> door Swāmī Mādhavānanda		145
Aanhangsel 4: विवेकचूडामणि		205
Literatuur		259
Trefwoordenregister <i>Vivekacūḍāmaṇi</i>		260

Eer aan Śrī Ramaṇa Maharṣi. Eer aan Śrī Vāsiṣṭha. Eer aan de Grote Leraar Jezus. Eer aan Śrī Ādi Śaṅkarācārya. Verscholen in mijn Hart als gedaanten van Mijzelf wijzen ze de weg die mijn voeten moeten gaan. Mogen allen die op zoek naar waarheid zijn in hen een veilige gids en toevluchtsoord vinden.

VIVEKACŪDĀMAṆI

Deel 1: De eerste stappen

*sarvavedāntasiddhāntagocarāṇi tamagocaram |
govindāṇi paramānandāṇi sadgūruṇi praṇato'smyaham || 1||*

1. Ik buig voor Govinda⁵, de volmaakte, wiens natuur opperst geluk (*param-ānandam*) is. Hij kan slechts gekend worden door verdieping in de kennis van *Vedānta* en op geen andere wijze⁶.

*jantūnāṇi naraṇama durlabhamataḥ puṁstvaṇi tato vipratā
tasmādvaidikadharmamārgaparatā vidvattvamasmātparam |
ātmānātmavivecanāṇi svanubhavo brahmātmanā saṁsthitih
muktirno śatajanmakotiśukṛtaiḥ puṇyairvinā labhyate || 2||*

2. Voor alle wezens is een menselijke geboorte moeilijk te bereiken, nog moeilijker is - in volgorde - het verwerven van een mannelijk⁷ lichaam, Brahmaanschap⁸, het volgen van het pad van *Vedānta*, de geleerdheid in de Heilige geschriften, het onderscheid kunnen maken tussen het Zelf⁹ en niet-Zelf (*ātmānātmavivecanam*), realisatie van de eenheid met Brahman (*svanubhavo brahmānatmanā*) en onafgebroken verblijven in de staat van eenzelligheid¹⁰ met Brahman. Bevrijding kan alleen door verdiensten gedurende een miljard geboorten¹¹ verworven worden.

⁵ Het Zelf of *ātman*, in de gedaante die door de betrokkene ervaren wordt.

⁶ Niet door de zintuigen of het denkvermogen (*agocara*).

⁷ Dient te worden gezien in het licht van het cultuurpatroon waar mannen behalve fysiek overwicht ook sociale voordelen boven de vrouwen genoten. Het kan ook 'mannelijk temperament met betrekking tot het zoeken naar waarheid' betekenen. In Vedantische geschriften is het niet uitzonderlijk dat juist een vrouw de volmaaktheid bereikt en haar man, vaak een koning of prins, onderwijst (zoals Koningin *Cūḍālā* in '*Yoga Vasiṣṭha*' en Prinses *Hemalekha* in '*Tripura Rahasya*').

⁸ Geboren worden onder gunstige omstandigheden voor het volgen van het spirituele pad.

⁹ Het werkelijke, of *ātman*. In deze vertaling is er voorkeur aan gegeven vaker 'het Zelf' in plaats van *ātman* te gebruiken omdat in ons taalgebruik het woord 'Zelf' direct verband legt met 'dat wat het dichtst bij ons is' en in het Hart wordt ervaren. Het niet-Zelf is het onwerkelijke, *anātman*.

¹⁰ Het stamwoord 'eenzelig' is in deze vertaling gebruikt in de betekenis van 'gelijk', 'één' of 'één en dezelfde', zoals bijvoorbeeld in 'veereenzeligen' (tot één

*durlabham trayamevaitaddevānugrahahetukam |
manuṣyatvaṁ mumukṣutvaṁ mahāpuruṣasamśrayaḥ || 3||*

3. [Echter, zelfs bij het ontbreken van het bovengenoemde] kan door Gods (*mahāpuruṣa*) genade bevrijding worden bereikt door het voldoen aan de volgende drie eerste vereisten: een geboorte als mens, het verlangen naar bevrijding (*mumukṣutvam*) en de beschermende zorg van een volmaakte leermeester.

*labdhvā kathañcinnarajanma durlabharin
tatrāpi puṁstvaṁ śrutipāradarśanam |
yastvātmanuktau na yateta mūḍhadhīḥ
sa hyātmahā svaṁ vīnihantyasadgrahāt || 4||*

4. Hij die op een of andere wijze er in slaagde de menselijke geboorte te verwerven en perfecte kennis van de *Veda*'s heeft (*śrutipāradarśanam*), maar zich niet inspent om bevrijd te worden (*yastvātmanuktyai*) pleegt waarlijk zelfmoord omdat hij zich aan het onware hecht.

*itaḥ konvasti mūḍhātmā yastu svārthe pramādyati |
durlabham mānuṣaṁ deham prāpya tatrāpi pauraṣam || 5||*

5. Wie kan dwazer zijn dan de mens die ondanks het verwerven van de zeldzame menselijke, en bovendien mannelijke, belichaming, de verwezenlijking van het belangrijkste van zijn leven ¹² verzuimt?

*vadantu sāstrāṇi yajantu devān kurvantu karmāṇi bhajantu devatāḥ |
ātmaikyabodhena vinā vimuktiḥ na sidhyati brahmaśātāntare'pi || 6||*

6. Noch het aanhalen van de geschriften (*śruti*), noch het uitvoeren van riten en vereren van goden leidt tot bevrijding, zelfs niet na een levensduur van honderd *Brahmā*'s¹³ bij elkaar, tenzij men zich als *ātman* herkent.

*amṛtavoasya nāśāsti vittenetyeva hi śrutiḥ |
bravīti karmaṇo mukterahetutvaṁ sphuṭam yataḥ || 7||*

maken). Zo ook het woord 'eenzelvigheid' in de betekenis van 'gelijkheid', 'eenheden' of 'één en dezelfde zijn'.

¹¹ De Sanskrit tekst noemt honderd 'croren'. Een Indiase *crore* is gelijk aan 10 miljoen.

¹² Nl. bevrijding.

¹³ Staat voor onbepaalde tijdsduur. Eén dag (dag en nacht = 2 *kalpa*'s) van *Brahmā* (de Schepper) is gelijk aan 8,64 miljard jaar. Er zijn ontelbare *Brahmā*'s.

7. De *Veda's* verklaren dat er geen hoop is voor onsterfelijkheid (*amṛta*) door het vergaren van wereldse rijkdommen¹⁴. Hieruit volgt dat handeling [met het oogmerk van materiële verdienste] niet tot bevrijding kan leiden.

*ato vimuktyai prayateta vidvān sannyastabāhyārthasukhaspṛhaḥ san |
santaṁ mahāntaṁ samupetya deśikaṁ tenopadiṣṭārthasamāhitātām || 8||*

8. Daarom moet de verstandige mens na het opgeven van het verlangen naar het genot van uiterlijke objecten zich krachtig inspannen voor zijn bevrijding. Op gepaste wijze moet hij een perfecte en edelmoedige leermeester benaderen en zich op de door hem voorgehouden waarheid richten.

*uddharedātmanātmanāṁ magnāṁ saṁsāravārīdhau |
yogārūḍhatvamāsādyā samyagdarśananiṣṭhayā || 9||*

9. Na het bereiken van de staat van *yogārūḍha*¹⁵ moet men zich door ononderbroken toewijding en juiste waarneming (*samyagdarśana*) van de onderdompeling in de zee van geboorte en dood (*saṁsāra*) bevrijden.

*sannyasya sarvakarmāṇi bhavabandhavimuktaye |
yatyatāṁ paṇḍitairdhirairātmaḥvyāsa upasthitaiḥ || 10||*

10. Laat de wijze en geleerde mens (*paṇḍita samnyasya*) die op weg is naar de realisatie van het Zelf (*ātman*) alle handelingen (*sarvakarmāṇi*)¹⁶ opgeven en pogen de banden met geboorte en dood te verbreken (*bhavabandhavimuktaye*).

*cittasya śuddhaye karma na tu vastūpalabdhye |
vastusiddhirvicāreṇa na kiñcitkarmakoṭibhiḥ || 11||*

11. Handelingen [in overeenstemming met de instructies van de geschriften of die van de leermeester] leiden tot zuivering van de geest (*cittasya*) maar niet tot het zien van de werkelijkheid (*vastu*). De werkelijkheid wordt verworven door onderzoek (*vicāreṇa*)¹⁷ en niet door daden, zelfs geen tien miljoen.

¹⁴ *Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad: 2, 4, 2*: “Toen sprak *Maitreyī*: Heer, zo deze ganse met rijkdommen vervulde wereld de mijne was, zou ik daardoor onsterfelijk zijn?” “Nee,” zei *Yājñavalkya*, “juist zoals het leven van een rijke, zo zou je leven zijn. Op onsterfelijkheid echter is geen hoop door rijkdom.”

¹⁵ *Yogārūḍha* is de staat van onthechting van zinsobjecten en handelingen, en vrij zijn van hartstochten.

¹⁶ Zowel de slechte als de goede handelingen uit egoïsme.

¹⁷ De Sanskrit tekst gebruikt hier het woord ‘*vicāra*’ dat - door het ontbreken van een Nederlandse equivalent - met ‘onderzoek’ is vertaald. *Vicāra* is echter een sleu-

*samyagvicārataḥ siddhā rajjutattoāvadhāraṇā |
bhrāntyoditamahāsarpaḥayaduḥkhavināsinī || 12||*

12. Alleen juist onderzoek (*samyagvicārataḥ*) toont de mens de ware aard van een touw en beëindigt de grote vrees en het lijden (*duḥkha*) die veroorzaakt worden door het waandenkbeeld dat het een slang is.

*arthasya niścayo dṛṣṭo vicāreṇa hitoktitaḥ |
na snānena na dānena prāṇāyamaśatena vā || 13||*

13. Kennis van de werkelijkheid wordt verkregen door onderzoek (*vicāreṇa*) onder begeleiding van de leermeester en niet door gewijde baden of aalmoezen, of de toepassing van honderden ademhalingsoefeningen (*prāṇāyāma*).

*adhikāriṇamāśāste phalasiddhirviśeṣataḥ |
upāyā deśakālādyaḥ santyasmīnsahakāriṇaḥ || 14||*

14. Succes [van zulk onderzoek] hangt hoofdzakelijk af van de kwalificatie van de zoeker; tijd, plaats en andere dergelijke omstandigheden komen daarbij op de tweede plaats.

*ato vicāraḥ kartavyo jijñāsorātmavastunaḥ ||
samāsādyā dayāsindhurṅ gururṅ brahmaviduttamam || 15||*

15. Daarom moet de zoeker naar de werkelijkheid van *ātman* zich toeleggen op de beoefening van onderzoek (*vicāraḥ*) na het benaderen van een leermeester (*gururṅ*), die een volmaakte kenner van Brahman is en wiens mededogen zo wijds is als de oceaan zelf.

*medhāvī puruṣo vidvānūhāpohavicakṣaṇaḥ |
adhikāryātmavidyāyāmuktalakṣaṇalakṣitaḥ || 16||*

16. De mens die in staat is de waarheid in de geschriften te onderscheiden en bekwaamheid toont de tegenwerpingen te weerleggen is geschikt voor het ontvangen van de kennis van *ātman* (*ātmavidyā*).

*vivekino viraktasya śamādiguṇaśāliṇaḥ |
mumukṣoreva hi brahmajijñāsāyogyatā matā || 17 ||*

telbegrip in *Vedānta*. De betekenis gaat veel dieper; het is een motiefloze directe observatie, een innerlijke aanschouwing, bij een geheel stille staat. Het mag niet worden verward met intellectuele analyse of redenering. In het Engels wordt het soms met 'enquiry' of 'self-enquiry' vertaald en in het Nederlands met 'zelfonderzoek'. Zie ook de voetnoot bij vers 445 over *nididhyāsana*.

17. Alleen hij die onderscheid maakt (*vivekino*), die zich afgewend heeft van het onwerkelijke (*viraktasya*), die kalmte (*śama*) en soortgelijke deugden bezit en naar bevrijding verlangt (*mumukṣuoreva*), is geschikt om op zoek te gaan naar Brahman (*brahmājijñāsa*).

*sāadhanānyatra catvāri kathitāni manīṣibhiḥ |
yeṣu satsveva sanniṣṭhā yadabhāve na sidhyati || 18||*

18. In dit verband hebben de wijzen gezegd dat voor het ervaren van de waarheid aan vier vereisten moet worden voldaan. Bij het ontbreken ervan zal de realisatie falen.

*ādau nityānityavastuvivekaḥ pariganyate |
ihāmutraphalabhogavirāgastadanantaram |
sāmādiṣaṭkasampattirmumukṣutvamiti sphuṭam || 19||*

19. (1) Eerst wordt het onderscheid genoemd tussen het eeuwigdurende en het voorbijgaande (*nityānityavastuvivekaḥ*). (2) Vervolgens komt het niet ontvankelijk zijn voor het genot van de vruchten van handelingen, nu en hierna [hemel]. (3) Dan komt de groep van zes deugden, te beginnen met kalmte. (4) Tenslotte is er natuurlijk het verlangen naar bevrijding.

*brahma satyaṁ jaganmithyetyevamrūpo viniścayaḥ |
so'yaṁ nityānityavastuvivekaḥ samudāhṛtaḥ || 20||*

20. (1) Een vaste overtuiging dat Brahman alleen werkelijk is (*brahmasatyam*) en het universum (*jagat*) onwerkelijk wordt aangeduid als ‘onderscheid tussen het eeuwigdurende en het voorbijgaande’ (*nityānityavastuvivekaḥ*).

*tadvairāgyaṁ jihāsā yā darśanaśravaṇādibhiḥ |
dehādibrahmaparyantehyanitye bhogavastuni || 21||*

21. (2) *Vairāgya*, of ‘onthechting’, is het opgeven van alle voorbijgaande genietingen, inherent aan elke soort levensvorm van de meest simpele tot de goddelijke (*brahmā*), door het zien van het voorbijgaande (*anitya*) als gevolg van eigen observatie of instructie van de leermeester [daar ze de oorzaak van smart zijn].

*virājya viṣayavrātāddoṣadrṣṭyā muhurmuḥuḥ |
svalakṣye niyatāvasthā manasaḥ śama ucyate || 22||*

22. (3a) Het denken losmaken van objecten door voortdurend hun onvolmaaktheid te zien en het standvastig op zijn doel (Brahman) laten rusten, wordt ‘kalmte’ (*śama*) genoemd.

*viṣayebhyaḥ parāvartya sthāpanam svasvagolake |
ubhayeṣāmindriyāṇām sa damah parikīrtitaḥ |
bāhyānāmbanām vṛttereso paratiruttamā || 23||*

23. (3b) ‘Zelfbeheersing’ (*dama*) is het afwenden van de zintuiglijke organen (fysiek en mentaal) van zinsobjecten door het standvastig op zijn doel houden van de aandacht zodat die niet wordt afgeleid door vroegere neigingen om zich met allerlei objecten bezig te houden. (3c) De teruggetrokkenheid van de zintuigen (*uparati*) is optimaal wanneer er geen reacties op uitwendige prikkels zijn.

*sahanam sarvaduḥkhānāmapratikārapūrvakam |
cintāvilāparahitam sā titikṣā nigadyate || 24||*

24. (3d) Het verduren van leed zonder tegenstribbelen of geweeklaag wordt ‘verdraagzaamheid’ (*titikṣā*) genoemd.

*śāstrasyaguruvākyasya satyabuddhyāvadhāraṇā
sā śraddhā kathitā sadbhīryayā vastūpalabhyate || 25||*

25. (3e) ‘Geloof’ (*śraddhā*), dat tot de realisatie van de werkelijkheid leidt, is een op inzicht gebaseerde aanvaarding dat de leer van de geschriften en die van de eigen leermeester (*śāstrasya-guruvākyasya*) waar (*vastu*) zijn.

*sarvādā sthāpanam buddheḥ śuddhe brahmaṇi sarvathā |
tatsamādhānamityuktaṁ na tu cittasya lālanam || 26||*

26. (3f) Het zich niet inlaten met wisselende gedachten (*na tu cittasya lālanam*) maar het intellect (*buddhi*) zonder aflaten op de loutere Brahman houden wordt ‘in het-Zelf-gevestigd-zijn’ (*samādhāna*) genoemd.

*ahaṅkāradidehāntān bandhānajñānakalpitān |
svasvarūpābodhena moktumicchā mumukṣutā || 27||*

27. (4) Het ‘intens verlangen naar bevrijding’ (*mumukṣutā*), is de innerlijke drang (*icchā*) om zich te verlossen van alle door onwetendheid¹⁸ ontstane gebondenheid (*bandhān*) in relatie zowel tot het ego (het ‘ik’-besef) als tot het lichaam, door verwerkelijking van de eigen ware aard.

*mandamadhyamarūpāpi vairāgyeṇa śamādinā |
prasādēna guroḥ seyaṁ pravṛddhā sūyate phalam || 28||*

28. Zelfs wanneer dit verlangen naar bevrijding weinig of middelmatig is kan het dankzij de genade van de leermeester (*guroh*), door de beoefening

¹⁸ *Ajñāna*, onwetendheid van onze ware natuur als opperste gelukzaligheid.

van onthechting (*vairāgya*) en van deugden zoals kalmte (*śama*) enzovoort vrucht afwerpen.

*vairāgyaṁ ca mumukṣutvaṁ tīvaraṁ yasya tu vidyate |
tasmīnnevārthavantaḥ syuḥ phalavantaḥ śamādayaḥ || 29||*

29. [Alleen] In het geval dat onthechting en het verlangen naar bevrijding intens zijn zal kalmte en het beoefenen van andere deugden van betekenis zijn en vrucht dragen.

*etayormandatā yatra viraktatvamumukṣayoḥ |
marau salilavattatra śamāderbhānamātratā || 30||*

30. [Maar] Wanneer onthechting en het verlangen naar bevrijding zwak zijn, zijn kalmte (*śama*) en de andere kwaliteiten niet meer dan schijn, zoals een luchtspiegeling in de woestijn.

*mokṣakāraṇasāmagryāṁ bhaktireva garīyasī |
svasvarūpānusandhānaṁ bhaktirityābhīdhīyate || 31||*

31. Onder alle middelen die tot bevrijding leiden is toewijding (*bhakti*) het beste. Het zoeken naar je eigen werkelijke aard (*svarupa*) wordt toewijding genoemd.

*svātmatattoānusandhānaṁ bhaktirityapare jaguḥ |
uktasādhanasampannastattvajijñāsūrātmanaḥ |
upasīdedguruṁ prājñāṁ yasmādbandhavimokṣaṇam || 32||*

32. Anderen zeggen dat het zoeken naar de waarheid van je eigen Zelf toewijding (*bhakti*) is. De zoeker naar de waarheid van het Zelf die de bovengenoemde kwaliteiten bezit, dient een verlicht leermeester op gepaste wijze te benaderen, die hem van gebondenheid bevrijdt.

*śrotriyo'vrjino'kāmahato yo brahmapittamaḥ |
brahmaṇyuparataḥ śānto nirindhana ivānalaḥ |
ahetukadayāsindhurbandhurānamatām satām || 33||*

33. Een leermeester is thuis in *Veda*'s, onberispelijk en vrij van hartstochten. Hij is een volmaakte kenner van Brahman en verblijft in Brahman. Hij is zo kalm als een vlam wanneer haar brandstof verteerd is. Hij is een oceaan van zegening zonder motieven, en een vriend voor alle goede mensen die zich nederig aan hem toevertrouwen (voor Hem neerwerpen).

*tamārādhyā guruṁ bhaktyā prahvapraśrayasevanaiḥ |
prasannaṁ tamanuprāpya pṛcchejjñātaavyamātmanaḥ || 34||*

34. Na het benaderen van een dergelijke *guru*¹⁹ met eerbiedige toewijding moet de zoeker, wanneer hij Hem behaagd heeft door zijn ootmoedige aanbidding, nederigheid en dienstbaarheid, hem vragen wat hij weten moet.

*svāminnamaste natalokabandho kārūnyasindho patitaṁ bhavābdhau |
māmuddharātmīyakatākṣadrṣṭyā ṛjvyātikārūnyasudhābhivṛṣṭyā || 35||*

35. O Meester, vriend van allen die zich op U verlaten, oceaan van genade, ik buig mij voor u neer. Ik ben gevallen in de zee van geboorte en dood (*samsāra*)²⁰. Red mij met een directe blik van uw ogen waaruit genade stroomt als nectar.

*durvārasaṁsāradavāgnitaptaṁ
dodhūyamānaṁ duradrṣṭavātaiḥ |
bhītaṁ prapannaṁ paripāhi mṛtyoḥ
saraṇyamanyadyadahaṁ na jāne || 36 ||*

36. Red mij van de dood. Ik word geteisterd door het onblusbare vuur van het wereldwoud (*samsāra*) en heftig geschud door de winden van een onaangenaam lot. Ik ben overmand door angsten en zoek bij U mijn toevlucht daar ik geen andere schuilplaats weet.

*śāntā mahānto nivasanti santo vasantavallokaḥ hitaṁ carantaḥ |
tīrṇāḥ svayaṁ bhīmabhavārṇavaṁ janānahetunānyānapi tārayantaḥ ||
37||*

37. Er zijn wijsgeren die vredig en grootmoedig zijn. Ze zijn een weldaad voor de mensheid, zoals de lente. Zelf zijn ze de vreselijke oceaan van geboorte en dood overgestoken en zonder enig motief helpen ze anderen ook hetzelfde te doen.

*ayaṁ svabhāvaḥ svataḥ eva yatparaśramāpanodapravaṇaṁ mahātmanāṁ |
sudhāṁśureṣa svayamarkakarkaśaprabhābhitaptāmatikṣitīm kila || 38||*

38. Het behoort tot de aard van de grootmoedigen om uit eigen beweging de moeilijkheden van anderen uit de weg te ruimen, net zoals de maan uit eigen beweging de aarde koelte geeft wanneer die geblakerd is door de felle stralen van de zon.

*brahmānandarasaṁubhūtikalītaiḥ pūtaiḥ suśītairyutaiḥ
yuṣmadvākkalaśojjhitaiḥ śrutisukhairvākyāmṛtaiḥ secaya |
santaptaṁ bhavatāpadāvadahanaḥ jvālābhirenaṁ prabho
dhanyāste bhavadīkṣaṇakṣaṇagataḥ pātrikṛtāḥ svīkṛtāḥ || 39||*

¹⁹ Personificatie van het Zelf, hier de Leermeester.

²⁰ *Samsāra* is de reeks van leven-dood-geboorte van onbepaalde duur.

39. O Heer, besprenkel mij, verteerd als ik ben door de kwellingen van de wereld zoals door de vlammen van een bosbrand, met uw spraak als nectar, gezoet met de gelukzaligheid van de genade van Brahman, puur en verkoeling gevend, stromend uit uw lippen zoals uit een kruik en verrukkelijk klinkend in de oren. Gezegend zijn zij die een genadige blik van u opvangen en in uw bescherming opgenomen worden.

katharīṃ tareyaṃ bhavasindhumetaṃ kā vā gatirme katamo'styupāyaḥ | jāne na kiñcitkṛpayā'va māṃ prabho saṃsāraduḥkhakṣatimātanuṣva || 40||

40. Hoe moet ik de oceaan van dit veranderlijke bestaan oversteken? Wat zal mijn doel zijn? Welke weg moet ik nemen? Ik zit in het ongewisse. Wees genadig, O Heer, en beschrijf mij uitvoerig hoe ik een einde kan maken aan de kwellingen van dit veranderlijke bestaan.

tathā vadantaṃ śaraṇāgataṃ svaṃ saṃsāradāvānalatāpataptam | nirikṣya kāruṇyasarādradṛṣṭyā dadyādabhītiṃ sahasā mahātmā || 41||

41. Verteerd door de kwellingen van de wereld, als een brandend woud, spreekt de leerling (*śiṣya*) aldus deze woorden. De leermeester kijkt hem welwillend aan en maakt hem onmiddellijk vrij van zijn angst, nu de leerling zijn toevlucht tot hem heeft genomen.

vidvān sa tasmā upasattimīyuse mumukṣave sādhu yathoktakāriṇe | prasāntacittāya śamānvoitāya tattvopadeśaṃ kṛpayaiḥ kuryāt || 42||

42. Met welwillendheid neemt de leermeester op zich het onderricht in de waarheid aan hem die zijn bescherming zocht, die de regels van de geschriften gehoorzaamt, die dorstig naar bevrijding is, die naar behoren zijn plichten vervult, en wiens geest (*citta*) vredig en kalm is.

śrī gururuvāca | mā bhaiṣṭa vidvaṃstava nāstyapāyaḥ saṃsārasindhostaraṇe'styupāyaḥ | yenaiva yātā yatayo'sya pāraṃ tameva mārgaṃ tava nirdiśāmi || 43||

43. Vrees niet, o verstandige! Voor jou is er geen dood. Er is een weg om de oceaan van *saṃsāra* over te steken. Ik zal je die weg tonen, waardoor wijzen de overzijde bereikt hebben.

astyupāyo mahānkaścitsaṃsārabhayanāśanaḥ | tena tirtvā bhavāmbhodhiṃ paramānandamāpsyasi || 44||

44. Er bestaat een onovertroffen middel om een eind te maken aan de vrees van het veranderlijke bestaan waarmee je de oceaan van *saṃsāra* kunt oversteken en de opperste gelukzaligheid bereiken.

*vedāntārthavicāreṇa jāyate jñānamuttamam |
tenātyantikasāmsārāduḥkhanāśo bhavatyānu || 45||*

45. Verdieping in de betekenis van de *Vedānta* (*vedāntārthavicāreṇa*) leidt tot de hoogste kennis, waarop de vernietiging van de kwellingen van *sāmsāra* onmiddellijk volgt.

*śraddhābhaktidhyānayogānmumukṣoḥ mukterhetūnvakti sākṣācchrutergīḥ |
yo vā eteṣveva tiṣṭhatyamuṣya mokṣo'vidyākālpitāddehabandhāt || 46||*

46. Geloof (*śraddhā*)²¹, toewijding (*bhakti*) en beoefening van *Yoga* door middel van meditatie (*dhyāna*) zijn volgens de geschriften (*śruti*) de directe middelen voor de zoeker om tot bevrijding te komen. Hij die zich daaraan houdt bevrijdt zich van de gebondenheid aan het lichaam die teweeg gebracht is door onwetendheid (*avidyā*).

*ajñānayogātparamātmanastava hyanātmabandhastata eva sāmsrītiḥ |
tayorvivekōditābodhavahniḥ ajñānakāryam pradahetsamūlam || 47||*

47. Het is door je verbondenheid met onwetendheid (*ajñānayoga*) dat jij, die het opperste Zelf (*ātman*) bent, de gebondenheid door het niet-Zelf (*anātman*) ervaart, de enige bron waaruit de kringloop van geboorte en dood voortkomt. Het vuur van kennis (*bodha*), ontstoken door het onderscheid (*viveka*) tussen het Zelf en het niet-Zelf, verbrandt alle gevolgen van onwetendheid (*ajñānakāryam*) met wortel en tak.

*śiṣya uvāca |
krpayā śrūyatām svāminpraśno'yam kriyate mayā |
yaduttaramaḥam śrūtōvā kṛtārthaḥ syām bhavanmukhāt || 48||*

48. De leerling sprak (*śiṣya uvāca*): O Meester, het zal mij een genoegen zijn van uw lippen het antwoord te vernemen op de vraag die ik, mij voor u neerbuigend, aan u stel.

*ko nāma bandhaḥ kathameṣa āgataḥ
kathaṁ pratiṣṭhāsya kathaṁ vimokṣaḥ |
ko'sāvanātmā paramaḥ ka ātmā
tayorvivekaḥ kathametaducyatām || 49||*

49. Wat is eigenlijk gebondenheid (*bandha*)? Hoe is het ontstaan? Hoe blijft het voortbestaan? Hoe kan men zich daarvan bevrijden? Wat is het niet-Zelf (*anātman*) en wat is het opperste Zelf (*paramātma*)? Hoe kan men onderscheid maken tussen beide? Antwoord mij alstublieft.

²¹ *Śraddhā en bhakti zijn in verzen 25, 31 en 32 besproken.*

*śrī gururuvāca |
dhanyo'si kṛtakṛtyo'si pāvitaṁ te kulaṁ tvayā |
yadavidyābandhamuktyā brahmībhavitumicchasi || 50||*

50. De Meester antwoordde (*śrīguru uvāca*): Waarlijk gezegend ben je! Je hebt de ware bedoeling van het leven volbracht en je geslacht geheiligd doordat je verlangt Brahman te verwerven, vrij van gebondenheid veroorzaakt door onwetendheid.

*ṛnamocanakartāraḥ pituḥ santi sutādayaḥ |
bandhamocanakartā tu svasmādanyo na kaścana || 51||*

51. Een vader kan door zijn zoons en vrienden van zijn schulden bevrijd worden, maar hij heeft niemand anders dan zichzelf om zich van gebondenheid te bevrijden.

*mastakanyastabhārāderduḥkhamanyairnivāryate |
kṣudhādīkṛtaduḥkhaṁ tu vinā svena na kenacit || 52||*

52. Kwellend zoals veroorzaakt door het dragen van een last op het hoofd kan door anderen verwijderd worden, maar niemand anders dan de persoon zelf kan zich bevrijden van de pijn die veroorzaakt wordt door honger en dergelijke.

*pathyamauśadhasevā ca kriyate yena rogiṇā |
ārogyasiddhirdṛṣṭā'sya nānyānuṣṭhitakarmanā || 53||*

53. De zieke kan alleen gezond worden door zelf het juiste dieet te volgen en het juiste medicijn in te nemen, maar niet door het werk van anderen.

*vastusvarūpaṁ sphuṭabodhacakṣuṣā svenaiva vedyam na tu paṇḍitena |
candrasvarūpaṁ nijacakṣuṣaiva jñātaavyamanyairavagamyate kim || 54||*

54. De ware aard van dingen kan men alleen door zijn eigen ogen zien en kennen, en niet door bemiddeling van een geleerde. Met eigen ogen weet men hoe de maan er uitziet; kan men dit van anderen leren?

*avidyākāmakarmādipāśabandhaṁ vimocitum |
kaḥ śaknuyādvinātmānaṁ kalpakotīsatairapi || 55||*

55. Wie anders dan de persoon zelf kan zich bevrijden van de gebondenheid veroorzaakt door de ketens van onwetendheid, verlangens, handelingen en dergelijke, al telt hij een miljard tijdperken (*kalpakotīsatirapi*)²².

²² Hier wordt waarschijnlijk scheppingen of *Brahmā*'s bedoeld, zie ook de voetnoot bij vers 6.

*na yogena na sāṅkhyena karmaṇā no na vidyāyā |
brahmātmaikatvobodhenamokṣaḥ sidhyati nānyathā || 56||*

56. Noch door *Yoga*²³ of *Sāṅkhya*²⁴, noch door ritueel of geleerdheid (*na yogena na sāṅkhyena karmaṇā no na vidyāyā*) is bevrijding (*mokṣa*) mogelijk, maar alleen door de directe herkenning van de eenzelvigheid van het Zelf en Brahman (*brahmātmaikatvobodha*), en door geen ander middel.

*vīṅāyā rūpasaundaryam tantrīvādanasausṭhavam |
prajārañjanamātram tanna sāmrajyāya kalpate || 57||*

57. De schoonheid van de vorm van een lier en de vaardigheid waarmee haar snaren worden beroerd behagen slechts enkelen. Ze maken geen koning van je²⁵.

*vāgvaikharī śabdajharī śāstravyākhyānakauśalam |
vaiduṣyam viduṣāṁ tadvadbhuktaye na tu muktaye || 58||*

58. Vaardigheid in het uitstorten van een waterval aan woorden, bekwaamheid in het uitleggen van de geschriften en geleerdheid doen de betrokkene genoeg, maar zij brengen geen bevrijding.

*avijñāte pare tattve śāstrādhītistu niṣphalā |
vijñāte'pi pare tattve śāstrādhītistu niṣphalā || 59||*

59. Zelfs de bestudering van de geschriften is vruchteloos zolang de hoogste waarheid (*pare tattve*) onbekend blijft. En wanneer de hoogste waarheid gekend is, is de studie van de geschriften nutteloos.

*śabdajālam mahāranyam cittabhramaṇakāraṇam |
ataḥ prayatnājñātavyam tattvajñāistattvamātmanaḥ || 60||*

60. Geschriften, bestaande uit vele woorden, zijn als een dicht woud dat de geest (*citta*) laat ronddolen. De wijze mens moet zich daarom krachtig inspannen om de ware aard van het Zelf (*ātman*) te kennen.

*ajñānasarpadaṣṭasya brahmajñānausadham vinā |
kimu vedaiśca śāstraiśca kimu mantraiḥ kimauśadhaiḥ || 61||*

²³ Bedoeld wordt de soorten *Yoga*'s die dualiteit vooronderstellen, zoals *Haṭhayoga* en *Bhaktiyoga*.

²⁴ *Sāṅkhya* gaat uit van de dualiteit tussen twee reële maar tegengestelde principes van *puruṣa* en *prakṛti*.

²⁵ In deze gelijkenis is de lier het lichaam en de vaardigheid het denkvermogen. Ze zijn gezinszins vergelijkbaar met de soevereiniteit van *ātman*.

61. Voor iemand die gebeten is door de slang van onwetendheid (*ajñāna*) is het enige redmiddel de kennis van Brahman (*brahmajñāna*). Wat voor nut hebben de *Veda*'s en andere Heilige Geschriften, bezweringen (*mantra*'s) of andere hulpmiddelen voor zo iemand?

*na gacchati vinā pānaṁ vyādhirausaḍhaśabdataḥ |
vinā'parokṣānubhavaṁ brahmaśabdairna mucyate || 62||*

62. Een ziekte verdwijnt niet door simpelweg de naam van het medicijn uit te spreken, zonder het in te nemen. Zo kan men zonder directe ervaring van Brahman niet bevrijd worden door alleen het woord 'Brahman' uit te spreken.

*akṛtvā dṛśyavilayamajñātvā tattvamātmanaḥ |
brahmaśabdaiḥ kuto muktiruktimātraphalairnṛṇām || 63||*

63. Hoe kan bevrijding bereikt worden door simpelweg het woord 'Brahman' uit te spreken zolang de zich aan de ogen voordoende tastbare wereld niet uit het bewustzijn is verdwenen en zolang het Zelf niet is ervaren. Het resultaat zou niet meer dan een uiting van spraak zonder enige uitwerking zijn.

*akṛtvā śatrusaṁhāramagatvākḥilabhūśriyam |
rājāhamiti śabdānno rājā bhavitumarhati || 64||*

64. Men kan geen koning worden door eenvoudig te zeggen: 'Ik ben koning', zolang men zijn vijanden niet heeft vernietigd en bezit heeft genomen van de luister en rijkdom van het hele koninkrijk.

*āptoktim kḥananam tathopari śilādyutkarṣaṇam svīkṛtim
nikṣepaḥ samapekṣate nahi bahiḥ śabdaistu nirgacchati |
tadvadbrahmavidopadeśamananadhyānādibhirlabhyate
māyākāryatirohitaṁ svamamalam tattvaṁ na duryuktibhiḥ || 65||*

65. Een diep begraven schat komt tevoorschijn door de juiste aanwijzingen te volgen, te graven, de stenen en de aarde te verwijderen die er bovenop liggen en niet door het bij zijn naam te roepen. Op dezelfde wijze kan de zuivere waarheid van het Zelf, die bedekt is door *māyā*²⁶ en zijn uitwerking, alleen bereikt worden door de aanwijzingen van een kenner van Brahman, gevolgd door reflectie, meditatie enzovoorts, maar nooit door verzinsels.

*tasmātsarvaprayatnena bhavabandhavimuktaye |
svaireva yatnaḥ kartavyo rogādāviva paṇḍitaiḥ || 66||*

²⁶ *Māyā* wordt in de verzen 108-110 besproken.

66. Daarom moeten verstandige mensen, net zoals in het geval van ziekte, er persoonlijk met alle middelen die in hun vermogen liggen naar streven zich te bevrijden van de gebondenheid aan de kringloop van geboorte en dood.

*yastvayādyā kṛtaḥ praśno varīyāññichāstravinmataḥ |
sūtraprāyo nigūḍhārtho jñātavyaśca mumukṣubhiḥ || 67||*

67. De vraag die je gesteld hebt is uitstekend en wordt door de kenners van geschriften als ter zake gezien en gewaardeerd. Hij draagt een diepe betekenis, is kort en bondig als een aforisme en behoort op te rijzen in de zoekers naar bevrijding (*mumukṣubhiḥ*).

*śruṇuṣvāvahito vidvanyanmayā samudīryate |
tadetacchvaṇātsadyo bhavabandhādvimokṣyase || 68||*

68. Luister aandachtig, O verstandige, naar wat ik ga zeggen. Door aandachtig te luisteren zul je zeker onmiddellijk bevrijd worden van de boeien van *samsāra*.

*mokṣasya hetuḥ prathamo nigadyate
vairāgyamatyantamanityavastuṣu |
tataḥ śamaścāpi damastitikṣā nyāsaḥ
prasaktākhillakarmaṇām bhṛśam || 69||*

69. Als eerste stap naar bevrijding (*mokṣasya*) wordt genoemd een volledige onthechting (*vairāgya*) van alles wat vergankelijk is. Dan komt kalmte (*śama*), zelfbeheersing (*dama*) en verdraagzaamheid (*titikṣā*)²⁷. Daarna volgt het volledig opgeven van alle in de geschriften voorgeschreven handelingen (*karma's*)²⁸.

*tataḥ śrutistanmananam satattvādhyānam ciram nityanirantaram muneh |
tato'vikalpam parametya vidvā - nihaiiva nirvāṇasukham samṛcchati || 70||*

70. Daarna volgt het 'horen' van de leer, het er op reflecteren (*mananam*) en onophoudelijk op de daarin vervatte waarheid mediteren. Zo bereikt de wij-

²⁷ Zie ook *Bṛhadāranyaka Upaniṣad*: IV.iv.23 waarin deze kwaliteiten besproken worden.

²⁸ De betekenis van karma in dit verband is een godsdienstige handeling of ritueel, zoals het brengen van een offerande, voortkomend uit de hoop op een toekomstige beloning.

ze zoeker de staat van *nirvikalpa*²⁹, en realiseert hij de gelukzaligheid van *nirvāṇa*³⁰ (*nirvāṇasukham*) zelfs in dit leven.

*yadbodhdhavyaṁ tavedānīmātmānātmavivecanam |
taducyate mayā samyak śrutoātmanyavadhārāya || 71||*

71. Nu zal ik je ten volle uitleggen wat je weten moet over het onderscheid tussen het Zelf en het niet-Zelf (*tavedānīmātmānātmavivecanam*). Luister aandachtig en neem het dan in je op.

*majjāsthimedāḥpalaraktacarmatva-gāhvayairdhātubhirebhiranvitam |
pādoruvakṣobhujaḥprṣṭhamastakaiḥ aṅgairupāṅgairupayuktametāt || 72||*

72. Het (grofstoffelijke) lichaam is opgebouwd uit de volgende zeven ingrediënten: merg (*majja*), been (*asthi*), vet (*medaḥ*), vlees (*pala*), bloed (*rakta*), vel (*carma*) en opperhuid (*tvac*). Het bestaat uit de volgende ledematen: benen, dijen, borst, armen, voeten, rug en hoofd.

*ahaṁ mameti prathitam śarīraṁ mohāspadaṁ sthūlamitīryate budhaiḥ |
nabhonabhasvaddahanāmbubhūmayāḥ sūkṣmāṇi bhūtāni bhavanti tāni || 73||*

73. Dit lichaam (*śarīraṁ*), beschouwd als de zetel van de begoocheling (*mohāspandam*) van de noties ‘ik’ en ‘mijn’ (*ahaṁmame*), wordt door de zieners het grofstoffelijke lichaam (*sthūlam*) genoemd. De subtiele elementen (hiervan) zijn ether, lucht, vuur, water en aarde³¹.

*parasparāṁśairmilitāni bhūtvā sthūlāni ca sthūlaśarīrahetavaḥ |
mātrāstadīyā viśayā bhavanti śabdādayaḥ pañca sukhāya bhoktuḥ || 74||*

74. Deze (subtiele) elementen worden door onderlinge vermenging³² in bepaalde verhoudingen grof en vormen het grofstoffelijke lichaam (*sthūlaśarīra*). De essenties (*tanmātrā's*)³³ van deze [subtiele] elementen

²⁹ De staat waarin het onderscheid tussen subject en object oplost en alleen het oneindige, ene bewustzijn overblijft. Voor nadere toelichting raadpleeg aanhangsel 2.

³⁰ Bevrijding (*mokṣa*), het uitdoven van het besef van afgescheiden bestaan.

³¹ Hier wordt op de hogere principes van deze elementen gezinspeeld.

³² Het proces van onderlinge vermenging wordt als volgt beschreven: Elk van de vijf elementen wordt in tweeën gedeeld. Een van deze twee helften is verder in vieren gedeeld. Vervolgens wordt elk grof element voortgebracht door verbinding van een helft van zichzelf en een kwart van elk van de vier andere elementen.

³³ Puur element, die staat waarin het bewustzijn straalt zonder naam en vorm. Vanuit het individu beschouwd zijn *tanmātra's* de subtiele elementen die door de specifieke en overeenkomstige zintuigen van kennis (*jñānendriya*) ervaring mogelijk

vormen de zinsobjecten (*viṣaya*) in groepen van vijf (geluid, tast, gezicht, smaak en geur) die het plezier (*sukhāya*) van de bewoner van het lichaam [hem die ze ervaart, (*bhoktu*)] dienen.

*ya eṣu mūḍhā viṣayeṣu baddhā rāgorupāśena sudurdamena |
āyānti niryāntyadha ūrdhvamuccaiḥ svakarmadūtena javena nītāḥ || 75||*

75. Die dwaze wezens die aan de objecten van zingenot gebonden zijn (*rāgoārūpaśena*) met het sterke en moeilijk te breken koord van gehechtheid, komen en gaan in deze wereld³⁴, op en neer, daartoe aangezet door de afgezant³⁵ van hun vroegere daden (*svakarmadūtena*).

*śabdādibhiḥ pañcabhireva pañca pañcatvamāpuḥ svaḡuṇena baddhāḥ |
kuraṅgamātāṅgapataṅgamīnabhṛṅgā naraḥ pañcabhirañcitaḥ kim || 76||*

76. Als het hert, de olifant, de mot, de vis en de bij alle de dood vinden onder de bekoring van één van de vijf zinnen, wat moet dan wel het lot zijn van de mens die bekoord wordt door alle vijf zinnen³⁶?

*doṣeṇa tīvro viṣayaḥ kṛṣṇasarpaviṣādapi |
viṣaṁ nihanti bhoktāraṁ draṣṭāraṁ cakṣuṣāpyayam || 77||*

77. In verband met hun effecten zijn zinsobjecten (*viṣaya*) kwaadaardiger dan het gif van de cobra. Gif doodt slechts wanneer het opgenomen wordt, maar zinsobjecten vernietigen de mens zelfs wanneer er met de ogen naar wordt gekeken³⁷ [zelfs wanneer er alleen maar aan gedacht wordt].

maken. Zie ook Swami Venkatesananda's *Vasiṣṭha's Yoga* p.577 (Engels) (of *Yoga Vasiṣṭha VI.2:87:11,12*) "In de pure ruimte of leegte van bewustzijn rijst allereerst de notie van 'ik ben' op. De condensatie daarvan is bekend als *buddhi* of intellect en de condensatie daarvan is bekend als het denken (*manas*). Dat kent of ervaart het zuivere element van geluid en ook de andere elementen, de *tanmātra*'s. Uit deze ervaringen rijzen de diverse zintuigen op..."

³⁴ In verschillende (van dierlijke tot hemelse) belichamingen overeenkomstig de verdiensten van hun vroegere handelingen.

³⁵ Zoals iemand die zich schuldig maakt aan het toeigenen van bezittingen van anderen door de rechter gestraft wordt, zo wordt ook de mens die zich niet bewust is van zijn ware natuur gestraft in de vorm van lijden als gevolg van zijn gehechtheid aan objecten.

³⁶ Het hert wordt met de zoete klanken van de fluit van de jager en de olifant met de aanraking van de vrouwtjesolifant in de val gelokt. De vis laat zich vangen door de smaak van het aas. De mot vliegt naar het licht en verbrandt zich in het vuur, en de bij wordt vermorzeld als hij op het geurende zweet op de slurf van de olifant afkomt. Zie '*Yoga Vasiṣṭha*' V:52, 16-21.

³⁷ Geldt ook voor alle andere zintuigen.

*viṣayāśāmahāpāśādyo vimuktaḥ sudustyajāt |
sa eva kalpate muktyai nānyaḥ ṣaṭśāstravedyapi || 78||*

78. Alleen hij die vrij is (*vimuktaḥ*) van de afschuwelijke strik van hunkering naar de zinsobjecten, waarvan zo moeilijk afstand gedaan kan worden, is rijp voor bevrijding, en geen ander, al is hij bedreven in de zes *Śāstras*³⁸.

*āpātavairāgyavato mumuksūn bhavābhipāraṁ pratiyātumudyatān |
āśāgraho majjayate ntarāle niḡrhya kaṅṭhe vinivartya vegāt || 79||*

79. De zoekers naar bevrijding, bij wie onthechting slechts oppervlakkig is, en die de oceaan van *samsāra* proberen over te steken worden bij de keel gegrepen door de haai van begeerte³⁹ en ze verdrinken halverwege.

*viṣayākhyagraho yena suviraktyasinā hataḥ |
sa gacchati bhavāmbhodheḥ pāraṁ pratyūhavarjitaḥ || 80||*

80. [Maar] Hij die de haai van hunkering naar zingenot heeft gedood met het zwaard van volmaakte onthechting, steekt de oceaan van *samsāra* over zonder enige hindernis.

*viṣamaviṣayamārgairgacchato'nacchabuddheḥ
pratipadamabhiyāto mṛtyurapyeṣa viddhi |
hitasujanaḡuruktyā gacchataḥ svasya yuktyā
prabhavati phalasiddhiḥ satyamityeva viddhi || 81||*

81. Weet dat de dwaze mens die het gevaarlijke pad van zingenot bewandelt, door de dood wordt ingehaald. Hij die de weg bewandelt in overeenstemming met zijn eigen rede (*yuktyā*)⁴⁰ en de instructies van zijn welwillende (*sujana*) en achtenswaardige leermeester, bereikt zijn doel.

*mokṣasya kāṅkṣā yadi vai tavāsti tyajātīdūrādviṣayānviṣaṁ yathā |
pīyūṣavattoṣadayākṣamāṛjavaprasāntidāntīrbhaja nityamādarāt || 82||*

82. Als je werkelijk naar bevrijding hunkert (*mokṣasya*), vermijd dan de zinsobjecten als ging het om vergif; en cultiveer met zorg de deugden tevredenheid, mededogen, vergevingsgezindheid, oprechtheid, kalmte en zelfbeheersing, als ging het om nectar.

*anukṣaṇaṁ yatparihṛtya kṛtyaṁ anādyavidyākṛtabandhamokṣaṇaṁ |
dehaḥ parārtho'yamamuṣya poṣaṇe yaḥ sajjate sa svamanena hanti || 83||*

³⁸ De zes scholen van Indiase filosofie waaronder *Sāṅkhya en Yoga*.

³⁹ Waardoor zij hun reis naar bevrijding moeten staken.

⁴⁰ Onderscheidend intellect, zuivere rede.

83. Hij die hartstochtelijk dit lichaam (*dehaḥ*), dat tenslotte als prooi voor anderen is bestemd⁴¹, koestert en zodoende zijn eeuwige plicht verwaarloost om zich te bevrijden van de banden van de beginloze onwetendheid, pleegt zelfmoord.

śarīra poṣaṇārthī san ya ātmānam didṛkṣati |
grāham dārudhiyā dhṛtvā nadīm tartuṁ sa gacchati || 84||

84. Hij die poogt het Zelf te realiseren door het [grofstoffelijke] lichaam (*śarīra*) te koesteren, is bezig een rivier over te steken door een krokodil vast te grijpen die hij voor een drijvende boomtak aanziet.

moha eva mahāmṛtyurmumukṣorvapurādiṣu |
moho vinirjito yena sa muktipadamahati || 85||

85. Voor een zoeker naar bevrijding is ingenomenheid⁴² (*moha*) met het lichaam fataal. Wie dit volkomen overwonnen heeft verdient de staat van vrijheid (*mukti*).

mohaṁ jahi mahāmṛtyuṁ dehadārasutādiṣu |
yaṁ jitoṁ munayo yānti tadviṣṇoḥ paramaṁ padam || 86||

86. Bedwing deze verschrikkelijke dood (*mahāmṛtyum*) van ingenomenheid met je lichaam, vrouw, kinderen enz. Door het overwinnen van gehechtheden bereiken de zieners de verheven staat van *Viṣṇu*⁴³.

tvaṁmānsarudhirasnāyumedomajjāsthisaṅkulam |
pūrṇaṁ mūtrapurīṣābhyāṁ sthūlaṁ nindyamidam vapuḥ || 87||

87. Het [vergankelijke] lichaam, dat opgebouwd is uit huid, vlees, bloed, bloedvaten, aderen, vet, merg en been, zit vol afval en vuiligheid, en is het niet waard zich daaraan te hechten.

pañcīkr̥tebhyo bhūtebhyaḥ sthūlebhyaḥ pūrvakarmanā |
samutpannamidaṁ sthūlaṁ bhogāyatanamātmanaḥ |
avasthā jāgarastasya sthūlārthānubhavo yataḥ || 88||

88. Het fysieke lichaam is opgebouwd uit de grove elementen als uitvloeisel van de opeengestapelde handelingen in voorgaande levens. De grove elementen zijn op hun beurt gevormd door combinatie van delen van de subtiele elementen⁴⁴. Het lichaam is de woonplaats van het individu (*jīvātman*)

⁴¹ Dit lichaam zal ten slotte verteerd worden door aarde, vuur en dieren.

⁴² Ingenomenheid in de zin van dat hij het lichaam is of dat het zijn lichaam is.

⁴³ Hier is *Viṣṇu* een synoniem voor Brahman.

⁴⁴ Zie voetnoot bij vers 74.