

DE UPANISHADS

loslaat, gaat hij naar de staat van onbelichaamde bevrijding en wordt hij als roerloze lucht, door niets bewogen.

6. Dan bereikt hij de staat die verstoken is van geluid, verstoken van contact, van vorm en verval, geur en smaak, waarin alleen het éne is, het eeuwige, zonder begin of einde, voorbij het Grote, onveranderlijk, puur en volkomen.’

Deel IV

1. Toen vroeg Paingala aan Yājñavalkya: ‘Waaruit bestaat het handelen van iemand die bevrijd is? In wat voor staat bevindt hij zich?’

Yājñavalkya antwoordde hem: ‘Iemand die bevrijding zoekt, die nederigheid bezit en over andere goede kwaliteiten beschikt, voert eenentwintig generaties van zijn geslacht veilig naar de overzijde [van de oceaan van samsāra]. Wanneer hij daadwerkelijk een kenner van Brahman wordt, brengt hij honderdeneen generaties van zijn geslacht naar de overkant.

Ken het Zelf als de meester van de strijdwagen en het lichaam als de strijdwagen. Ken de intelligentie als de wagenmenner en het denkvermogen als de teugels.

2. De zintuigen zijn de paarden en de objecten zijn de wegen waarover ze gaan. De harten van de kenners van Brahman zijn de evenzovele strijdwagens die door het luchtruim voeren.

3. Het Zelf dat zich verbindt met het lichaam, de zintuigen en het denkvermogen, zo zeggen de grote zieners, is de genieter. Daarom is het alleen Nārāyana, die in het hart gevestigd is.

4. Zo lang het al ingezette (*prārabdha*) karma niet is uitgeput, doet en beweegt de gerealiseerde mens als een slang die haar huid nog niet heeft afgeworpen. Hij is bevrijd, maar hij heeft nog steeds een lichaam. Zo gaat hij waar hij gaat, zonder thuis, als de maan aan de hemel.

5. Zijn lichaam afwerpend – hetzij op een heilige plaats, hetzij in het huis van een eter van hondenvlees – bereikt hij de onvervalste staat van vrijheid (*kaivalya*). Nadien werpt men zijn lichaam weg als een offer aan de windstreken, of mag men het begraven. Dit laatste geldt enkel voor een mannelijk lid van een monnikenorde, nooit voor een ander.

6. De regels voor onreinheid gelden niet bij de [overleden] monnik die is opgegaan in Brahman. Evenmin hoeft men de rituelen voor het crematievuur te doen, noch de offerandes [met rijst], noch de offers met water of de ceremoniën voor de nieuwe maan of andere dagen.

7. Zoals voedsel dat al gekookt is niet opnieuw hoeft te worden gekookt, zo hoeft het lichaam dat al verbrand is [in het vuur van vrijheid], niet opnieuw te worden verbrand. Het lichaam van iemand dat tot as vergaat in het vuur van Kennen behoeft geen verdere ceremonie verrichtingen.

8. Zolang de leerling een beperkte blik heeft [en zijn leraar ervaart als een ander], dient hij zijn leraar te dienen. Zo hij zich naar zijn leraar gedraagt, zo dient hij zich te gedragen naar diens echtgenote en zonen.

9. Wanneer hij – met zijn denken gezuiverd, met zijn intelligentie (*chit*) gezuiverd, volkomen kalm en vol vrede – alleen nog ‘**Ik ben Dat**’ (*so’ham asmi*) voor zich ziet, wanneer alles in hem weerklinkt: ‘**Ik ben Dat**’, dan is hij niet langer vatbaar voor de wereld van fenomenen en raakt het Hoogste Zelf stevig verankerd in zijn hart. Zijn lichaam verkrijgt een staat van diepe vrede en het flinkeren van zijn denken eindigt in totale verstillig.

Wat moet iemand nog met melk, als hij zich laaft aan ambrozijn? Wat is het nut nog van de Veda’s voor iemand die het Zelf ervaart? Voor de yogi die vervuld is van nectar van kennis, is alle streven ten einde. Als er nog iets is wat hij zou willen bereiken, dan is hij geen kenner van het Werkelijke. Door niets gebonden en toch niet los, verblijvend in het lichaam, maar niet ván het lichaam, wordt het meest innerlijke Zelf het allesdoordringende [Brahman]. Dan, als het hart gezuiverd is, met alleen Brahman, het volkomene, voor ogen, ziet de yogi dat hij alles is, het allesoverstijgende, de allerhoogste gelukzaligheid.

10. Als water gevoegd bij water, als melk bij melk en boter bij boter, één, zonder onderscheiding, zó zijn het individuele zelf en het Allerhoogste Zelf.

11. Wanneer het lichaam oplicht in het vuur van Kennen en de intelligentie weids en onverdeeld wordt, dient de yogi alle ketenen te verbranden in het vuur van de kennis van Brahman. Zo raakt hij, die vorm heeft aangenomen als het [individuele] zelf, stevig verankerd in de staat die vrij is van iedere beperking. Dan dient hij binnen te gaan in de zegenrijke, non-dualistische (*advaita*) staat, die gekend wordt als

de allerhoogste God, die is als onaangeroerde, vlekkeloze ruimte, als water opgegaan in water.

12. Het Zelf beschikt over een subtiel lichaam dat is als ruimte. Het Zelf verblijft in alle schepsels, maar wordt, net als de lucht, niet gezien. Het Zelf is onbeweeglijk, zowel binnen als buiten. Het Zelf, dat verblijft in alle schepsels, ziet met de vlamme toorts van Kennen.

13. Wanneer, hoe en waar de kenner ook moge sterven, dan en daar gaat hij op [in Brahman], zoals [omsloten] ruimte opgaat in allesdoordringende ruimte.

14. De wijze die weet dat het Zelf, eender als de ruimte in een pot, nooit verloren gaat, verwerft de staat van onafhankelijkheid. Zijn kennen reikt overal en wordt door niets begrensd.

15. Een mens kan zich toeleggen op ascese en duizend jaar lang op één been gaan staan, maar daarmee wint hij nog niet een twintigste van de verdienste die verkregen wordt uit geconcentreerde meditatie (*dhyāna-yoga*).

16. Hij kan verlangen naar al wat kennis tot kennis maakt en naar al wat een mens zou moeten kennen, maar al wordt hij duizend jaar en leest hij alle geschriften, hij zal nooit tot inzicht komen.

17. Richt je aandacht op het kennen van het subtiële, het onvergankelijke. Al het andere in het leven is broos en onbestendig. Laat de talloze geschriften voor wat ze zijn en mediteer enkel op dat wat Werkelijk is.

18. Het is alleen zolang het Werkelijke niet gekend wordt, dat de zoeke de eindeloze ceremoniën, de instructies voor reinheid, de vele gebeden, de offerrituelen en de pelgrimages worden voorgeschreven.

19. Voor de nobele ziel is de meest gewisse weg naar bevrijding de onomstotelijke zekerheid “**Ik ben Brahman**” (*aham brahma iti*). Er is een weg die leidt naar gebondenheid en een weg die leidt naar bevrijding. De ene is de idee van “mijn” en de andere is de afwezigheid van de idee van “mijn”.

20. Het mijn-gevoel maakt dat het zelf gebonden is, de opheffing van het mijn-gevoel is bevrijding. Als het denken de staat bereikt die boven het denken uitstijgt, dan is iedere notie van dualiteit verdwenen.

21. Die staat van verlichting is de allerhoogste staat. Waar het denken dan ook gaat, het is steeds in de hoogste staat.

22. Daar is Brahman, dat alle bestaan overstijgt, stevig gevestigd.

Wanneer een mens door honger gekweld wordt, kan hij een vuist-

gevecht aangaan met de lucht om hem heen of zich tegoed doen aan het kauwen van lege hulzen [zijn honger zal er niet door worden gestild].

23. Voor degene die niet weet: “**Ik ben Brahman**”, is bevrijding onmogelijk.

Wie dag na dag deze Upanishad in zich opneemt, wordt gelouterd als door vuur. Hij wordt gelouterd door de lucht en de zon, door Brahman, Vishnu en Rudra. Hij verkrijgt de verdienste van het baden in de heilige wateren. Hij wordt iemand die de geloften, zoals voorgeschreven in de Veda's, trouw heeft nageleefd. Hij geniet de vruchten die voortvloeien uit het honderdduizend maal voordragen van de Itihāsa's [legenden], de Purāna's [de mythische vertellingen] en Rudra's. Hij is als iemand die de heilige lettergreep Aum miljoenen keren heeft gereciteerd. Hij verlost tien generaties vóór hem en tien generaties ná hem van alle schuld. Hij zuivert alle mensen die met hem eten. Hij wordt bevrijd van de zonden van het doden van een brahmaan, van drankmisbruik, van het stelen van goud en van het slapen met de vrouw van de leraar, en van de omgang met lieden die dergelijke zonden hebben begaan.

24. Deze kenners van Brahman, die hun hartstochten hebben afgeschud, wier innerlijke vermogens scherp en waakzaam zijn, vertolken de hoogste staat van Vishnu.

Dit is de waarheid. Dit is het geheime onderricht (*upanishad*).'

C O L O F O N

De Upanishads
ISBN/EAN 978 90 821434 3 0
NUR 718
1^e druk: 2015

Uitgave
Uitgeverij Nachtwind

© Tekst

Wim van de Laar

© Fotografie

Caroline Schröder, Hilversum

Boekverzorging

Jannie de Groot, Hilversum

Druk

Koninklijke Wöhrmann, Zutphen

Papier

Bandpapier: 135 grams houtvrij gesatineerd mc van Igepa, mat gelamineerd

Schutbladen: 120 grams houtvrij offset wit van Arctic Paper

Binnenwerk: 115 grams houtvrij offset creme van Arctic Paper

Lettertype

Trinité (roman wide)

Alle rechten voorbehouden

Dit boek is mede mogelijk gemaakt door de financiële steun van een aantal
‘Vrienden van de Upanishads’ en Stichting Boekenschop te Tilburg

Informatie over Wim van de Laar vind je op www.yogawimvandelaar.nl
en op www.nachtwind.nl

Dit boek is te bestellen via www.nachtwind.nl