ŚAṄKARA'S VEDĀNTA

ŚAṄKARA'S VEDĀNTA

VIJFTIEN WERKEN
OVER ZELFKENNIS
EN
NON-DUALITEIT

Samenstelling en vertaling: Ferit Arav

ISBN: 9789464484892
Eerste druk: 2022
Uitgeverij Ka.Dag
www.uitgeverijkadag.nl
kadag-pub@kpnmail.nl
Druk: Brave New Books

Overzicht

De volgende werken van Śaṅkara zijn in dit boek opgenomen

1. SĀDHANA PAÑCAKAM
Over spirituele praktijk (5 verzen)
2. ĀTMABODHA
Zelfkennis (68 verzen)
3. DAŚAŚLOKĪ
Over wat ik ben (10 verzen)
4 NIRVĀṆAṢAṬKAM (Ātmaṣaṭkam)
Nader over wat ik ben (6 verzen)
5 BHAVĀNYAŞTAKAM
Over het toevluchtsoord van de mens (8 verzen)
6. BRAHMAJÑĀNĀVALĪMĀLĀ
Een bloemenstreng van verzen over kennis van Brahman (21 verzen)
7. DṚG DṚŚYA VIVEKA
Over onderscheid tussen de kenner en het gekende (46 verzen)
8. SADĀCĀRA
Deugdzaam leven (54 verzen)
9. LAGHUVĀKYAVṚTTI
De betekenis van de verklaring 'Ik ben Brahman' (18 verzen)
10. VĀKYAVṚTTI
De betekenis van de verklaring 'Dat zijt Gij' (53 verzen)
11. TATTVOPADEŚA
Onderricht in ‘Dát wat ís’ (87 verzen)
12. BRAHMĀNUCINTANAM
Meditatie op Brahman (29 verzen)
13. APAROKṢĀNUBHŪTI (RĀJA-YOGA)
Zelfkennis zonder omweg (Koninklijke Yoga) (144 verzen)
14 TATTVA BODHA
(Ware kennis, 13 hoofdstukken)
15. PAÑCĪKARAṆAM EN VĀRTTIKA
Over de totstandkoming van de grove elementen (7+64 verzen)

Eer aan Śrī Śaṅkara die de weg naar zelfkennis stap voor stap verlicht.

Inhoudsopgave

Over de inhoud van dit boek ix
Śaṅkara's leer xi
Korte bespreking van de in dit boek opgenomen werken xii
Over de vertaling xxi

Sādhana Pañcakam 23
Ātmaboddha 27
Daśaślokī 47
Nirvānaşatkam 53
Bhavānyaştakam 57
Brahmajñānāvālīmālā 61
Dṛg dṛsya viveka 67
Sadācāra 91
Laghuvākyavṛtti 107
Vākyavṛtti 113
Tattvopedeśa 141
Brahmānucintanam 163
Aparokşanubhūti (rāja-yoga) 173
Tattvaboddha 227
Pañcikaraṇam en Vārttikam 247

Literatuur 263

Over de inhoud van dit boek

Tezamen met mijn eerder uitgegeven vertaling van *Vivekacūḍāmaṇi*, getiteld "Het Kroonjuweel van Onderscheidingsvermogen"[1], bevatten deze werken de essentie en uitleg van de leer van *Advaita Vedānta*, of non-dualiteit, van Śaṅkara. Met name zij die zich tot deze leer aangetrokken voelen en die nader willen bestuderen en in praktijk brengen, zullen in deze werken een goede gids vinden. Het behoeft geen betoog dat de studie en toepassing in de praktijk van de kennis, aangeboden in deze werken, het meest effect zal sorteren wanneer dat onder leiding van een competente leraar plaatsvindt.

Alvorens de in dit boek opgenomen werken te bespreken is het wellicht nuttig enige aandacht aan hun ontstaan te besteden. Ze danken hun oorsprong aan de *Veda*'s waarvan *Ṛg Veda* als de oudste wordt beschouwd. In de *Veda's* zijn drie richtingen te onderscheiden; *Karma Kanda*, het deel over rituelen, ceremoniën en offers, *Upāsana Kanda* over aanbidding en toewijding, en Jñāna Kanda over Kennis. De *Upaniṣads* behoren tot *Jñāna Kanda*, zijn beknopt in omvang en geven voornamelijk de principes. Er was een tijd waar *Ṛṣi's* (zieners) de verborgen diepe implicaties in deze begrippen konden uitleggen. Door het ontbreken van de voortzetting hiervan is echter de kennis in de *Jñāna Kanda* geleidelijk verloren gegaan, wat in onze dagen nog altijd het geval is. Dit heeft ertoe geleid dat *Karma Kanda* en *Upāsana Kanda* meer en meer plaats in het sociale leven kregen. Tegen deze ontwikkeling, die niet de bedoeling van de *Veda's* is, ontstond bij enkelen weerstand, zoals bij *Buddha* en *Mahāvira*. Dat heeft geleid tot een bloeiperiode van commentaren op de geschriften, zoals door *Vyāsa*. Toen kwam de periode waarin zes wijzen de *Veda's* op zes verschillende manieren hebben uitgelegd, waaruit de zes leersystemen zijn ontstaan. Deze zijn *Sāṅkhya, Śaiva, Pāñcarātra, Jaina, Mīmāṃsaka* en *Vedanta.* Śaṅkara is de vertolker van *Vedānta* waarvan *Advaita* of non-dualiteit de essentie is. Dat geen van de vijf andere leersystemen tot de hoogste waarheid *(paramārtha)* leidt heeft Śaṅkara in vers 4 van *Daśaślokī* als volgt verwoord:

Noch de Sāṅkhya noch de Śaiva leer,
Noch de Pāñcarātra noch de Jaina leer,
Noch de Mīmāṃsaka filosofie enz.
Is de kennis van Dát.
Maar door onderscheidend inzicht
Ben Ik wat er overblijft,
Als de zuivere essentie:
Het ene gelukzalige Zelf alleen.

[1] Van dezelfde uitgever als dit boek.

Er zijn meer dan honderd werken die aan Śaṅkara worden toegeschreven, zowel in proza als in dichtvorm, variërend van een enkel vers tot over duizend verzen. Deze werken van Śaṅkara kunnen globaal in drie categorieën ingedeeld worden:

1) *Bhāṣya*[1] *grantha's*[2]. Dit zijn commentaren in de vorm van uitleggingen. De taal van de Upaniṣads is van mystieke aard en ze kunnen als zodanig niet begrepen worden door ze simpelweg te vertalen met gebruik van een woordenboek. Śaṅkara heeft uitleg gegeven bij een aantal *Upaniṣads* die hij als de meest belangrijke heeft aangemerkt[3].

Daarnaast heeft hij ook *Brahma Sutra's, Bhagavad Gītā* enkele andere werken van uitleg voorzien[4].

Er bestaan ook Nederlandse vertalingen van een aantal geschriften met de uitleg van Śaṅkara.[5]

2) *Stotra*[6] *grantha's*. De stotra's hebben de grootste aantrekkingskracht voor de meeste mensen. In zijn onbegrensde compassie zag Śaṅkara de moeilijkheid van het gewone volk om de complexe filosofische leer van de *Advaita Vedānta* te begrijpen en om deze reden heeft hij de weg naar het uiteindelijke doel ook toegankelijk gemaakt door middel van *bhakti*, of devotie. Hij stelde verschillende heldere stotra's op om diverse goden te eren[7].

Bovendien heeft Śaṅkara verschillende korte gedichten van meditatieve aard *(Vedanta stotras)* voor regelmatige recitatie, reflectie en meditatie opgesteld. Een voorbeeld hiervan is *Bhavānyaṣṭakaṃ* dat in dit boek is opgenomen.

---

[1] *Bhāṣya* staat voor uitleg, commentaar.

[2] *Grantha* staat voor vers, verhandeling of boek.

[3] Deze Upaniṣads zijn: *Aitareya Upaniṣad, Bṛhadāraṇyaka Upaniṣad, Īśa Upaniṣad, Taittirīya Upaniṣad, Śvetāśvatara Upaniṣad, Kaṭha Upaniṣad, Kena Upaniṣad, Chāndogya Upaniṣad, Māṇḍūkya Upaniṣad en Gauḍapāda Kārika, Muṇḍaka Upaniṣad* en *Praśna Upaniṣad*.

[4] Zoals *Viṣṇu Sahasranama, Sānatsujātiya en Gāyatri Mantraṃ.*

[5] *Bhagavad Gītā Bhāṣya* (Uitgeverij Kadag) en de Upaniṣads *Īśa, Kaṭha, Kena, Muṇḍaka, Aitareya* en *Praśna* (Ars Floreat).

[6] *Stotra* staat voor eren, loven, lofprijzen.

[7] Zijn meest bekende stotra's zijn: *Ganeṣa Pancaratnam, Annapurnaṣtakam, Kalabhairavaṣtakam, Dakṣiṇamūrti Stotram, Kṛṣnashtakam, Bhaja Govindaṃ, ook bekend als Mohamuḍgara, Śivānandalahari, Saundaryalahari, Śrī Lakṣmīnṛsiṃha Karāvalamba Stotraṃ, Śāradā Bhujangaṃ, Kanakadhāra Stotraṃ, Bhavāni Aṣṭakaṃ, Śiva Mānasa Pūja, Pandurangashtakam,* en *Subramanya Bhujangam.*

Hoewel drie werken in dit boek, *Sādhana Pañcakam, Daśaślokī* en *Brahmājñānāvalīmālā* overwegend tot deze categorie lijken te behoren, worden ze in het algemeen onder de *prakaraṇa grantha's* gerangschikt.

3) *Prakaraṇa*[1] *grantha's*. Deze werken stellen de zoeker naar zelfkennis in staat de fundamentele aspecten van *Advaita Vedānta* te kennen. De meeste werken in dit boek behoren tot deze categorie. Enkele andere bekende werken behorende tot *prakaraṇa grantha's* zijn *Vivekacūḍāmaṇi*, *Svātmanirūpānam*, *Ātmajñāna-opedeśavidhi* en *Upadeśa Sāhasrī*.

Śaṅkara's leer

Śaṅkara onderscheidt drie waarheidsniveaus: *pratibhāsika satya, vyavahārika satya* en *paramārtha satya*. *Pratibhāsika satya* staat voor illusie of verbeelding zoals hallucinaties, ,, luchtkastelen enz. die, wanneer ze zich voordoen voor waar worden gehouden. Een klassiek voorbeeld is het zien van een slang in een stuk touw. *Vyavahārika satya* is de wakende staat van het dagelijks leven die als waar wordt ervaren en waarin de onwerkelijkheid van de ervaringen in *pratibhāsika satya* erkend wordt, zoals 'het was slechts een droom' of 'het is een stuk touw maar geen slang'. Kenmerkend voor deze twee waarheidsniveaus is de dualiteit, 'ik' en 'de ander'. *Paramārtha satya* staat voor de hoogste of volledige waarheid en onderscheidt zich van de eerste twee door afwezigheid van dualiteit. Er is noch slang noch touw, noch ik noch de wereld, maar één ondeelbaar, non-duaal, bewustzijn. Deze opperste waarheid kan alleen gerealiseerd worden door het zoeken naar de antwoorden op de vragen 'wie ben ik?' en 'wat is de wereld?'. Dit onderzoek leidt uiteindelijk tot het zien en laten vallen van identificaties met illusoire bedekkingen zoals individualiteit (wat ik geloof te zijn) en het wereldbeeld bestaande uit namen en vormen. Dan blijkt dat, wanneer deze identificaties wegvallen, wat er overblijft één en hetzelfde onbegrensd en ondeelbaar bewustzijn is, dat door verklaringen in de *Veda's* (de *mahāvākya's*) zoals *Ahambrahmāsmi* (Ik ben Brahman) en *Tattvamasi* (Dat zijt Gij) wordt bevestigd. Hiermede wordt *Advaita* of non-dualiteit voltooid. Volgens Śaṅkara is onderzoek *(vicāra)* de enige methode om dat te realiseren en het enige middel daarbij is het gebruik van onderscheidingsvermogen *(viveka)*. Dit vormt de rode draad die in de onderrichtende en uitleggende werken van Śaṅkara steeds te herkennen is.

De onwerkelijkheid van de talrijke illusoire bedekkingen en identificaties heeft Śaṅkara in legio werken herhaaldelijk als de eerste stap van zelfonderzoek uitgelegd en herkenbaar gemaakt. Een greep uit deze bedekkingen en identificaties

[1] Een *prakaraṇa* spitst zich doorgaans toe op één aspect van een geschrift om het aan de bestudeerder van het geschrift te verduidelijken.

zijn de vijf sluiers (zie *Tattvabodha* 7), de grofstoffelijke elementen, de fysieke, subtiele en causale lichamen, de drie bewustzijnstoestanden waken, dromen en diepe slaap, de zinnen en zintuigen, de persoonlijkheidskenmerken als vader, leerling enz., en het doener zijn van handelingen.

Korte bespreking van de in dit boek opgenomen werken van Śaṅkara.

De vertaling van de vijftien werken in dit boek kwamen tot stand tussen 2010 en 2022 in een willekeurige volgorde zoals ik ze tegenkwam. Bij het samenstellen van dit boek heb ik echter getracht enige ordening te brengen door de werken van inhoudelijk vergelijkbare thema's bij elkaar te houden.

1. *Sādhana Pañcakam*
(Vijf verzen over spirituele praktijk)

Sādhana Pañcakam bestaat uit een vijftal verzen inhoudende middelen en oefeningen om in het dagelijks leven in praktijk te worden gebracht. Elk vers telt vier regels en elke regel twee aansporingen, tezamen 40 aansporingen die de zoeker naar zelfkennis de eigenschappen doen verwerven om het pad te betreden dat leidt tot de uiteindelijke bestemming van het menselijk bestaan: bevrijding van saṁsāra. *Sādhana Pañcakam* is ook bekend onder de namen *Upadeśa Pañcakam*, *Sopāna Pañcakam* en *Advaita Pañcakam*.

2. *Ātmabodha*
(Zelfkennis, 68 verzen)

Ātmaboddha is een inleidende werk waarin de essentie van de leer van non-dualiteit volgens *Advaita Vedānta* is samengevat.

Zij die ooit het onderscheid hebben ontdekt tussen al het veranderlijke en voorbijgaande gedurende het dagelijkse leven enerzijds en de zeldzame momenten in de wakende staat die als de stilte van de diepe slaap wordt ervaren anderzijds, zullen weinig moeite hebben het in dit boek uitgelegde te herkennen en hun voordeel te doen in hun spirituele zoektocht.

Voor hen die door *Ātmaboddha* geïnspireerd raken en zich nader in de leer van *Advaita Vedānta* willen verdiepen, zullen de overige werken in dit boek en *Vivekacūḍāmaṇi* van betekenis zijn.

3 *Daśaślokī*
(Over wat ik ben, 10 verzen)

Daśaślokī betekent 'tien verzen' en in deze tien verzen verwoordt Śaṅkara ‘wat Ik Ben’ door eliminatie van ‘wat ik niet ben’, gebruik makend van puur en direct onderscheid. Wanneer de zoeker naar het antwoord op de vragen ‘wie ben ik?’, ‘wat is de wereld?’ de inhoud van deze verzen in zich herkent, houdt hij

uiteindelijk alleen het gewaarzijn van zijn eigen bestaan over. In *Daśaślokī* wordt dit in de laatste regel van vele verzen telkens herhaald: '*Ben Ik wat er overblijft: het ene gelukzalige Zelf alleen*'.

4 ***Nirvāṇaṣatkam***
(Nader **o**ver wat ik ben, 6 verzen)

Nirvāṇaṣaṭkam is een variatie op *Daśaślokī* waarin identificaties met alles dat aan de mens wordt toebedeeld in verband met hun voorbijgaande aard ontkend worden.

Wind kan zich niet manifesteren zonder zijn bestaansgrond lucht, hitte kan zich niet manifesteren zonder zijn bestaansgrond vuur, een sieraad zonder goud, zo ook de schepping kan zich niet manifesteren zonder zijn bestaansgrond die niet waarneembaar is voor de zintuigen. Die bestaansgrond waarin alles tot manifetsatie kom ben Ik, het Zelf, Brahman of in dit gedicht *Śiva*. Hiermede eindigt telkens elk vers met: "Ik ben puur Kennis en Heerlijkheid; Ik ben *Śiva*, het meest diebare".

5. ***Bhavānyaṣtakam***
(Over het toevluchtsoord van de mens, 8 verzen)

Wat is het toevluchtsoord van een kind die pijn lijdt of verdrietig is? De moeder! In de armen van de moeder, in wie het kind onbegrensd vertrouwen heeft, vindt het kind troost en wordt zijn pijn verlicht. Zo ook is het enige toevluchtsoord van de volwassen mens zijn eeuwige en onveranderlijke Zelf dat in dit gedicht verpersoonlijkt wordt als 'moeder Bhavānī'.

Bij hen die in hun meditatie een bepaalde diepgang hebben bereikt zal de betekenis van de laatste regel, die luidt als "Gij alleen zijt mijn toevluchtsoord, O moeder, Bhavāni", niet onbekend klinken.

6. ***Brahmajñānāvalīmālā***
(Een bloemenstreng van verzen over kennis van Brahman, 21 verzen)

Hoewel de bevrijde staat die in de eerder besproken werken zich niet laat beschrijven, verwoordt Śaṅkara in *Brahmajñānāvalīmālā* de essentie van Brahman, van 'wat Ik Ben' op zo'n manier dat de gevorderde zoeker de herkenning van zijn ware identiteit, Brahman, niet zal missen. In de laatste regel van de verzen wordt dit telkens herhaald als: *'Ik alleen ben, het onveranderlijke Zelf'*.

Nu de zoeker het onderscheid tussen 'wat ik niet ben' en 'wat Ik ben' (het niet-Zelf en het Zelf, of illusie en werkelijkheid) herkent, staat hij voor de opgave om zich voorgoed te bevrijden van wat hij niet is, en op deze wijze een eind te maken aan gebondenheid en hergeboorten.

Vers 17 van *Brahmajñānāvalīmālā* luidt:

De principes van de 'ziener' en het 'geziene',
Zijn verschillend van elkaar.
De ziener is Brahman, het geziene is illusie.
Dit is de uitroep van Vedānta.

Om zich van de illusie van het geziene, ofwel de individualiteit en het wereldbeeld, te bevrijden, wijst Śaṅkara nu de zoeker de weg in verschillende andere werken. Het eerste vereiste aan het begin van deze weg is het vermogen tot juist waarnemen en van onderscheid maken.

7. *Dṛg Dṛśya Viveka*
(Over onderscheid tussen de kenner en het gekende, 46 verzen)

In *Dṛg Dṛśya Viveka* legt Śaṅkara het onderscheid tussen de ziener en het geziene, zoals genoemd in vers 17 van *Brahmajñānāvalīmālā* hierboven, nader uit. Tevens wordt stapsgewijze 'wat ik niet ben' in kaart gebracht en worden meditatiemethoden aangereikt om zich van de onwerkelijkheid te bevrijden, zodat alleen 'wat Ik ben', de enige werkelijkheid of Brahman, overblijft.

De Tamil vertaling van *Dṛg Dṛśya Viveka* door Śrī Ramaṇa Maharşi gaat vooraf door een kort eerbetoon aan Śaṅkara in de vorm van een inleidend vers dat de essentie van dit werk in enkele regels weergeeft en dat ik hier graag citeer:

O, Gij, verheven Śaṅkara,
Gij zijt het subject
Dat kennis heeft
Van subject en object.
Laat het subject in mij vernietigd worden
Als subject én object.
Want dan rijst in mijn geest
Het licht van de Heer alleen.

8. *Sadācāra*
(Deugdzaam leven, 54 verzen)

Net als in zijn andere *Prakaraṇa Grantha's* wijst Śaṅkara ook in dit werk de weg naar zelfkennis en bevrijding. Dat doet hij met de woorden van een wijze die zelf een deugdzaam leven leidt, stap voor stap en op diepgaande maar begrijpelijke wijze. In elk van zijn werken besteedt Śaṅkara extra aandacht aan een specifiek aspect. In *Sadācara* is dit 'kennis' en in het bijzonder onderscheid tussen de twee niveau's kennis, *'jñāna'* en *'vijñāna'*.

9. *Laghu Vākya Vṛtti*
(De betekenis van de verklaring 'Ik ben Brahman', 18 verzen)

Het verwerven van de kennis van 'Ik ben Brahman' heeft Śaṅkara in zijn 18 verzen tellende korte werk *Laghu Vākya Vṛtti* behandeld. Letterlijk betekent *Laghu Vākya Vṛtti* 'een korte uitleg van Vedische verklaringen'.

Hiermede wordt het duidelijk voor wie Śaṅkara *Vākya Vṛtti* heeft bedoeld. Het volgen van de voorgeschreven verplichtingen van de *Veda's* is bestemd voor hen die het onderscheid tussen het Zelf en niet-Zelf niet kennen en derhalve in onwetendheid verkeren. Door gehoor te geven aan de aanwijzingen en voorschriften van de *Veda's* in de vorm van offers, leefwijze, oefeningen, meditatie, ritueel, pelgrimstochten enz. en door het bestuderen van Vedische teksten e.d. wordt hun geest gezuiverd. Alleen bij hen met een gezuiverde geest, d.i. vrij van alle beperkende toevoegingen, neigingen, identificaties, conditionering enz., is de ervaring van het pure Zelf mogelijk.

Śaṅkara stelt dat alles waar men over heeft zich in de vorm van gedachten manifesteert[1]. Zoals het snoer van een paarlenketting tussen de parels, hoe weinig dan ook zichtbaar is, zo is er ook tussen twee gedachten een gedachteloze pauze van stilte. Door je op deze stilte tussen twee gedachten te richten en je standvastig daaraan te houden kunnen gedachten beteugeld worden[2].

10. *Vākya Vṛtti*
(De betekenis van de verklaring 'Dat zijt Gij', 53 verzen).

In *Vākya Vṛtti* legt Śaṅkara de impliciete betekenis uit van een van de grote verklaringen van de Veda's: 'Dat zijt Gij'. De belangrijkheid van dit onderwerp moge blijken uit het feit dat Śaṅkara dit ook in enkele andere werken diepgaand heeft behandeld, n.l. in *Vivekacūḍāmaṇi*, *Svātmanirūpānam*, *Tattvopedeśa en Upadeśa Sāhasrī.*

'Vākya Vṛtti' staat voor 'impliciete betekenis van de zin' in zijn algemene betekenis en 'uitleg van Vedische verklaringen' in zijn specifieke betekenis. Letterlijk heeft het klaarblijkelijk geen direct verband met de behandelde verklaring. Woorden en zinnen kunnen verschillende betekenissen hebben. Bij uitspraken als 'Dat zijt Gij' kan alleen een Leraar de werkelijk bedoelde betekenis op heldere wijze uitleggen. Deze uitleg is wat met *vṛtti* wordt bedoeld. *Vākya* staat voor 'verklaring'. Door toepassing van de methode van 'overeenstemming en tegenstrijdigheid' *(anvayavyatireka)* wordt op basis van logisch redeneren de werke-

[1] In verschillende leersystemen wordt dit verwoord als "waar je aan denkt, dat alleen bestaat".
[2] *Patañjali's Yoga Sūtra's*, 2.2: "Yoga is het stilleggen van denkactiviteit".

lijk bedoelde betekenis van de Vedische verklaring 'Dat zijt Gij' in dit werk uitgelegd.

Dit kan globaal als volgt worden toegelicht; wanneer iemand een oude bekende tegenkomt die hij al jaren niet gezien heeft, herkent hij hem toch, ondanks het feit dat zijn uiterlijke kenmerken, zoals zijn voorkomen en kleding, veranderd zijn. Dat komt omdat men voorbijgaat aan de uiterlijke kenmerken van toen en nu die niet met elkaar overeenstemmen *(vyatireka)*. Wat er dan, na het achterwege laten van de tegenstrijdige uiterlijke kenmerken, gezien wordt is dat het in beide gevallen om één en dezelfde persoon gaat *(anvaya).*

Dit voorbeeld kan nader uitbreid worden waarbij het niet om een kennis gaat maar om twee willekeurige mensen, beiden in het nu. Wanneer men voorbijgaat aan al hun ogenschijnlijke kenmerken als geslacht, kleding, huidskleur, maar ook karakter, geloof, gedrag enz., blijft er voor beiden niets anders over dan 'mens'. Al deze veranderlijke en vergankelijke kenmerken zijn slechts beperkende en veranderlijke toevoegingen op de 'mens' die vrij van elk kenmerk is.

Zo is het ook met de uitspraak 'Dat zijt Gij'. 'Dat' staat voor Brahman, de enige werkelijkheid, of puur bewustzijn, ontdaan van zijn bedekking, namelijk het universum, de *Māyā* van *Īśvara* (God of de Schepper), dat het individu als iets onafhankelijks van hem beschouwt. 'Gij' staat voor het Zelf, *Ātman*, of het individu ontdaan van zijn bedekkingen, d.i. van alles wat hij zelf gelooft te zijn. Wanneer beiden op deze wijze van hun ongelijke bedekkingen worden bevrijd, is wat er overblijft één en hetzelfde ondeelbare bewustzijn, of Brahman, alleen.

Śaṅkara stelt dat het begrijpen van de impliciete betekenis van deze verklaring de mens onmiddellijk tot verlichting leidt: *"De verklaring 'Dat zijt Gij' bewerkstelligt de onmiddellijke kennis van Zelf-Brahman zoals de uitspraak 'Jij bent de tiende'[1].'"*[2]

Voor dit direct begrijpen van de betekenis van de verklaring 'Dat zijt Gij' is echter het kennen van het onderscheid tussen het Zelf en niet-Zelf een vereiste[3].

---

[1] Dit verwijst naar het verhaal van de tien mensen die naar de andere oever van een rivier hebben gezwommen. Daar aangekomen telt een van hen alle anderen maar vergeet daarbij zichzelf mee te tellen.

[2] *Upadeśa Sāhasrī*, 18. 172.

[3] *Upadeśa Sāhasrī*, 18. 90: "*De leer 'Dat zijt Gij' zal zeker nutteloos zijn bij het ontbreken van de kennis 'Ik ben Brahman'*. Deze leer is van betekenis alleen voor hen die het onderscheid tussen het Zelf en niet-Zelf kennen.", en vers 181: "*De betekenis van zinnen zoals 'Dat zijt Gij' (d.w.z. men is Brahman, altijd vrij) komt niet tot manifestatie vanwege het niet onderscheiden van de impliciete betekenis van het woord 'Gij'*".

Dit geldt voor alle *mahāvākya's* die de eenzelvigheid van *Ātman* en Brahman verkondigen. Simpelweg herhalen van deze zinnen leidt niet tot het begrijpen van de bedoelde betekenis en directe zelfkennis[1,2]. De kennis van 'Ik ben Brahman' is een voorwaarde voor het opdagen van de betekenis van de uitspraak 'Dat zijt Gij'.

11. *Tattvopadeśa*
(Onderricht in Dát wat Ís, 87 verzen)

Tattvopadeśa heeft grote overeenkomst met *Vākyavṛtti* en is een van de werken van Śaṅkara waarin de weg naar de staat van non-dualiteit door onderzoek naar de betekenis van de mahāvākya *tat-tvam-asi* wordt uitgelegd. Deze staat, of de eenzelvigheid van het persoonlijke Zelf *(ātman)* en het universele Zelf (brahman), is de vrucht van de zoektocht naar zelfkennis waarbij het individu en wat als de wereld wordt beschouwd van hun illusoire bedekkingen zijn bevrijd. De in *Vākyavṛtti* genoemde methode van “overeenstemming en tegenstrijdigheid” wordt hier nader uitgelegd en de eenzelvigheid van het Zelf en Brahman ook uit grammaticale overwegingen afgeleid.

In *Tattvopadeśa* maakt Śaṅkara ook gebruik van een verhaal waarin de gevolgen van de in onwetendheid verkerende mens worden geïllustreerd en de weg naar bevrijding wordt getoond. Ook aan de onmisbare rol van de geschriften en de Leraar, en de kenmerken van de leerling, wordt in dit werk beknopt maar op heldere wijze aandacht besteed.

---

[1] *Upadeśa Sāhasrī*, 18. 208: "*De herhaling van de verklaring 'Ik ben Brahman' zou zinvol kunnen zijn indien er een verschil zou zijn tussen de luisteraar en waarnaar geluisterd wordt. De gewenste betekenis (dat het individuele Zelf Brahman is) zou dan in dit geval onjuist zijn. Daarom wordt de verklaring onaannemelijk (d.i. hij verliest autoriteit volgens deze visie)." Hoe de verklaring 'Ik ben Brahman' wel steekhoudend is wordt in vers 109 verwoord: "Zoals bij de reflectie van een gezicht het lijkt alsof de spiegel zelf het gezicht is (niet verschillend van het gezicht), zo zorgt ook de reflectie van het Zelf in de spiegel van het ego ervoor dat het ego het Zelf schijnt te zijn (niet verschillend van het Zelf). Zo is de betekenis van de verklaring 'Ik ben Brahman' steekhoudend.*"

[2] *Brahma Sūtra Bhāsya of* Śaṅkarac*ārya*, *4.2*: "*Als een uitspraak als ‘Dat zijt Gij’, wanneer hij eenmaal gehoord is, niet direct de ware kennis van Brahman voortbrengt, welke hoop is er dan dat het gewenste effect zal bereikt worden door het te herhalen?*"

12. *Brahmānucintanam*

(Meditatie op Brahman, 29 verzen)

Uit de studie van de inhoud van *Brahmānucintanam* komt het me voor dat dit werk zich tot de zeer gevorderde zoeker, de brahmavit[1], richt. *Brahmavit* staat voor diegene die zich minstens in het vierde stadium *(satvāpatti)* van "de zeven stadia naar zelfkennis" *(yogabhūmika)*[2] bevindt. Hij heeft gedegen vorderingen gemaakt in de voorafgaande stadia, behelzende volhardende inzet, onderzoek en het beteugelen van de geest[3]. Het is met name meditatie die in dat stadium de omstandigheden schept waarbij het ego spontaan oplost en de onuitwisbare herinnering aan de unieke gewaarwording van de eigen ware aard, het Zelf of *Ātman*, achterlaat. Deze staat is echter niet blijvend gevestigd en Śaṅkara geeft in *Brahmānucintanam* aanwijzingen hoe de *brahmavit* hieraan kan werken en groeien tot de staat van *jīvanmuktaḥ*, de totaal bevrijde tijdens het leven.

De *brahmavit* weet dat zijn ego en het individuele Zelf één en hetzelfde zijn, en hij is in staat zich onder alle omstandigheden zijn ware aard te herinneren. De herinnering van zijn ware aard is echter niet permanent gevestigd. Reeds in verzen 2, 3 en 4 herinnert Śaṅkara de brahmavit aan zijn ware aard, n.l. Brahman, en hij spoort hem aan om onafgebroken op Brahman te mediteren ten einde daarin permanent te verwijlen[4]. De verzen daarna tot en met het zeventiende brengen de brahmavit de kennis van het onderscheid tussen de duale en de non-duale staat en de betekenis van deze staten in herinnering. Deze dienen ter voorbereiding op de inhoud van de verzen 18 en 19 die van cruciale betekenis zijn en de kern van dit werk vormen. In deze verzen spoort Śaṅkara de brahmavit aan om het stadium waarin hij zich bevindt te overstijgen[5] door onafgebroken op Brahman te mediteren. Wanneer de overtuiging van de eenzelvigheid van zijn individuele Zelf en het universele Zelf ontbreekt, dienen de uitspraken die dat verkondigen (de mahāvākya's) in praktijk te worden gebracht. Wat deze praktijk inhoudt is in vers 19 aangegeven.

In dat vers geeft Śaṅkara het voorbeeld van de bij en de worm waarbij de worm onophoudelijk zijn aandacht eenpuntig gericht houdt op de bij, en uiteindelijk hij zelf een vorm wordt[6]. Zo ook moet de brahmavit, de kenner van Brahman,

---

[1] *Vivekacūḍāmaṇi* 535, 545, 565.

[2] *Yoga Vāsiṣṭha*, VI.I.124-126. Zie ook o.a. "*Jñānabhūmika's* in *Varaha Upaniṣad* hoofdstuk 4 en "Talks with Śrī Ramaṇa Maharṣi", Talk 256.

[3] Zoals uitgelegd in Śaṅkara's *Vivekacūḍāmaṇi, Vākyavṛtti, Aparokṣānubhūti, Dṛg Dṛśya Viveka , Tattvopedeśa* en *Svātmanirūpānam.*

[4] 'Herinnering aan het grote huis is niet het bewonen ervan' (Śrī Śāntānanda Sarasvatī)

[5] Van *vyāvahārika jīva* naar *pāramārthika jīva*, zie Dṛg Dṛśya Viveka verzen 32-46.

[6] Deze analogie kent ook andere combinaties zoals een larve of een worm en een wesp.

nu zijn aandacht onafgebroken op Brahman houden om uiteindelijk permanent één met Brahman te worden.

De verworvenheden die Śaṅkara in vers 20 aan de volhardende beoefenaren van deze *Yoga* in het vooruitzicht stelt, geven enig inzicht in de enorme vermogens die deze praktijk aan de brahmavit biedt om zijn tocht naar algehele gelijkheid met Brahman te voleinden.

13. *Aparokṣānubhūti*
(Zelfkennis zonder omweg (Koninklijke Yoga), 144 verzen)

De letterlijke betekenis van *Aparokṣānubhūti* is 'niet-indirecte zelfkennis' wat ik als 'Zelfkennis zonder omweg' heb vertaald. Opgemerkt mag worden dat Śaṅkara voor deze titel kiest en niet voor '*pratyakṣa ānubhūti'*, ofwel 'directe zelfkennis'. Een mogelijke verklaring hiervoor zou kunnen zijn dat Śaṅkara al vanaf het begin de nadruk legt op de meditatie op Brahman die de kandidaat rechtstreeks naar het doel leidt, terwijl soms door anderen, zoals door Patañjali, disciplines als lichaamshouding, ademhaling- en concentratieoefeningen worden voorgeschreven voorafgaand aan de praktijk van meditatie. Dergelijke oefeningen bestempelt Śaṅkara als indirect en omslachtig. De praktijk van meditatie op Brahman noemt Śaṅkara de Koninklijke Yoga *(rāja-yoga)* omdat dit andere *Yoga* disciplines, zo te zien ook de achtvoudige pad van Patañjali, overtreft.

Aparokṣānubhūti is de directe kennis van het Zelf *(Ātman)* dat altijd in elke gedachte aanwezig is. Iedereen heeft enige kennis van het Zelf, want het ontkennen van het Zelf betekent het ontkennen van je eigen bestaan. Met name door naar buitengerichtheid wordt aanvankelijk de ware aard van het Zelf niet gekend. Wanneer de geest echter gezuiverd is door studie en praktijk, verdwijnt de sluier van onwetendheid geleidelijk waardoor de ware natuur van het Zelf zich begint te openbaren. Een hogere kennis zal in een gevorderd stadium volgen wanneer het Zelf als pure getuige zal worden ervaren waarin alle andere gedachten zijn opgelost. Maar het einde is nog niet bereikt. Het idee van dualiteit, zoals 'ik ben de getuige' ('ik' én 'getuige zijn') houdt steeds aan. Alleen in het laatste stadium, wanneer de kenner en het gekende in het uit zichzelf stralende Zelf ineensmelten, wordt het opperste bereikt: dat wat alleen IS en waarnaast niets anders bestaat. Deze realisatie van het niet-duale is de vervolmaking van *Aparokṣānubhūti.*

In *Aparokṣānubhūti* benadrukt Śaṅkara allereerst het belang van het bereikt hebben van een zekere rijpheid om de spirituele weg naar vervolmaking van het menselijk bestaan in te gaan. Door simpele redeneringen illustreert hij daarna dat het permanente ik-gevoel, het Zelf of *Ātman*, nooit gelijk kan zijn aan het

tijdelijke en vergankelijke lichaam. Vervolgens wordt de eenheid van het Zelf en Brahman aangetoond. Nadat afscheid is genomen van allerlei als waar veronderstelde begrippen zoals het lichaam, de wereld en *karma*, wordt de zoeker een vijftiental praktische aanwijzingen, die de meer gangbare *Yoga* disciplines overtreffen, aangereikt ten einde de volmaaktheid van het menselijk bestaan te bereiken. Hij noemt deze weg 'De Koninklijke *Yoga*' en verzuimt niet te waarschuwen dat deze weg alleen begaanbaar is voor de rijpe zielen met grote toewijding en bereidheid tot uitzonderlijk grote inspanning.

14. *Tattva bodha*
(Ware kennis, 13 hoofdstukken)

Tattva bodha, dat aan Ādi Śaṅkaracārya wordt toegeschreven, geeft een beknopt maar gestructureerd overzicht van de betekenis van de sleutelbegrippen behorende tot de context van *Advaita* Vedānta. Zo kan dit boekje als een naslagwerk dienen bij de studie van teksten over *Advaita Vedānta*. Nadere behandeling van de in dit boekje behandelde begrippen zijn in verschillende werken van Śaṅkara, zoals die in dit boek en *Vivekacūḍāmaṇi*, te vinden.

Wat de titel betreft, het Sanskrit woord *Bodha* staat hier voor kennen, weten, vatten, begrijpen, ontwaken of ontplooien. Tattva is samengesteld uit Tat 'dat' en Tva '-heid', en betekent dus 'dat-heid', zoals het Sanskrit woord *sādhu-tva* edel-heid betekent. Zo betekent Tattva 'dat-heid', of dat wat 'dat' DAT maakt, bij het ontbreken waarvan hij niet DAT kon zijn. Bijvoorbeeld; zoetheid is wat suiker doet SUIKER heten. Als het niet om zijn zoetheid ging, zou suiker iets anders zijn. Het kan ook 'principe' en 'waarheid' betekenen.

Waar het woord DAT voor staat kan niet door het denkvermogen gevat worden. Het openbaart zich door de aanwijzingen te volgen die door de geschriften en grote leraren worden aangereikt. Een voorbeeld hiervan is opgenomen in de bijlage aan het einde van Tattva bodha: 'De Twaalf Richtingsaanwijzers'.

15. *Pañcikaraṇam en Vārttika*
(Over de totstandkoming van de grove elementen, 7+64 verzen)

Pancikaranam is slechts uit zeven in proza geschreven tekstblokken waarin de kenmerken van de drie staten (waken, dromen en diepe slaap) en de tot standkoming van het grofstoffelijke, subtiele en het causale universum wordt beschreven. In dit verband wordt ook het verband tussen de schepping en de *praṇava* of de *Aum* klank uitgelegd. Het onderwerp sluit goed aan op het behandelde in de Māṇḍūkya Upaniṣad.

In *Vārttika* wordt *Pañcikaraṇam* door Śaṅkara's leerling Sureśvarāchārya in 64 verzen nader uitgewerkt.

Over de vertaling

Dit boek is ontleend aan mijn enkelvoudige vertalingen van Śaṅkara's werken die in de loop der jaren geleidelijk tot stand kwamen. Deze enkelvoudige vertalingen bevatten de Sanskrit verzen in *Devanāgarī* schrift, de transliteratie, de woord-voor-woord vertaling en de Nederlandse vertaling van elk vers, met toelichtingen in voetnoten en meestal ook een Engelse vertaling[1]. Het voor u liggende boek omvat een verzameling van deze vijftien losse werken waarbij de inhoud is teruggebracht tot alleen de Sanskrit verzen in transliteratie, de Nederlandse vertaling en de relevante voetnoten.

Bij vele vertalingen heb ik dankbaar gebruik gemaakt van de beschikbare Engelse vertalingen hoewel ik me zo veel mogelijk door de betekenissen van de oorspronkelijke Sanskrit woorden heb laten leiden. Waar nodig heb ik de vrijheid genomen de inhoud van een vers naar eigen inzicht te verwoorden en dit zo nodig nader toegelicht. Een aantal begrippen behorende tot de leer van *Vedānta*, waar de lezer mogelijk onvoldoende mee vertrouwd is, heb ik eveneens in de voetnoten toegelicht. Voor zover mogelijk is hierbij gebruik gemaakt van informatie uit de andere werken van Śaṅkara zoals *Vivekaūḍāmaṇi*. Eventuele toevoegingen aan de oorspronkelijke tekst is tussen vierkante haakjes geplaatst.

Zoals genoemd is bij de vertaling van de vijftien werken gebruik gemaakt van verschillende Engelse vertalingen van uiteenlopende auteurs. Het gevolg hiervan is dat voor eenzelfde begrip verschillende woorden door verschillende auteurs in verschillende vertalingen zijn gebruikt. Dit kwam bij een verzameling als dit onderhavige boek de consistentie van woordgebruik niet ten goede.

Zo is, als voorbeeld, in verschillende Engelse vertalingen de synoniemen Ātman en 'het Zelf' door elkaar gebruikt hoewel in de Sanskrit tekst uitsluitend Ātman voorkomt. Hoewel 'het Zelf' mijn voorkeur heeft omdat het woord 'zelf' als het meest innerlijke ervaren wordt, en bij 'Ātman' de neiging tot associatie met een denkbeeldige entiteit bestaat, heb ik, mede met het oog op de context, soms de Engelse tekst gevolgd. Voor zover woorden met dezelfde betekenis zoals hierboven, in verschillende werken, ondanks mijn pogingen, niet consistent zijn gebruikt, vraag ik begrip van de lezer hiervoor. Deze inconsistentie bestaat echter in woordkeuze en niet in de betekenissen daarvan.

[1] Deze afzonderlijke vertalingen zijn beschikbaar op mijn Internetsite "Over zelfkennis en non-dualiteit (www.arav.live).

De vertalingen in dit boek zijn op twee na[1] in versvorm geschreven in overeenstemming met de oorspronkelijke Sanskrit tekst van Śaṅkara. Versvorm blijkt gemakkelijker onthoudbaar, vooral bij recitatie, al of niet met een melodie.

Door de steeds sterker wordende herkenning van de aangeboden kennis was het werken aan deze vertalingen zeer inspirerend, leerzaam en vreugdevol. Moge dit boek ook voor allen van betekenis zijn bij hun zoektocht naar zelfkennis.

Ik dank velen die mij op een of andere manier geholpen hebben bij de tot stand koming van de in dit boek opgenomen vertalingen, in het bijzonder Marjolein van den Houten voor haar onmisbare bijdrage in de controle en verbeteringen van de tekst.

Ferit Arav,
maart 2022

[1] *Pancikaranam en Varttikam.*

SĀDHANA PAÑCAKAM

Vijf verzen over spirituele praktijk

Voor een toelichting op dit werk, zie blz. xii.

Sādhana Pañcakam
Vijf verzen over spirituele praktijk

vedo nityamadhīyatāṁ taduditaṁ karma svanuṣṭhīyatāṁ
teneśasya vidhīyatāmapacitiḥ kāmye matistyajyatām |
pāpaughaḥ paridhūyatāṁ bhavasukhe dośo'nusandhīyatāṁ
ātmecchā vyavasīyatāṁ nijagṛhāttūrṇaṁ vinirgamyatām || 1||

1.

Bestudeer dagelijks spirituele teksten (Veda's)
en breng hun leringen in praktijk.
Draag al je daden op aan het Opperste Zelf
en neem afstand van begeerten in de geest.
Wis de opgehoopte zonden in je hart uit
en besef de vergankelijkheid van wereldse geneugten.
Zoek telkens de eenheid met het Zelf op
en neem afstand van je identificatie met het beperkte.

saṅgaḥ satsu vidhīyatāṁ bhagavato bhaktirdṛḍhā"dhīyatāṁ
śāntyādiḥ paricīyatāṁ dṛḍhataraṁ karmāśu santyajyatām |
sadvidvānupasṛpyatāṁ pratidinaṁ tatpādukā sevyatāṁ
brahmaikākṣaramarthyatāṁ śrutiśirovākyaṁ samākarṇyatām || 2||

2.

Neem je toevlucht tot het gezelschap van wijzen
en blijf gevestigd in toewijding tot het Opperste Zelf.
Cultiveer deugden als vrede en geduld
en vermijd zelfzuchtige handelingen.
Zoek het gezelschap van een leermeester op
en wees hem dagelijks dienstbaar.
Richt je tot het Onveranderlijke alleen
en luister met aandacht naar verklaringen in geschriften.

vākyārthaśca vicāryatāṁ śrutiśiraḥ pakṣaḥ samāśrīyatāṁ
dustarkātsuviramyatāṁ śrutimatastarko'nusandhīyatām |
brahmāsmīti vibhāvyatāmaharahargarvaḥ parityajyatāṁ
dehe'haṁmatirujhyatāṁ budhajanairvādaḥ parityajyatām || 3||

3.

Reflecteer op de betekenis van verklaringen in geschriften
en zoek je toevlucht tot de waarheid verwoord daarin.
Mijd zinloze twistgesprekken,
maar volg de onderscheidende inzichten in de geschriften.
Wees onafgebroken gewaar van jezelf als 'Ik ben het Absolute, Brahman'
en doe afstand van trots.
Geef de illusoire gedachte 'Ik ben het lichaam' op
en geef de neiging om met wijzen te redetwisten op.

kṣudvyādhiśca cikitsyatāṁ pratidinaṁ bhikṣauṣadhaṁ bhujyatāṁ
svādvannaṁ na tu yācyatāṁ vidhivaśātprāptena santuṣyatām |
śītoṣṇādi viṣahyatāṁ na tu vṛthā vākyaṁ samuccāryatāṁ
audāsīnyamabhīpsyatāṁ janakṛpānaiṣṭhuryamutsṛjyatām || 4||

4.

Honger heelt kwalen,
wees matig met voedsel.
Hunker niet naar kostelijk voedsel
en wees tevreden met wat ongevraagd tot je komt.
Doorsta alle paren der tegenstellingen zoals hitte en kou
en mijd onnodig praten.
Wees altijd onaangedaan, reken niet op vriendelijkheid van anderen
en bega geen wreedheid jegens anderen.

kṣudvyādhiśca cikitsyatāṁ pratidinaṁ bhikṣauṣadhaṁ bhujyatāṁ
svādvannaṁ na tu yācyatāṁ vidhivaśātprāptena santuṣyatām |
śītoṣṇādi viṣahyatāṁ na tu vṛthā vākyaṁ samuccāryatāṁ
audāsīnyamabhīpsyatāṁ janakṛpānaiṣṭhuryamutsṛjyatām || 5||

5.

Leef eenzaam in blijdschap
en bedaar je geest door je aandacht op het Opperste Zelf te houden.
Wees het alles doordringende Zelf gewaar
en besef de vergankelijkheid van de wereld als een projectie daarin.
Laat door gevestigd te blijven in het Zelf oude karma zich oplossen
en geen nieuw karma zich vormen.
Leef op deze wijze volledig in het pure gewaarzijn
van het Opperste Zelf, Brahman, alleen.

* * *

ĀTMABODHA

Zelfkennis

Voor een toelichting op dit werk, zie blz.xii.