

# Ashtavakra Gita

**Bewerking / Vertaling / Voorlezer Audioboek: Stefan Hogendoorn**

HOOFDSTUK 1 - BEWUSTZIJN  
HOOFDSTUK 2 - VRIJHEID  
HOOFDSTUK 3 - WIJSHEID  
HOOFDSTUK 4 - EENHEID  
HOOFDSTUK 5 - OPLOSSEN  
HOOFDSTUK 6 - HET ZELF  
HOOFDSTUK 7 - HET ABSOLUTE  
HOOFDSTUK 8 - WAARHEID  
HOOFDSTUK 9 - KEUZELOOS GEWAARZIJN  
HOOFDSTUK 10 - ONTHECHTING  
HOOFDSTUK 11 - INZICHT  
HOOFDSTUK 12 - GEMOEDSRUST  
HOOFDSTUK 13 - GELUK  
HOOFDSTUK 14 - LEEGTE  
HOOFDSTUK 15 - RUIMTE  
HOOFDSTUK 16 - OVERSCHRIJDEN  
HOOFDSTUK 17 - MEESTERSCHAP  
HOOFDSTUK 18 - DE MEESTER  
HOOFDSTUK 19 - HET EIGEN LICHT  
HOOFDSTUK 20 - ZIJN

## HOOFDSTUK 1 - BEWUSTZIJN

Janaka sprak:

1.1

Heer, zeg me,  
hoe vind ik inzicht in de waarheid,  
hoe bevrijding  
en de kracht om van alles te onthechten?

Ashtavakra sprak:

1.2

Vriend,  
als jouw levensdoel bevrijding is,  
mijd dan alles wat de zintuigen waarnemen  
en koester onbaatzuchtigheid,  
eenvoud, mededogen,  
gemoedsrust en oprechtheid.

1.3

Jij bent niet de aarde, noch  
water, vuur, lucht of ether.  
Weet dat jij het Zelf bent,  
getuige van dit alles  
en niets daaraan verwant.  
Dat is de weg naar vrijheid.

1.4

Ontstijg uit de lichamelijke vorm  
en vestig in het bewustzijn.  
Je zult je innerlijk verheugen,  
verblijven in vrede en  
van alle waanzin zijn bevrijd.

1.5

Jij behoort niet tot een kastensysteem  
noch kenmerkt een status jou.  
Je bent niet waarneembaar, voor de zintuigen  
ben jij enkel getuige:  
voor eeuwig ongebonden, ongevormd,  
wees gelukkig!

1.6

Jij al doordringend wezen!  
Goed, kwaad, plezier of pijn:  
dit alles vindt plaats in het verstand,  
jouw Zelf hangt er niet mee samen.  
Je bent geen dader noch slachtoffer  
Dus jij bent altijd vrij.

1.7

Aan alles geef alleen jij zelf betekenis:  
in onverdeeldheid ligt jouw vrijheid.  
Maar plaats je je gehechtheid boven jouw Zelf,  
dan schep je een schijnrealiteit.

1.8

Het ego dat zegt "Ik ben de dader (of doener)"  
is een grote zwarte gifslang,  
het inzicht "De dader (of doener) ben ik niet"  
is het werkelijke levenselixer.  
Dit erkennen brengt innerlijke rust.

1.9

Het duistere woud van onwetendheid  
bergt pijn:  
Brand het plat met de gedachte "Ik ben  
het ene, eeuwig pure bewustzijn".

1.10

Jij bent het Eenheidsbewustzijn:  
opperste gelukzaligheid,  
in een wereld die zich vertoont als beeld,  
zoals een stuk touw voor slang kan worden gezien.  
Wees gelukkig!  
Dit is wat jij werkelijk bent!

1.11

Wie zich onthecht  
raakt bevrijd,  
wie zich onbeweegbaar acht  
blijft gehecht.  
"Je bent wat je denkt",  
luidt een wijs gezegde.

1.12

Het Zelf lijkt hand in hand te gaan met het Zelf.  
maar het Zelf is alles doordringend en volmaakt,  
open, enkelvoudig Zijn,  
zonder handelen, aan niets gebonden,  
geheel voldaan.

Het is de getuige van alle dingen

1.13

Wees onophoudelijk bewust  
van het onveranderlijke gewaarzijn,  
het Zelf, één zijn, dus geen twee.  
Zoek niet binnen noch buiten  
naar de samenhang in Zelf en niet-Zelf;  
in onze persoonlijkheid, het verstand, vind je het niet.

1.14

Broeder,  
de identificatie met het lichaam  
heeft je lang genoeg geketend.  
Snijd jezelf hiervan los en wees simpelweg  
blij met de kennis dat je bewustzijn bent

1.15

Je bent volkomen onafhankelijk,  
niets hoeft er te gebeuren;  
alle wijsheid draag je al in je  
en in niets kom je tekort.  
Je hecht je slechts door in het verstand  
te zoeken naar bevrijding.

1.16

Het universum is van jou doordrongen  
zoals het tevens in jou huist.  
Luister, van nature ben jij  
onvoorwaardelijk gewaar.  
Houdt aan niets anders vast dan het bewustzijn

1.17

Jij bent ongeconditioneerd:  
onveranderbaar en kalm,  
zonder vorm noch afmeting,  
onverstoorbaar grenzeloos gewaar,  
Je bent enkel bewustzijn.

1.18

Weet,  
al wat vorm heeft is onwerkelijk,  
slechts het vormloze is duurzaam.  
Door dit weten van waarheid,  
zul je niet meer verleidt worden  
om in het oude te vervallen

1.19

In en om de spiegel,  
bevindt zich steeds de reflectie.  
Zo is er ook in en om het lichaam  
de reflectie van God in alles.

1.20

Zoals de meest verfijnde ruimte  
zowel met, als zonder glazen pot verblijft,  
zo verblijft elk verschijnsel  
in het alomvattende bewustzijn

## HOOFDSTUK 2 - VRIJHEID

Janaka sprak:

2.1

Tot nu toe heb ik mezelf voor de gek gehouden,  
maar nu ben ik vlekkeloos en heb ik vrede  
Ik ben gewaar, wakker, zuiver weten  
en aan de wereld voorbij

2.2

Zoals ik alleen, met mijn Licht  
dit lichaam vertoon,  
zo openbaar ik deze ook  
aan het universum:  
oftewel ik behuis het alleen,  
oftewel het bestaat niet.

2.3

Nu dat ik mijn lichaam achterlaat,  
evenals al het andere,  
aanschouw ik het hoogste Zelf,  
dat zich in alles openbaart

2.4

Zoals golven, het schuim en de bubbels  
niet van het water zijn gescheiden,  
Zo is ook alles dat je uitstraalt vanuit het Zelf  
niet anders dan het Zelf.

2.5

Zoals een stoffen doek van dichtbij  
niet meer dan uit draad blijkt te bestaan,  
zo blijkt ook het universum van dichtbij  
niets anders dan het Zelf te zijn.

2.6

Zoals het sap van suikerriet  
naar suiker smaakt,  
Zo zal alles vanuit mij,  
niets anders dan het Zelf produceren

2.7

Vanuit ontkenning van het Zelf ontstaat de wereld  
en bij kennis van het Zelf,  
verschijnt deze niet meer.

Van de ontkenning van het touw, zul je het  
voor een slang aan zien. Door kennis van  
het zelf, zal dit niet langer meer het geval zijn

2.8

Mijn aard is licht,  
niets dan licht.  
Waarlijk, dit licht van Zelf  
schept elk bestaan.

2.9

Wonderlijk hoe heel de wereld  
als illusie in mij ontstaat, net als:  
zilverglans in paarlemoer,  
een slang dat een stuk touw blijkt te zijn,  
of een waterplas die lijkt te glinsteren vanwege de zon

2.10

Uit Mij komt de wereld voort,  
in Mij leeft en lost zij ook op:  
zoals kruiken uit klei bestaan,  
golven uit water en  
een armband uit goud.

2.11

Hoe fantastisch ben ik!  
Hulde aan mijzelf  
Ik ben onbederflijk.  
Als heel de wereld wordt vernietigd,  
van Brahma tot het laatste kluitje gras,  
dan blijf ik -het Zelf- over.

2.12

Schitterend ben Ik!  
Hulde aan mijzelf  
die één is,  
Ook al heb ik een lichaam,  
toch ben ik één.  
Ik kom niet, ik ga niet,  
ik verblijf in het tijdloze  
en ik ben overal

2.13

Schitterend dit Ik!  
Hulde aan mijzelf  
die zo kundig is  
dat ik vormloos  
het eeuwige alles vorm.

2.14

Schitterend, dit Zelf!  
Hulde aan mijzelf  
die niets bezit en tóch beschikt  
over alle gedachtes en het denken.

2.15

In werkelijkheid bestaat in mij  
geen kennis, het kenbare of een kenner.  
Een misverstand, een illusie  
Ze bestaan alleen zolang het 'ik'  
niet herkend wordt.

2.16

Het duale denken  
vormt de wortel van al het lijden.  
Ik beseft dat er geen voorwerp echt bestaat  
en dat ik werkelijk Eenheid ben:  
zuiver en puur bewustzijn.

2.17

Ik ben een en al bewustzijn,  
uit onwetendheid  
waande ik me in de illusie van gebondenheid.  
Door op deze manier doorlopend te reflecteren,  
is mijn zoekende deel opgelost.

2.18

Voor mij is er hier geen gehechtheid noch bevrijding  
De illusie is zijn basis kwijt en is gestaakt.  
Werkelijk alles bestaat in mij,  
hoewel het tegelijkertijd niet in mij bestaat

2.19

Ik weet nu zeker:  
onwezenlijk zijn lijf en vorm.  
Het Zelf is een en al gewaarzijn,  
wie scheidt er nog wereldbeeld?

2.20

Lichaam, hemel, hel,  
hechting, vrijheid of verschrikking  
allemaal bedacht;  
niets kan mij deren.  
Ik ben het Zelf,  
puur Bewustzijn is mijn natuurlijke staat.

2.21

Nergens zie ik onderscheid,  
zelfs niet in een menigte van mensen.  
Dus waarom zou ik mij hechten?  
Het levert niets op.

2.22

Ik ben het lichaam niet  
noch de bezitter: puur Gewaarzijn.  
Het was mijn dorst naar leven  
die mij gehecht hield

2.23

Het is waarlijk in de oneindige oceaan  
van mezelf, dat alles plots ontstaat in de wind  
van het bewustzijn, door de kleurrijke golven  
van de wereld.

2.24

In de oneindige oceaan van mijzelf,  
als de wind van gedachten afneemt,  
zinkt de koopman met zijn schip,  
met alles waar hij gezag over had

2.25

Schitterend hoe, in dit grenzeloos geheel  
van mijzelf, de golven van het leven op komen  
en samen ineen vallen, spelen en verdwijnen  
in één lijn met de oorsprong.

### **HOOFDSTUK 3 - WIJSHEID**

Ashtavakra sprak:

3.1

Jou is duidelijk dat het Zelf  
in de kern één is, onverwoestbaar.  
Als in en door jou de wijsheid heen stroomt,  
waarom zou je dan nog plezier zoeken in materialisme?

3.2

Als kennis over het Zelf ontbreekt,  
vind men het plezier in de perceptie  
van het zintuiglijke genot.  
Het is net als dat je -vanuit onwetendheid-  
zilver voor paarlemoer aanziet

3.3

Alles welt op als golven in de zee.  
Als je het Zelf kent en herkend  
dat je dat bent, waarom dan blijven  
zoeken als iemand die in nood is?

3.4

Wanneer je hebt begrepen  
dat jij niets meer dan bewustzijn bent,  
stralend, weergaloos mooi!  
Waarom zou je je dan door lust  
laten begoochelen?

3.5

Vreemd dat de wijze die beseft  
dat al het leven leeft in het Zelf  
en het Zelf in al het leven,  
zichzelf nog steeds van alles toe eigenen.



3.6

Vreemd dat degene die zich  
in de waarheid vestigt van geen twee  
en alles op de bevrijding inzet,  
tóch de individualiteit voortzet  
en deze blijft voortbestaan.

3.7

Onbegrijpelijk hoe, als het lijf verzwakt  
en de dood nadert,  
men nog steeds slaaf van het verlangen blijft,  
wetende hoe dit verlangen de bevrijding hindert.  
Zelfs als men hiervan bewust is.

3.8

Vreemd dat hij zich niet druk maakt  
over wat er dit of het volgende leven volgt.  
Ook omdat hij het verschil kent tussen wat  
blijft en datgene wat voorbij gaat.  
Tóch wordt nog steeds de ware vrijheid geschuwd

3.9

De wijze, innerlijk sereen,  
beleeft het onvoorwaardelijke en onveranderlijke Zelf.  
Uit lovende woorden haalt hij geen plezier  
noch teleurstelling.

3.10

De bewuste persoon ziet zijn eigen lichaam  
alsof het van een ander is.  
Dus, hoe kan hij nog verstoord worden  
door goed- of afkeuring.

3.11

Inzien dat deze wereld een illusie is,  
komt vanuit een diep en helder besef.  
Er verwondert hem niets meer.  
Waarom nog bang zijn voor de dood?

3.12

Vanuit een zuiver hart,  
verlangt hij nergens naar,  
onder geen enkele omstandigheid.  
Hij heeft niets anders nodig dan het Zelf  
Wie voldoet aan deze omschrijving?

3.13

Standvastig, wetend dat hetgeen waargenomen  
is, in wezen niet bestaat.  
Waarom zou hij het een boven het ander prefereren?

3.14

Hij is vrij van dualiteit.  
Hij is vrij van begeerte en heeft  
zich onthecht van het zintuiglijk waarnemen.  
Plezier of pijn,  
wat er ook op zijn pad komt,  
het deert hem niet meer

## HOOFDSTUK 4 - EENHEID

Ashtavakra sprak:

4.1

Is het ware Zelf verworven  
dan ziet men het spel van het leven.  
Een dwaas die strompelt,  
net als een lastdier,  
rond over deze aarde.

4.2

De zoeker is niet ingenomen,  
raakt zelfs niet in vervoering.  
Zelfs niet in de extatische toestand,  
waarnaar Indra (Indische God van de oorlog)  
en andere goden in hun ongelukkige  
staat naar verlangen.

4.3

Wie in waarheid is gevestigd  
wordt niet geroerd door goed of kwaad,  
zoals de hemel zich niet bekommert  
om hoe het wolkendek het licht ontnemt.

4.4

De ruim bezielde, zuiver van hart,  
die alles doorleeft heeft  
als zijnde niets dan het Zelf,  
wordt nergens door gestuurd.

4.5

Van alle soorten schepselen,  
van de schepper tot een grasspriet,  
is alleen de wijze sterk genoeg  
om het verlangen en de afkeer  
te elimineren.

4.6

Zeldzaam is de man  
die zichzelf kent als de non duale heer van de schepping,  
die dit doorziet en voor niets meer bang is.  
Hij weet immers dat hij het Zelf is.

## **HOOFDSTUK 5 - OPLOSSEN**

### 5.1

Je bent aan niets gehecht.  
Niets kan je raken.  
Wat zou je op moeten geven?  
Breng het complexe organisme tot rust,  
laat alles los, dan vind je vrede.

### 5.2

Alles manifesteert zich in jou,  
net als belletjes uit de zee.  
Weet, je bent het Zelf  
Weet dat je één bent.  
Los jezelf op.

### 5.3

Hoewel het voor je ogen verschijnt,  
dit alles onecht echt is,  
bestaat het niet in jou  
Jij bent zuiver.  
Het is een verschijning zoals je een  
slang in een touw kunt zien.  
Los jezelf op.

### 5.4

Onberoerd door plezier en pijn,  
hoop en teleurstelling,  
leven en dood:  
Je bent het absolute.

## **HOOFDSTUK 6 - HET ZELF**

### 6.1

Ik ben onbegrensde ruimte,  
de wereld is als een leeg vat.  
Dit weten is waarheid.  
Accepteer niets, verwerp niets,  
Er is niets om op te lossen

### 6.2

Ik ben de grote oceaan  
waar werelden als golven zijn.  
Dit weten is de waarheid.  
Er is niks om je aan vast te klampen,  
niets om los te laten,  
er is niets om op te lossen

### 6.3

Ik ben het paarlemoer,  
de wereld is als de zilverschijn; een illusie  
Dit weten is kennis.  
Er is niets om af te wijzen,  
er is niets om aan te hechten.  
Er is niets om op te lossen.

### 6.4

Ik ben in alles.  
Alles bestaat in mij.  
Dit weten is kennis.  
Er is niets om te omarmen,  
er is niets om los te laten.  
Er is niets om op te lossen.

## HOOFDSTUK 7 - HET ABSOLUTE

### 7.1

In mij, een grenzeloze oceaan.  
In de ene of andere richting,  
blaast er voortdurend een veranderlijke wind  
het schip van de wereld voort.  
Dit ontmoedigd mij niet.

### 7.2

Ik ben de grenzeloze diepte  
waarin de golven van alle werelden  
vanzelf komen en vanzelf weer gaan.  
Ik win of verlies er niets mee.

### 7.3

Het is de grenzeloze oceaan van mezelf,  
waarin het verstandelijke plaatsvind.  
Voorbij elke vorm, eeuwig onbewogen.  
Desondanks besta ik.

### 7.4

Mijn natuurlijke staat van zijn  
zit hem niet in voorwerpen,  
noch bestaan de voorwerpen in mij,  
want deze is oneindig en vlekkeloos.  
Dus is het onthecht, zonder verlangen  
en in rust, zo zal ik verder verblijven.

### 7.5

Ik ben puur bewustzijn, niet meer dan dat.  
De wereld is als de show van een goochelaar.  
Maar in mij niets wat zich toekent of afwijst.  
Er is niets om te omarmen noch de rug  
toe te keren.

## **HOOFDSTUK 8 - WAARHEID**

### 8.1

Gehechtheid is daar wanneer het verstand naar iets verlangt, over iets rouwt, iets weigert, vasthoud, tevreden of ontevreden over iets is...

### 8.2

Bevrijding is wanneer het verstand naar niets meer verlangt, om niets meer rouwt, iets weigert, aan iets vasthoud en niet tevreden noch ontevreden over iets is

### 8.3

Gehechtheid is wanneer het verstand met één van de zintuigen verstrengeld is en dus bevrijd is wanneer er geen verstrengeling met de zintuigen is.

### 8.4

Wanneer er geen 'van mij' is, dan is dat de bevrijding.  
Wanneer er wel een 'van mij' is, dan is er gehechtheid.  
Overweeg dit eens voorzichtig, houd je aan niets vast en verwerp niets.

## **HOOFDSTUK 9 - KEUZELOOS GEWAARZIJN**

### 9.1

Wanneer je weet dat de dualiteit tot niets is gereduceerd, of dat dit vanuit de persoon verschenen is, dan kun je vanuit het hier en nu voorbijgaan aan de verloocheining en de verplichtingen die uit verschilligheid zijn ontstaan.

### 9.2

Broeder,  
Zeldzaam en gezegend zijn degene die de weg van de mens gadeslaat en het verlangen naar kennis en genot naar het Zelf opgeeft.

9.3

Niets is voor altijd , niets is wat het lijkt

Er is niets anders dan lijden.

Een driedubbele kwelling!

Nog erger dan erg.

Geeft het op.

Word stil, besef dit.

9.4

Wanneer was er die periode, die tijd

van het leven waar de dualiteit niet

bestond?

Als je deze verbant, dan vind je geluk

en zie je alles als perfect.

9.5

Meesters, heiligen, filosofen;

Ze vertellen allemaal iets anders.

Wie zich dit realiseert

en stopt met het zoeken,

zal vanzelf de rust vinden.

9.6

De ware meester heeft zonder voorkeur

evenwichtig en doordrongen,

inzicht in de werkelijkheid

en wordt nooit meer geboren.

9.7

Als je de transformatie

gewoon ziet als niet meer

dan de elementen, dan zou je

direct bevrijd zijn van alle hechtingen

en word je bevestigd in jouw natuurlijke staat

9.8

De wereld is niet meer dan een schijnrealiteit.

Doorzie het.

Laat de illusie los,

laat de wereld los,

wees vrij!

## **HOOFDSTUK 10 - ONTHECHTING**

10.1

Verban het verlangen, de vijand,

samen met persoonlijke winst

springen deze voortdurend op om de weg

naar deugdzaamheid te blokkeren.

Klamp je nergens aan vast

en bevrijd jezelf hiervan.

10.2

Zie vrienden, eigendom, bezit en woning,  
echtgenoot, geluk en succes  
niet anders dan een droom of goocheltruc.  
Geef ze een paar dagen en ze zullen verdwijnen

10.3

Weet,  
zolang er gemis heerst  
krijgt de wereld haar gezag.  
Laat je niet meeslepen in het onthecht Zijn;  
bevrijd jezelf van gemis en vind de vervulling.

10.4

Begeerte vormt het enige gevang,  
lost die op, dan ben je vrij.  
Wees onthecht van de wereld  
en verwerf zo het eeuwigdurend geluk.

10.5

Jij bent één, zuiver bewustzijn.  
De wereld bestaat niet, het is koud en levenloos.  
Zelfs onwetendheid is waardeloos,  
want wat zou je dan nog willen weten?

10.6

Tijdens talloze vorige levens  
hechte jij je aan eigendom,  
het nageslacht, vrouw, lichaam, plezier.  
Waar zijn al die dingen Nu?

10.7

Voorspoed, genot en goede werken:  
laat het eindelijk voorbij zijn;  
zij schenken geen gemoedsrust  
in het donkere en schimmige woud van de wereld.

10.8

Wat heb je toch hard gewerkt.  
Leven na leven, jouw lichaam, geest en woorden  
in de meest pijnlijke bochten gewrongen.  
Stop er nu eens eindelijk mee!

## **HOOFDSTUK 11 - INZICHT**

11.1

Onbewogen en onverstoord,  
realiserend dat zijn, niet zijn  
en verandering  
een natuurlijk iets is.  
Eentje die met gemak vrede vindt.

## 11.2

Zeker wetend dat de schepping  
voortkomt uit de Ene bron  
en anders niet,  
hoeft men zich niet druk te maken,  
aan niets te klampen.

## 11.3

Er zullen altijd momenten zijn  
van voorspoed en tegenslag.  
Wanneer je dat beseft,  
dan zal je niet meer verlangen,  
niet meer treuren,  
zul je vrij zijn van gehechtheid.

## 11.4

Alles wat je doet, leidt tot plezier  
of pijn, tot leven of dood.  
Als je dit beseft,  
dan zul je als vrij mens handelen,  
zonder je ergens aan te hechten.

## 11.5

Realiserend dat lijden uit  
niets anders komt dan gedachten.  
als je je dat beseft, dan zul je er vrij van zijn  
en dan lost het verlangen op.  
Je zult dan stil en gelukkig zijn.

## 11.6

“Ik ben het lichaam niet  
noch zijn bezitter,  
ik ben bewustzijn zelf.”  
Wie deze wetenschap verwerft  
betreedt het absolute  
en denkt niet meer aan  
wat al dan wel of niet gedaan moet worden.

## 11.7

“In alles leef ik werkelijk,  
van Brahma tot de kleinste spriet.”  
Dit weten verlost van zoeken en verbeelding,  
schenkt echtheid en gemak,  
bevrijdt van hechting aan de geest.

## 11.8

Besef je dat dit universum  
- wonderlijk en menigvuldig -  
geen enkele bestaansgrond heeft,  
dan valt er niets te wensen.  
Puur bewustzijn vindt vervulling in Zichzelf.



## HOOFDSTUK 12 - GEMOEDSRUST

### 12.1

Als eerst doorzag ik fysiek handelen,  
toen onnodig praten,  
daarna gedachten.

Zo werd gemoedsrust mijn verblijf.

### 12.2

Elke hechting aan geluid  
of andere zintuiglijke waarnemingen liet ik varen,  
ook aan het Zelf,  
dat immers onverklaarbaar is.

Mijn geest nu onberoerd, niet afgeleid,  
nu is gemoedsrust mijn Verblijf.

### 12.3

Meditatie is alleen vereist  
waar afleiding de geest verleid.

Vanwege dit besef,  
is gemoedsrust mijn Verblijf.

### 12.4

Wijze heer,  
ik ben niet bezig  
met wat neigt naar voor of tegen;  
niets maakt me blij of stelt teleur.

Zo is gemoedsrust mijn Verblijf.

### 12.5

Het maakt me niets uit  
of ik de vier stadia van het leven  
te gadesla, of er juist aandacht aan schenk.  
Meditatie, anders beheersing van de geest,  
Zijn niets anders dan afleiding.

In gemoedsrust vind ik mijn verblijf.

### 12.6

Een daad verrichten of nalaten,  
beide komen voort uit blindheid.

Dit is mij volkomen helder.

Zo is gemoedsrust mijn verblijf.

### 12.7

De poging te bedenken  
wat buiten het denkvermogen valt  
schept slechts opnieuw gedachte.

Zodra ik zulke bedenkzels opgeef,  
is gemoedsrust mijn verblijf.

12.8

Gezegend wie zich in deze rust vestigt.  
Zij leven hun ware aard.

### **HOOFDSTUK 13 - GELUK**

13.1

De innerlijke vrijheid van het niets hebben  
is moeilijk te verwezenlijken.  
Zelfs met niet meer dan een lendendoek.  
Ik zeg nergens ja tegen en  
ik verwerp niets en ik leef gelukkig.

13.2

Het lichaam trilt, de tong hapert,  
het verstand is afgemat.  
Ik laat het allemaal achter me,  
Ik leef zoals het me toekomt en  
vervolg mijn weg in vreugde

13.3

Beseffend dat het Zelf niet handelt  
doe ik wat zich aandient  
en leef ik gelukkig.

13.4

Actief, passief,  
dat geldt voor wie zich aan het lichaam hecht.  
Daarvan onthecht of ervan vervreemd,  
leef ik gelukkig.

13.5

Goed noch kwaad bekruipt mij  
in slaap, stilstand of beweging.  
Of ik nu ga, lig of sta,  
ik leef gelukkig.

13.6

Of ik nu vecht of rust,  
er valt niets te winnen, noch te verliezen.  
Mij boeien verlies of succes niet:  
ik leef gelukkig.

13.7

Voldoening blijkt in al zijn vormen  
te komen en te gaan.  
Hoe vaak heb ik hier niet de veranderingen  
van ervaren.  
Nu heb ik goed en slecht achter mij gelaten  
en leef ik gelukkig.

## HOOFDSTUK 14 - LEEGTE

### 14.1

Mijn geest is van nature leeg.  
Zelfs wanneer ik slaap ben ik wakker.  
Zonder te denken, denk ik na.  
Alle indrukken die ik van de wereld heb,  
zijn in het niets opgelost.

### 14.2

Als begeerte is gesmolten,  
waarom zou ik me druk maken om geld?  
Vanwege het bedriegen van de zintuigen?  
Vanwege vrienden, kennissen of heilige boeken?

### 14.3

Nu ik het hoogste Zelf heb leren kennen  
als getuige en als God,  
ken ik geen hang naar vrijheid meer  
noch angst voor gehechtheid.

### 14.4

De verschillende staten van iemand  
die vrij van innerlijke onzekerheid is en wie  
openlijk dwaalt zoals het een dwaas pleziert,  
kan alleen herkend worden  
door iemand die zich in dezelfde staat verkeert.

## HOOFDSTUK 15 - RUIMTE

### 15.1

Wie puur van hart is  
vindt het hoogste levensdoel,  
welke weg hij ook volgt.  
Degene wiens hart verduisterd is,  
zal de rest van zijn leven blijven zoeken.

### 15.2

Laat je je vrijheid niet afnemen  
door de begoocheling van de zintuigen.  
Het gehecht zijn is erg geliefd door de zintuigen.  
Als je dit doorziet, dan kun je leven zoals je wilt.

### 15.3

Als je dit begrijpt, dan zal de drukke,  
slimme man, met al zijn mooi praatjes  
stil worden.  
Doe niets, wees stil.  
Het is geen verrassing dat zij, die liever dwalen  
in een wereld van genot, dit inzicht verafschuwen.

15.4

Jij bent je lichaam niet  
en je bezit je lichaam niet,  
zoals je ook niet handelt  
of de vruchten ervan plukt.  
Jij bent bewustzijn zelf,  
tijdloos, getuige, vrij!  
Waar je ook bent, wees gelukkig.

15.5

Voorkeur, afkeur:  
beiden kenmerken van het verstand,  
maar je bent niet jouw verstand.  
Je bent het keuzeloos gewaarzijn zelf,  
dus onveranderbaar, dus wees gelukkig

15.6

Jezelf herkennen in alle wezen en  
alle wezens in jezelf, wees gelukkig.  
Vrij van 'ik', vrij van 'mijn'.  
Besef dat je vrij bent.

15.7

Jij bent bewustzijn,  
in jou verschijnt de wereld,  
zoals de golven in de zee verschijnen.  
Bevrijd jezelf dus uit  
de mallemolen van het leven..

15.8

Heb vertrouwen, mijn dierbare  
en laat je niet misleiden!  
Jij bent Heer van het heelal.  
Jij bent het hart van het kennen zelf,  
voorbij aan al het stoffelijke.  
Niets is er dan het Zelf.

15.9

Het lijf ontstaat, bestendig en vergaat,  
aan condities onderhevig.  
Er is geen reden om hierover te rouwen  
over een Zelf dat komt noch gaat.

15.10

Het maakt niets uit  
of het lichaam eeuwig voort bestaat,  
of dat het vandaag vergaat.  
Je bent zuiver bewustzijn.

15.11

Je bent een eindeloze zee, waarin alle werelden,  
als golven, spontaan komen en weer gaan.  
je hebt niets te winnen en niets te verliezen.

15.12

Broeder, jij bent een en al gewaarzijn,  
de wereld verschilt in niets van jou.  
Hoe kom je er dan bij dat je haar  
kunt vasthouden of loslaten?

15.13

Je bent de heldere ruimte van bewustzijn,  
zuiver en stil, waarin de geboorte niet bestaat.  
Geen streven, geen 'ik'.  
Je bent één en dezelfde,  
je kunt niet veranderen noch sterven.

15.14

Alles wat je waanreemt ben jij en jij alleen.  
Net zoals kettingen en armbanden allemaal  
uit hetzelfde goud gesmeed zijn.

15.15

Laat elk gevoel van scheiding varen  
zoals "Ik ben dat" of "Dit hier niet".  
Ken alles als jouw eigen Zelf,  
behoefteloos en gelukkig.

15.16

De wereld is een voortbrengsel  
van onbegrip rond de eigen aard.  
In werkelijkheid ben jij alleen.  
Geen god, geen ego: niets dan jij.

15.17

Je bent zuiver bewustzijn.  
Wie zeker weet dat alles droom  
en de wereld een illusie is,  
ontdekt belangeloos gewaarzijn.  
Zo iemand wandelt in vrede.

15.18

In de oceaan van het zijn,  
daar is er maar één.  
Iets anders dan dat ene is er nooit geweest  
en zal er ook nooit zijn.  
Je bent al waar je zijn moet.  
Waar je ook bent, wees gelukkig.

15.19

Breng geen onrust in je geest  
met gedachten van voor en tegen.  
Wees gerust en verblijf blij binnen jouw Zelf;  
de essentie van plezier.

15.20

Ontwikkel zelfs geen verstillings,  
laat niets zich klemmen in je geest.  
Jij bent vrij, het gezegende Zelf,  
Wat voor nut heeft het denken dan nog??

## HOOFDSTUK 16 - OVERSCHRIJDEN

16.1

Broeder,  
je kunt boeken en geschriften lezen,  
je kunt erover praten tot je verzadigd bent.  
Maar je kunt jezelf pas vinden,  
als je alles vergeet.

16.2

Bedenk,  
hoezeer je ook je werk of  
contemplatie waardeert,  
jouw geest zal blijven hunkeren  
naar dát wat alles overstijgt  
en elke wens zal stillen.

16.3

Menselijk gezwoeg eist zijn tol  
maar helaas, ziet men het niet.  
Wie deze lering begrijpt,  
vindt in onderricht de verlossing.

16.4

Geluk behoort niemand anders toe  
dan die super luie man  
voor wie zelfs het openen en sluiten  
van de ogen teveel moeite is.

16.5

Het ene trek je aan,  
het andere zul je verwerpen.  
Maar als de geest ophoudt met het  
ene tegenover het andere te stellen,  
dan zal aan genotzucht een einde komen.  
Om materieel bezit, religieuze plichten,  
of streven naar verlossing,  
zal je je niet langer druk maken.

16.6

Als je zintuiglijk genot najaagt,  
dan is gehechtheid het gevolg.  
Als je het verwerpt, dan zul je ervaren wat onthechting is.  
Als je nergens naar verlangt, niets verwerpt,  
dan sta je boven gehechtheid en onthechting

16.7

Zolang begeerte voortduurt,  
ontbreekt het juiste begrijpen:  
hieruit ontstaat afkeer en verlangen.  
Dat zijn de wortels en takken van de wereld.

16.8

Handelen leidt tot begeerte,  
afstand nemen van leidt tot aversie.  
De wijze mens is als een kind.  
Hij zal nooit het ene boven het andere plaatsen.  
Het is waar. Hij is als een kind.

16.9

Wie aan de wereld is gebonden  
tracht door verzaking het lijden te ontgaan.  
Maar de wijze, de ongebonden,  
lijdt ook niet vanwege de binding aan de wereld.

16.10

Als je naar bevrijding verlangt,  
maar nog steeds 'mijn' zegt  
en denk dat hij het lichaam is,  
dan ben je geen wijs mens noch een oprechte zoeker.  
Je bent dan nog steeds een mens die lijdt.

16.11

Al waren Shiva, Vishnu of Brahma jouw meester:  
Pas wanneer je alles vergeten bent,  
kun je niet vanuit het Zelf leven.

## **HOOFDSTUK 17 - MEESTERSCHAP**

17.1

Degene die gelukkig en zuiver is  
en ook genoeg aan zichzelf heeft,  
zal de vruchten van alle inspanning plukken  
en de ware wijsheid oogsten.

17.2

Als je de waarheid kent,  
dan ontstaat er nergens meer lijden,  
want jij vult het universum.

17.3

Een olifant negeert de Neemboom  
want hij is verzot op het Sallakiblad.  
Zo zal degene die zichzelf kent,  
zich niet laten verleiden door de zintuigen.

17.4

Werkelijk zeldzaam is de wijze,  
die niet hunkert naar wat streelde  
en niet mist wat nog ontbrak.

17.5

Er zijn velen in de wereld  
die streven naar genoeg  
of met het verlangen vrij te zijn.  
Maar waar vind je iemand  
die geen van beide begeert?

17.6

Slechts wie Verlichting kent  
voelt niets bijzonders  
voor edelmoedigheid of voorspoed,  
zingeving of zelfs vrijheid.  
Leven, dood -  
het deert hem niet.

17.7

Het maakt hem niet uit of de  
wereld nu vergaat of voor altijd doordraait.  
Wat hem ook ten dele valt,  
hij leeft in vreugde

17.8

Vervuld van deze kennis  
innerlijk gevestigd en voldaan  
leeft hij vervuld.  
Hij ziet, hoort, betast ruikt en proeft,  
hij is gelukkig.

17.9

Gehechtheid, onthechting, om het even  
nu de zee van de wereld verdampt is:  
de blik verinnerlijkt,  
de daden belangeloos,  
de zinnen tot rust gekomen.

17.10

Wie vrij is van beoordeling  
slaapt niet, is niet wakker,  
opent zijn ogen niet en sluit ze niet.  
Hij staat overal los van.  
Hij is vrij, waar hij zich ook bevindt

17.11

De vrije mens leeft gegrond  
in de natuurlijke staat.  
Hij is hartelijk,  
zonder belangen.



17.12

Kijkend, horend, tastend, ruikend, proevend,  
ontvangend, sprekend, wat ook ten dele valt,  
aan moeite en gemak voorbij,  
is de grote ziel waarachtig vrij.

17.13

Zonder iets goed of af te keuren,  
zonder boosheid of blijdschap,  
geeft hij niets, neemt hij niets.  
Verlangt hij niets. Helemaal niets

17.14

Laat een vlamme geliefde  
of de kille dood hem naderen:  
Hij blijft onbewogen  
en is in zijn hart geworteld.  
Dit is ware Vrijheid.

17.15

Het maakt hem allemaal niet uit,  
man vrouw, succes of tegenslag.  
Vreugde of verdriet.  
Het doet hem niets.  
Hij is in vrede.

17.16

Hij kluistert zich niet aan de wereld waan  
Hij is er aan ontstegen en is vrij  
van elke conditionering.  
Hij is zonder compassie en kent geen kwaad  
en ook geen trots noch nederigheid.  
Niets verstoort hem, niets verrast hem.

17.17

De vrije mens voelt geen afschuw  
of affectie voor objecten.  
Met voorgoed verlichte Geest  
kijkt hij onbevangen  
naar wat de zintuigen hem bieden.

17.18

De wijze mens is leeg van geest  
en bekommert zich om niets  
en heeft er geen gebrek eraan.  
Hij zetelt in het absolute  
waar goed en kwaad vereffend zijn.

17.19

Geen 'ik', geen 'mijn'.  
Hij weet dat er niets is.  
Alle verlangens zijn uitgedoofd.  
Wat hij ook onderneemt,  
hij doet niets

17.20

Nu zijn geest is opgelost,  
niet langer dromend of misleid,  
ervaart een mens van zelfkennis  
de onbeschrijfelijke staat van zijn.

## **HOOFDSTUK 18 - DE MEESTER**

18.1

Heb je ware Zelf lief.  
Dat wat van nature gelukkig is,  
vredig en stralend.  
Ontwaak in je ware natuur,  
dan verdwijnen alle illusies als  
sneeuw voor de zon.

18.2

Je schept er genoeg in  
wereldse goederen te verzamelen.  
Maar om werkelijk geluk te vinden,  
moet je alles opgeven.

18.3

Zorgen en plichtsbesef hebben als de hete zon  
je hart verschroeid.  
Maar als je de stilte laat neervallen,  
als een heerlijke koele regenbui,  
dan zal je het geluk vinden.

18.4

De wereld is niets en  
leidt geen werkelijk bestaan.  
Wat werkelijk is leeft uit Zichzelf  
- bestaand of niet-bestaand:  
van oorsprong is er geen tekort.

18.5

Het Zelf kent geen voorwaarden,  
verandert niet en kan niet falen.  
Het kent geen afstand  
en valt niet te bereiken.  
Het is altijd en werkelijk.

18.6

Als het Zelf gekend is,  
dan verdwijnen alle illusies.

Als de sluier valt,  
zie je alles helder.

Al je verdriet lost in één keer op.

18.7

Het Zelf is vrij  
en heeft het eeuwige leven.

Al het andere beeld je je in,  
meer niet.

Omdat de meester dit beseft,  
handelt hij als een kind.

18.8

Als je weet dat je het goddelijke Zelf bent  
en alles wat is en niet is,  
op perceptie is berust.

Als je uiteindelijk van begeerte bevrijd bent,  
wat blijft er dan over, om te weten, te zeggen of te doen?

18.9

Elk idee van "Dit ben ik"  
en "Dit ben ik niet"

strandt op het inzicht:

Zelf is Zelf.

Want het Zelf is alles en daar lost alles in op.

18.10

In Gemoedsrust  
is er geen afleiding noch concentratie,  
toename noch tekort aan kennis,  
geen vreugde en geen smart.

18.11

Zijn wezen is vrij van de conditionering

Winnen of verliezen,  
het maakt hem niets uit.

Alleen in een bos of in het midden van de stad.

Een God in de hemel of een eenvoudige bedelaar,  
het is hem om het even.

18.12

Hij is vrij van dualiteit.

Rijkdom of genot,  
wel of geen verplichtingen,

het is hem om het even.

Het kan hem niet schelen  
of hij wel of niets bereikt.

18.13

De zoeker die bij leven al bevrijd is,  
heeft geen verplichtingen.  
Zijn hart is nergens aan gekluisterd,  
zijn handelen is stuurloos.

18.14

De begeerloze zoeker,  
vindt geen betekenis  
in levensvorm noch universum,  
in meditatie noch bevrijding.

18.15

Jij neemt de wereld waar  
en probeert deze te overwinnen.  
Maar de meester heeft deze behoefte niet.  
Hij verlangt nergens naar,  
want hoewel hij kijkt,  
ziet hij niets.

18.16

Wie God heeft leren kennen  
zegt "Ik ben God" in meditatie.  
Maar waarop mediteert de wijze  
die geen tweede ziet?

18.17

Uit vrees voor onmacht  
bekwaamt men zich in discipline.  
Maar de verlichte wijze heeft aan het doel,  
de beheersing geen behoefte meer.

18.18

Hij gedraagt zich als iedereen,  
maar van binnen is hij anders.  
Hij ziet geen onvolmaaktheid in zichzelf,  
geen verwarring, geen behoefte aan mediteren.

18.19

Hij is wakker,  
vervuld, vrij van verlangens.  
Hij bestaat en bestaat niet.  
Hij schijnt druk in de weer te zijn,  
maar doet niets.

18.20

Hij is altijd op zijn gemak,  
of hij nu bezig is of niet.  
Hij handelt naar wat de omstandigheden  
zich aanbieden en is gelukkig.

18.21

De geest der wijze heeft geen prikkels  
die om aandacht vragen,  
of reden zijn tot oordeel of misleiding.  
Rond zijn daden past geen kader.  
Hij dwarrelt als een blad in de wind.

18.22

Hij is aan de wereld ontstegen,  
aan vreugde en aan smart.  
Zijn geest is onbewogen.  
Hij leeft alsof er geen lichaam is.

18.23

Zijn geest, rustig en zuiver  
Hij leeft vanuit de vreugde van het Zelf.  
Hij heeft geen reden iets af te wijzen  
en er is niets wat hij mist.

18.24

De van nature lege geest,  
die doet wat hij wil.  
Hij is geen gewoon mens.  
Hij vindt geen betekenis in waardering  
noch afkeuring.

18.25

Wie gevolg geeft aan een inzicht als  
"Het lichaam doet dit, niet het Zelf"  
zo iemand handelt en gebeurt er niets,  
ook al wordt er een handeling verricht.

18.26

Hij handelt als onwetende.  
Hij is vrij van het hier en nu.  
Hij gedraagt zich als gewoon mens,  
toch is hij geen dwaas.  
Hij is gelukkig en helder van geest  
en vindt zonder moeite de weg door het leven.

18.27

Vermoeid van alle grillen van de geest,  
Heeft hij eindelijk zijn rust gevonden.  
Hij weet niets, denkt niets,  
hoort niets en ziet niets.

18.28

Gezien hij niet verward is,  
mediteert hij dus niet.  
Hij is niet gebonden, hij streeft niet naar bevrijding.  
Hij ziet de wereld en weet  
dat deze een illusie is.  
Hij leeft en is als God.

18.29

Wie zelfzucht in zich bewaart,  
schept onrust, zelfs als hij stil is.  
Maar de wijze, vrij van de ik-illusie,  
is zelfs stil als er drukte is.

18.30

Hij is vrij.  
Zijn geest onberoerd door problemen,  
noch genotzucht.  
Hij is vrij van dadendrang, verlangens of twijfels.  
Hij is stil en hij straalt.

18.31

Zijn geest is niet gericht op meditatie  
of handelen.  
Zijn geest werkt of mediteert zonder doel

18.32

Een onwetend iemand raakt verbijsterd  
bij het horen van de waarheid.  
Zodra een wijs mens deze verneemt  
verinnerlijkt dit zijn bewustzijn  
al lijkt hij qua uiterlijk nóg zo dwaas.

18.33

De dwaas probeert zich te concentreren,  
om zo zijn geest te beheersen.  
De meester lijkt op iemand die slaapt.  
Hij is in zichzelf gegrond en  
heeft nergens behoefte aan.

18.34

Of hij nu bezig is of niet,  
de dwaas vindt nooit zijn rust.  
De meester vindt het,  
omdat hij de bron van dingen doorziet.

18.35

Mensen bewandelen ontelbare wegen  
in deze wereld.  
Maar ze zien het Zelf,  
de geliefden over het hoofd.  
Volkomen zuiver, bewust, zuiver  
smetteloos en vervuld,  
gaat zij de wereld te boven.

18.36

Een onwetend iemand bevrijdt zich niet  
met herhalende concentratie.  
Maar gezegend is men die het weten vrij maakt,  
en voorgoed vestigt.

18.37

Onwetend komt men niet tot goddelijkheid  
zolang men God nog wenst te kennen.  
De wijze beleeft echter het goddelijke  
zonder ook maar iets te wensen.

18.38

De dwaas heeft geen fundering.  
Zijn bezig zijn met zelfbevrijding  
houdt zijn hele wereld draaiende.  
Maar de meester heeft de wortel van  
al het lijden doorgesneden.

18.39

Dwazen zoeken bekwaam naar vrede  
maar vermoeien zich vergeefs.  
Wijzen huldigen het besef  
dat vrede in hun hart huist.

18.40

Waar is Zelfkennis  
voor wie op de uiterlijkheden leunt?  
De wijze kent geen afleiding,  
hij ziet het onveranderlijke Zelf.

18.41

De onwetende probeert vergeefs  
om het denken te beheersen.  
Maar de wijze, van het Zelf verrukt,  
daarbij gebeurt het als vanzelf.

18.42

Sommigen bevestigen dat het bestaat,  
anderen die ontkennen het.  
Zeldzaam is degene die in geen van beide gelooft.  
Alleen hij kent geen verwarring.

18.43

De dwaas weet misschien dat het Zelf  
zuiver en ondeelbaar is.  
Maar vanwege de verdwazing  
zal hij het nooit echt kennen.  
Zo zal hij een leven lang lijden.

18.44

Het verstand dat naar bevrijding verlangt,  
tast zonder enig steun in het duister.  
Maar wanneer het verstand bevrijd is,  
heeft het geen krukken meer nodig.  
Hij staat boven elke vorm van streven.

18.45

Zintuigen zijn als tijgers.

Als je als angstig mens hen in het zicht krijgt,  
dan rent hij naar de dichtstbijzijnde grot  
om zichzelf in bedwang te houden en te mediteren.

18.46

Een mens zonder verlangens is als een leeuw.

Als de zintuigen zijn aanwezigheid bespeuren,  
slaan zij op de vlucht.

Dan vluchten ze als olifanten,  
zo stil als ze maar kunnen.

En als ze er niet aan kunnen ontsnappen,  
dienen ze de leeuw als slaven.

18.47

Wie alle twijfel kwijt is  
en opgegaan is in het Zelf  
zoekt niet meer naar middelen ter bevrijding.  
Kijkend, horend, tastend, ruikend, proevend,  
leeft hij gelukkig.

18.48

Als meteen het horen van de waarheid  
de geest al zuivert, word zijn bewustzijn  
zuiver en verruimd.

Stilte, drukte of onverschilligheid,  
het is hem om het even.

18.49

De meester is als een kind.  
Hij omarmt alles wat zijn pad kruist.  
Zelfs wanneer het plezierig of onplezierig is.

18.50

Onafhankelijkheid is de weg  
naar vrede, vrijheid en vreugde.  
Op jezelf kunnen zijn  
schenkt de mens zijn hoogste staat.

18.51

Als de mens zich beseft  
dat hij niet degene is die handelt of ervaart,  
dan zullen de golven van zijn geest tot rust komen.

18.52

De Geest van een wijs mens  
is belangeloos en ongedwongen,  
hij straalt in volle glorie.  
Maar de dwaas, vol van verlangen,  
daar is geen vrede voor weg gelegd.



18.53

De wijze is vrij van de eigen geest  
en de eigen geest is vrij.  
Binnen deze vrijheid speelt hij het spel  
en heeft hij een geweldige tijd!

18.54

Wanneer de meester, een koning of  
iemand van wie hij veel houdt ontmoet, kent hij  
geen verlangens. Als hij God of een heilige  
plaats of een groot schriftgeleerde eer betoont,  
kent zijn hart geen enkel verlangen.

18.55

Hij blijft onkwetsbaar wanneer zijn dierbaren  
hem verachten of als zijn vrouw,  
zonen en kleinzonen hem bespotten.  
Zelfs als hij door zijn hele familie wordt uitgelachen,  
blijft hij onbewogen.

18.56

Pijn kwetst hem niet.  
Plezier geeft hem geen plezier.  
Alleen zijn gelijken kunnen zijn  
verheven toestand doorgronden

18.57

Hij heeft geen vorm.  
De vorm is leegte.  
Hij is onaantastbaar en zuiver.  
Hij kent niet de regels die  
hem aan de materiële wereld verbinden.

18.58

De meester doet wat hij doet  
en maakt nergens een probleem van.  
De dwaas doet niets  
en maakt overal een probleem van.

18.59

Alles wat de meester doet,  
doet hij vanuit volmaaktheid.  
Hij is gelukkig als hij zit,  
praat, eet, slaapt of komt of gaat.

18.60

Wie binnen het voorwaardelijk domein  
via zelfoverwinning  
geen gewoontes meer vertoont,  
blijft rimpelloos en flonkerend als  
een onmetelijk meer.

18.61

Zelfs het passieve, ingekeerde leven  
der illusies kent actie.

Maar een actief levend wijs persoon,  
brengt geen handelingen voort.

18.62

De dwaas spreekt vaak vanuit afkering  
over zijn bezittingen.

Onthecht je van jouw lichaam,  
sta boven voor- of afkeur.

18.63

De dwaas vindt bestaansrecht  
in het denken of juist het niet denken.

Maar de bezielde wordt belichaamd  
door het onbekende, aan het bewustzijn voorbij.

18.64

De meester is als een kind;  
al zijn handelingen zijn zonder motief.

Wat hij ook doet, hij is zuiver en  
identificeert zich nergens mee.

18.65

Gezegend is de kenner van het Zelf  
die de geest heeft overstegen,  
kijkend, horend, tastend, ruikend, proevend  
is hij altijd en overal zichzelf.

18.66

De wijze leeft als tijdloze vrede  
als de onbegrensde ruimte.

Waar is de wereld,  
waar verschijnt iets,  
waar is de verlossing en het pad?

18.67

Werkelijk, ongeëvenaard is de wijze  
die alle wensen overwon,  
grenzeloze zaligheid in zijn bestaan vindt.

Vervoering is vanzelfsprekend,  
waar het onvoorwaardelijke in beweegt.

18.68

Wat blijft er nog over?

Hij kent het absolute.

Er is geen verlangen meer naar genot of vrijheid.

Overal en altijd is hij vrij van begeerte.

18.69

Voor de grote wijze is het hele universum  
-van intellect tot levensvorm-  
niets meer dan een naam.

Wat blijft er nog over voor degene  
die zuiver volmaakt is en zich nergens meer aan hecht?

18.70

De verlichte geest die in de wereld  
niets dan verbeelding ziet  
en die bekend is met het onbekende,  
staat in een stroom van zaligheid en vrede.

18.71

Hij is ongevoelig voor de wereld van illusies.  
Dus wat betekenen regels, onthechting,  
zelfverloochening en zelfbeheersing hem?  
Hij is zuiver en het licht schijnt vanuit hem zelf.

18.72

Waar zijn gehechtheid en bevrijding,  
vreugde en smart,  
als jij oneindig straalt  
en nergens meer een conditionering in jezelf herkend?

18.73

Voordat verwezenlijking een feit is,  
kent men slechts illusies.  
De wijze zonder 'ik' of 'mijn'  
schittert en leeft onthecht.

18.74

Hij weet dat het Zelf geen dood noch lijden kent.  
Waarom zou hij zich dan nog druk maken  
over kennis of andere wereldse zaken?  
Of gedachten zoals 'ik ben het lichaam' of  
'het lichaam is mijn bezit'.

18.75

Zodra een dwaas zijn concentratie laat verslappen  
en zijn spirituele ontwikkeling opgeeft of staakt,  
dan wordt hij een speelbal van begeerte en fantasieën.

18.76

De dwaze mens houdt vast aan waan.  
Zelfs na het horen van de waarheid.  
Hij probeert dan kalm en onverdeeld te lijken,  
maar van binnen zit hij vol geestelijke verlangens.

18.77

Als de waarheid ingezien wordt, dan komt aan al het werk een einde.  
Hoewel de meester in andermans ogen  
aan het werk lijkt te zijn, is er voor hem geen enkele  
reden om iets te zeggen of te doen.

18.78

Voor de kenner van waarheid;  
onbevreesd en onwankelbaar,  
is er geen duisternis, geen licht,  
is er geen afstand,  
is er niets van welke aard dan ook.

18.79

Wat is onbevreesdheid,  
onderscheidingsvermogen of vastberadenheid  
voor de eenling die van nature onbeschrijflijk en  
zonder identiteit is?

18.80

In de ogen van de meester  
is er geen hemel en geen hel  
en zelfs geen verlossing in dit leven.  
Er bestaat geen bevrijding, er bestaat niets

18.81

De wijze verlangt niet om te slagen  
en betreurt ook het falen niet.  
Waarlijk, in zijn duurzaam stille geest  
heerst eindeloze zaligheid.

18.82

De niet gepassioneerde mens  
prijst niet het goede, noch het kwade.  
Vredig in geluk of ongeluk,  
hoeft er niets te gebeuren.

18.83

Hij hekelt de wereld niet.  
Hij is niet op zoek naar het Zelf.  
Hij is vrij van vreugde en verdriet.  
Hij behoort niet tot de levenden, noch de doden.

18.84

Hij is niet gehecht aan zijn familie  
en is vrij van zintuiglijke verlangens.  
Hij maakt zich niet druk om zijn lichaam.  
De meester heeft geen verwachtingen,  
hij is een en al licht.

18.85

Tevredenheid kenmerkt de wijze  
in alles wat op zijn weg komt.  
Naar zijn behoeften zwerft hij rond  
en rust waar de schemer valt.

18.86

Het maakt hem niet uit  
of het lijf leeft of sterft.  
Hij is geworteld in zijn eigen natuur.  
Leven of sterven van het lijf  
wekt nergens onrust.

18.87

Hij is vervuld van vreugde.  
Hij is nergens aan gehecht,  
vrij van begeerte en van niets afhankelijk.  
Er is geen twijfel, hij gaat en staat waar hij wil  
en maakt geen onderscheid.

18.88

De meester straalt als licht.  
Hij gebruikt geen 'mijn' in zijn woorden  
en maakt geen onderscheid tussen  
goud, steen of modder.  
Hij is niet gehecht aan niets doen, noch het handelen.  
Hij heeft het touw doorgesneden die zijn hart gevangen hield.

18.89

Weergaloos is de bevrijde mens  
wiens hart vrij is van verlangen:  
volkomen ongebonden  
en voorgoed vervuld.

18.90

Alleen zij die zonder verlangen zijn.  
Zien zonder te zien, spreken zonder te spreken  
en weten zonder te weten.

18.91

Zoals hij het leven ziet,  
is er geen plek voor goed of kwaad.  
Koning of zwerver, wie vrij is  
van verlangen, die straalt.

18.92

Wat is toestemming, verbod,  
en wat is toetsing van de waarheid  
voor de wijze die de eenheid zelve,  
eenvoudig en ongekunsteld is?

18.93

Hoe kan men recht doen aan het innerlijk  
van iemand die zonder verlangen is,  
die vrij van lijden  
vredig ademt in het ruime Zelf?

18.94

Vervuld in elke situatie is de wijze  
die slapend niet slaapt,  
die dromend niet droomt,  
die wakend niet wakker is.

18.95

De wijze  
is vrij van denken - al denkt hij;  
is vrij van het zintuiglijke - al beleeft hij;  
is vrij van inzicht - al beseft hij;  
is vrij van ik gevoelens - al is hij.

18.96

Hij is niet gelukkig en niet ongelukkig,  
hij is niet gehecht en niet onthecht,  
hij is niet bevrijd en niet beperkt,  
hij is niet dit en ook niet dat.

18.97

Hij raakt zelfs in bekoring niet bekoord,  
zelfs in meditatie niet meditatief,  
zelfs in lusteloosheid niet lusteloos,  
zelfs in geleerdheid niet geleerd.

18.98

De verwerkelijkte vrije mens,  
onophoudelijk in het Zelf,  
zonder benul van plicht of actie,  
is verlangenloos;  
hij oordeelt niet over hetgeen hij wel of niet heeft gedaan.

18.99

Kritiek doet hem niets, bijval eveneens.  
Hij hecht aan het leven net zo weinig waarde als de dood.

18.100

Zijn geest is onbewogen.  
Hij zal niet naar de stilte van het bos verlangen,  
of voor het alledaagse vluchten.  
Hij is altijd en overal onveranderlijk zichzelf.

## **HOOFDSTUK 19 - HET EIGEN LICHT**

19.1

Met het pincet van de waarheid,  
heb ik de doornen van al mijn vooroordelen  
uit de donkere hoeken van mijn hart getrokken

19.2

Ik verblijf in mijn eigen grootsheid.  
Plezier of genot, plichtsbesef of vrij van onderscheid,  
Dualiteit of non dualiteit; wat zegt mij dit nog?

19.3

Verblijvend in mijn eigen grootsheid:  
waar is dan nog verleden, heden, toekomst,  
waar ruimte of de oneindigheid?

19.4

Verblijvend in mijn eigen grootsheid:  
waar is het Zelf of het niet-Zelf,  
waar het goed of kwaad,  
hoop of zorg?

19.5

Verblijvend in mijn eigen grootsheid:  
waar is het waken,  
het dromen,  
waar de diepe slaap,  
waar is het zalig bewustzijn dan  
en waar heeft angst nog betekenis?

19.6

Verblijvend in mijn eigen grootsheid:  
waar is dan nog grofheid of verfijning,  
waar afstand of nabijheid,  
waar het innerlijke, waar uiterlijke?

19.7

Verblijvend in mijn eigen grootsheid:  
waar is dan nog de dood of het leven,  
waar de werkelijkheid of betrekkelijkheid,  
waar belemmering, waar de verlossing?

19.8

Verblijvend in mijn eigen grootsheid:  
Wat valt er nog te spreken  
over een levensdoel, eenheid, wijsheid,  
nu ik met mijn hart versmolten ben?

## **HOOFDSTUK 20 - ZIJN**

20.1

In mijn volmaakte Zijn  
zijn er geen elementen, geen lichaam,  
geen waarneming, geen gedachte,  
geen leegte, noch wanhoop.

20.2

Wat is verlangenloos of tevredenheid,  
wat is onderricht of zelfkennis,  
wat is de geest en zijn verschijnselen  
voor mij, die altijd één, dus niet twee is?

20.3

Wat is kennis, wat onwetendheid,  
wat egoïsme, "ik", "dit", "van mij",  
wat is gebondenheid of vrijheid  
voor mij; de vorm van het ware Zelf?

20.4

Ik ben altijd onverdeeld.  
Wat is mijn deel in vrijheid,  
tijdens dit leven, na de dood,  
of mijn huidige karma?

20.5

Ik ben altijd zonder 'ik'.  
Maar wie is dan degene die handelt of geniet?  
Wat is het komen en gaan van gedachten?  
Wat is het zichtbare in een onzichtbare wereld?

20.6

In mijn hart ben ik één.  
Wat blijft er dan nog van de wereld over?  
Wie streeft er dan nog naar bevrijding,  
wijsheid of naar eenheid?  
Wie is er dan nog vrij, wie is er dan nog gebonden?

20.7

Wat is bewijs of afzien van de wereld,  
wat is het doel en wat het middel?  
Wat is de zoeker, wie de ontwaakte voor mij,  
die in Eenheidsbewustzijn beweegt?

20.8

Wat of wie is de kenner, wat is kennis?  
Wat maakt het mij nog uit wat waar  
of niet waar is, wie weet wat er nog te weten valt?  
Ik ben voor altijd zuiver.

20.9

Voor altijd ben ik stil.  
Wat is vreugde, wat is smart?  
Wat is verwardheid of concentratie,  
wat inzicht en wat illusie?

20.10

Voor altijd ben ik zonder gedachten.  
Wat is geluk, wat is verdriet?  
Wat is er voorbij tijd en ruimte,  
wat in het hier en nu?

20.11

Wat is illusie of waar,  
wat hechten of onthechten,  
menselijk of goddelijk  
nu voor mij, nu ik God zelf ben?



20.12

Geen twee, maar één,  
ben ik onveranderlijk dezelfde.  
Ik woon in mijn hart; het bewustzijn

20.13

Wat moet er onderwezen of verklaard worden  
voor mij, die geen leraar noch leerling is?  
Die het allerhoogste is, het onbegrensde,  
het oordeelloze goede?

20.14

Aanwezigheid, afwezigheid,  
eenvoudig of complex;  
het huist hier niet.  
Niets is, niets is niet.  
Wat valt er nog te zeggen?  
Niets breng ik voort.