

# Sankara's

## Atmabodha

Deze tekst is uitsluitend voor persoonlijk gebruik. Commercieel gebruik is niet toegestaan. Evenmin is het toegestaan de tekst te wijzigen, bewerken, geheel of gedeeltelijk te publiceren, of anderszins te vermenigvuldigen. Toegestaan is het kopiëren van citaten of kleine tekstgedeelten voor studie- en discussiedoeleinden.

© Copyright 2005 - Stichting Ars Floreat

[www.arsfloreat.nl](http://www.arsfloreat.nl)

[info@arsfloreat.nl](mailto:info@arsfloreat.nl)

vertaling: school voor filosofie / amsterdam (1982)

auteur:

sankara / shankara

adi sankara / adi shankara

sri sankaracarya / sri shankaracarya

sri sankaracharya / sri shankaracharya

titel:

atmabodhah / atmabodha

© Copyright 2005 Stichting Ars Floreat, Amsterdam

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, computernetwerken, of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

No part of this book may be reproduced in any form, by print, computer networks, or any other means, without written permission from the publisher.

ISBN 90-6030-408-X

# Śaṅkara's Ātmabodhaḥ

1

तपोभीः क्षीणपापानां  
शान्तानां वितरागिणाम् ।  
मुमुक्षूणामपेक्ष्योऽयम्  
आत्मबोधो विधीयते ॥

tapobhiḥ kṣīṇapāpānām  
śāntānām vītarāgiṇām  
mumukṣūṇāmapekṣyo'yam  
ātmabodho vidhīyate

**tapobhiḥ** (3b) – door middel van strenge onthouding;  
**kṣīṇapāpānām** (6b) – voor hen die vrij zijn van zonden;  
**śāntānām** (6b) – voor hen die vol vrede zijn;  
**vītarāgiṇām** (6b) – voor hen die vrij zijn van hartstochten;  
**mumukṣūṇām** (6b) – voor hen die naar bevrijding  
verlangen;  
**apekṣyaḥ** (1<sup>e</sup>) – met het oog op;  
**ayam** (1<sup>e</sup>) – deze;  
**ātmabodhaḥ** (1<sup>e</sup>) – ātmabodha;  
**vidhīyate** – wordt uiteengezet, is bedoeld.

Deze Ātmabodha is bedoeld voor hen die naar bevrijding verlangen. Zij zijn door strenge onthouding bevrijd van alle kwaad, vrij van hartstochten en vervuld van vrede.

2

बोधोऽन्यसाधनेभ्यो हि  
साक्षान्मोक्षैकसाधनम् ।  
पाकस्य वह्निवज्ज्ञानं  
विना मोक्षो न सिध्यति ॥

bodho'nyasādhanebhyo hi  
sākṣānmokṣaikasādhanam  
pākasya vahnivajñānaṃ  
vinā mokṣo na sidhyati

**bodhaḥ** (1<sup>e</sup>) – kennis;  
**anyasādhanebhyaḥ** (5b) – ten opzichte van andere methoden;  
**hi** – waarlijk;  
**sākṣāt** (5<sup>e</sup>) – dit is duidelijk;  
**mokṣa** (prp) – (tot) bevrijding;  
**ekasādhanam** (1<sup>e</sup>) – het enige middel;  
**pākasya** (6<sup>e</sup>) – voor het koken;  
**vahnivat** (1<sup>e</sup>) – zoals het vuur;  
**jñānam** (1<sup>e</sup>) – kennis;  
**vinā** (3<sup>e</sup>) – zonder;  
**mokṣaḥ** (1<sup>e</sup>) – bevrijding;  
**na** – geen;  
**sidhyati** – men bereikt.

Kennis is ten opzichte van andere methoden het enige middel tot bevrijding; dit is duidelijk. Het is te vergelijken met vuur, dat het enige middel is om te koken. Zonder kennis bereikt men geen bevrijding.

अविरोधितया कर्म  
नाविद्यां विनिवर्तयेत् ।  
विद्याविद्यां निहन्त्येव  
तेजस्तिमिरसङ्घवत् ॥

avirodhitayā karma  
nāvidyāṃ vinivartayet  
vidyāvidyāṃ nihantyeva  
tejastimirasaṅghavat



**avirodhitayā** (3<sup>e</sup>) – wegens het niet in strijd zijn met elkaar;

**karma** (1<sup>e</sup>) – handeling;

**na** – niet;

**avidyām** (2<sup>e</sup>) – onwetendheid;

**vinivartayet** – is in staat teniet te doen;

**vidyā** (1<sup>e</sup>) – kennis;

**avidyā** (2<sup>e</sup>) – onwetendheid;

**nihanti** – hij doet teniet;

**eva** – alleen;

**tejas** (prp) – licht;

**timira** (prp) – duisternis;

**saṅghavat** (1<sup>e</sup>) – zoals....een opeenhoping van.

Handeling is niet in staat om onwetendheid te doen verdwijnen, omdat deze twee niet met elkaar in strijd zijn. Alleen kennis doet onwetendheid teniet, zoals licht de duisternis verdrijft.

परिच्छिन्न इवाज्ञानात्  
 तन्नाशे सति केवलः ।  
 स्वयं प्रकाशते ह्यात्मा  
 मेघापायेऽशुमानिव ॥

paricchinna ivājñānāt  
 tannāśye sati kevalaḥ  
 svayaṃ prakāśate hyātmā  
 meghāpāye'śumāniva

**paricchinna** (1<sup>e</sup>) – verdeeld, beperkt;  
**iva** – als het ware;  
**ajñānāt** (5<sup>e</sup>) – uit onwetendheid;  
**tat** (1<sup>e</sup>) – dat;  
**nāṣe** (7<sup>e</sup>) – verdwenen;  
**sati** (7<sup>e</sup>) – zijnde;  
**kevalaḥ** (1<sup>e</sup>) – uitsluitend, alleen;  
**svayam** (1<sup>e</sup>) – zichzelf;  
**prakāśate** – (hij) straalt, toont;  
**hi** – (nadruk);  
**ātmā** (1<sup>e</sup>) – de ātman;  
**megha** (prp) – wolk;  
**apāye** (7<sup>e</sup>) – wanneer deze weggetrokken zijn;  
**aśumān** (1<sup>e</sup>) – de zon;  
**iva** – zoals.

Alleen door onwetendheid lijkt het Zelf verdeeld. Wanneer die onwetendheid verdwenen is, toont het Zelf zichzelf, zoals de zon zich toont wanneer de wolken weggetrokken zijn.

अज्ञानकलुषं जीवं  
 ज्ञानाभ्यासाद्विनिर्मलम् ।  
 कृत्वा ज्ञानं स्वयं नश्येज्  
 जलं कतकरेणुवत् ॥

ajñānakaluṣaṃ jīvaṃ  
 jñānābhyāsādvinirmalam  
 kṛtvā jñānaṃ svayaṃ naśyej  
 jalaṃ katakareṇuvat

**ajñānakaluṣam** (1<sup>e</sup>) – besmet met onwetendheid;  
**jīvam** (1<sup>e</sup>) – de ziel;  
**jñānābhyāsāt** (5<sup>e</sup>) – door toepassing van kennis;  
**vinirmalam** (1<sup>e</sup>) – zuiveren (neerslaan van het kwaad);  
**kṛtvā** – na gedaan te hebben;  
**jñānam** (1<sup>e</sup>) – kennis;  
**svayam** – zelf;  
**naśyet** – verdwijnt;  
**jalam** (1<sup>e</sup>) – water;  
**katakareṇuvat** (1<sup>e</sup>) – zoals het poeder van de katanoot.

De ziel, besmet met onwetendheid, wordt gezuiverd door toepassing van kennis. Na zijn werk gedaan te hebben, verdwijnt ook de kennis zelf, zoals katakapoeder verdwijnt na het water gezuiverd te hebben.

(Het is een eigenschap van de katanoot die tot poeder geweven of gemalen wordt, om het vuil in water te laten neerslaan.)

6

संसारः स्वप्नतुल्यो हि  
रागद्वेषादिमङ्कुलः ।  
स्वकाले सत्यवद्भाति  
प्रबोधे सत्यमद्भवेत् ॥

samsāraḥ svapnatulyo hi  
rāgadveṣādisaṅkulaḥ  
svakāle satyavadbhāti  
prabodhe satyasadbhavet

**samsārah** (1<sup>e</sup>) – kringloop van het bestaan (wereld);  
**svapnatulyah** (1<sup>e</sup>) – gelijk slaap of droom;  
**hi** – voorwaar, waarlijk;  
**rāgadveṣa-ādi-saṅkulaḥ** (1<sup>e</sup>) – vervuld van hartstocht,  
haat enz.;  
**svakāle** (7<sup>e</sup>) – in de eigen tijd;  
**satyavat** (1<sup>e</sup>) – als waarheid;  
**bhāti** – schijnt, straalt;  
**prabodhe** (7<sup>e</sup>) – in ontwaakte staat;  
**sati** (7<sup>e</sup>) – zijnde;  
**asat** (1<sup>e</sup>) – onwaar;  
**bhavet** – het wordt.

De kringloop van het bestaan is waarlijk als een droom, vol tegenstrijdigheden zoals begeerte en afkeer. Zolang men erin verkeert (gelooft), schijnt het werkelijk te zijn. Wanneer men ontwaakt is, wordt het onwerkelijkheid.

तावत्सत्यं जगद्भाति  
 शुक्तिकारजतं यथा ।  
 यावन्न ज्ञायते ब्रह्म  
 सर्वाधिष्ठानमद्वयम् ॥

tāvatsatyam jagadbhāti  
 śuktikārajataṃ yathā  
 yāvanna jñāyate brahma  
 sarvādhiṣṭhānamadvayam



**tāvat** – zo lang;  
**satyam** (1<sup>e</sup>) – de waarheid;  
**jagat** (1<sup>e</sup>) – de wereld;  
**bhāti** – schijnt;  
**śuktikā** (prp) – oesterschelp;  
**rajatam** (1<sup>e</sup>) – zilver;  
**yathā** – zoals;  
**yāvat** – zolang;  
**na** – niet;  
**jñāyate** – wordt gekend;  
**brahma** (1<sup>e</sup>) – Brahman;  
**sarva-adhiṣṭhānam** (1<sup>e</sup>) – substratum van alles;  
**advayam** (1<sup>e</sup>) – niet twee.

Zolang Brahman niet gekend wordt, het onverdeelde fundament van alles, zólang schijnt de wereld werkelijk te zijn, zoals het zilver in een oesterschelp (werkelijk schijnt te zijn).

(Als men bij maanlicht langs het strand loopt, liggen daar soms oesterschelpen als zilver te schitteren in het maanlicht.)

सच्चिदात्मन्यनुस्यूते  
 नित्ये विष्णौ प्रकल्पिताः ।  
 व्यक्तयो विविधास्मर्वा  
 हाटके कटकादिवत् ॥

saccidātmanyānusyūte  
 nitye viṣṇau prakalpitāḥ  
 vyaktayo vividhāssarvā  
 hāṭake kaṭakādivat

**sat-cit** (1<sup>e</sup>) – zijn en bewustzijn;  
**ātmani** (7<sup>e</sup>) – in de Ātman;  
**anusyūte** (7<sup>e</sup>) – aan elkaar genaaid;  
**nitye** (7<sup>e</sup>) – voor eeuwig;  
**viṣṇau** (7<sup>e</sup>) – in Vishnu;  
**prakalpīṭāḥ** (1b) – gemaakt (tot werkelijkheid);  
**vyaktayāḥ** (1b) – schepselen;  
**vividhāḥ** (1b) – veelsoortig;  
**sarvāḥ** (1b) – alle;  
**hāṭake** (7<sup>e</sup>) – (in) goud;  
**kaṭakādivat** – zoals armbanden enz.

Alle veelsoortige schepselen zijn geschapen in de eeuwige Viṣṇu, zij zijn een verbinding van Sat (zijn) en Cit (bewustzijn) in de Ātman, zoals goud de grondstof is van alle sieraden, zoals armbanden, e.d.

यथाकाशोहृषीकेशो  
 नानोपाधिगतो विभुः ।  
 तद्भेदाद्भिन्नवद्भाति  
 तन्नाशे केवलो भवेत् ॥

yathākāśohṛṣīkeśo  
 nānopādhigato vibhuḥ  
 tadbhedādbhinnavadbhāti  
 tannāśe kevalo bhavet

**yathā** – zoals;  
**ākāśaḥ** (1<sup>e</sup>) – ether (ruimte);  
**hṛṣīkeśaḥ** (1<sup>e</sup>) – de Heer (Kṛṣṇa);

**nānā-upādhiḡataḡ** (1<sup>o</sup>) – verbonden met verschillende deklagen (uiterlijke vormen); (**gataḡ**) (1<sup>o</sup>) – (samengaan);  
**vibhuḡ** (1<sup>o</sup>) – alles doordringend;  
**tat** (1<sup>o</sup>) – dat;  
**bhedāt** (5<sup>o</sup>) – wegens verdeling;  
**bhinnavat** (1<sup>o</sup>) – alsof verdeeld;  
**bhāti** – schijnt;  
**tat** (1<sup>o</sup>) – dat;  
**nāśe** (7<sup>o</sup>) – wanneer verdwenen;  
**kevalaḡ** (1<sup>o</sup>) – uitsluitend;  
**bhavet** – het wordt.

Zoals de allesdoordringende ruimte verschillend lijkt door de verbinding met de uiterlijke vormen (upādhi), zo ook schijnt de Heer telkens verschillend te zijn door de verschillende verschijningsvormen. Indien deze verdwijnen, blijft Hij alleen over.

(Upādhi = beperkende toevoeging, bijvoorbeeld een fles beperkt de ruimte die van nature allesdoordringend is; evenzo beperkt de geest de Ātman die ook van nature alomtegenwoordig is.)

नानोपाधिवशादेव  
 जातिवर्णाश्रमादयः ।  
 आत्मन्यारोपितास्तोये  
 रसवर्णादि मेदवत् ॥

nānopādhivaśādeva  
 jātivarṇāśramādayaḥ  
 ātmanyāropitāstoye  
 rasavarṇādi medavat

**nānopādhi-vaśāt** (5<sup>e</sup>) – wegens associatie met de verschillende deklagen (upādhi);

**eva** – zelfs;

**jāti** (prp) – kaste,afkomst;

**varṇa** (prp) – soort, familie;

**āśrama** (prp) – positie;

**ādayaḥ** (1b) – enz.;

**ātmani** (7<sup>e</sup>) – in de Ātman;

**āropitāḥ** (1b) – erover heen gelegd;

**toye** (7<sup>e</sup>) – in water;

**rasa** (prp) – smaak;

**varṇa** (prp) – kleur;

**ādi** (prp) – enz.;

**medavat** (1<sup>e</sup>) – zoals vettigheid (op water).

Verschillende deklagen, zoals afkomst, familie en positie (in het leven) zijn door gehechtheid over de Ātman heen gelegd, zoals smaak, kleur en vettigheid aan water zijn toegevoegd (en er eigenlijk niet toe behoren).

पञ्चीकृतमहाभूत  
 सम्भवं कर्मसञ्चितम् ।  
 शरीरं सुखदुःखानां  
 भोगायतनमुच्यते ॥

pañcikṛtamahābhūta  
 sambhavaṃ karmasañcitam  
 śarīraṃ sukhaduḥkhānām  
 bhogāyatanamucyate



**pañcī** (prp) – 5-voudig;  
**kr̥ta** (prp) – gemaakt;  
**mahā** (prp) – groot;  
**bhūta** (prp) – elementen;  
**sambhavam** (1<sup>e</sup>) – samengesteld, ontstaan;  
**karma** (prp) – werk, handeling;  
**sañcitam** (1<sup>e</sup>) – levensvoorraad (van energie);  
**śarīram** (1<sup>e</sup>) – lichaam;  
**sukhaduḥkhānām** (6b) – van geluk en ellende;  
**bhoga-ayatanam** (1<sup>e</sup>) – plaats van ondervinding;  
**ucyate** – wordt gezegd, men zegt.

Het grove lichaam, samengesteld uit de 5 grote elementen, is het resultaat van handelingen in vorige levens. Het is de plaats waar genot en ellende worden ondervonden.

पञ्चप्राणमनोबुद्धि  
 दशेन्द्रियसमन्वितम् ।  
 अपञ्चीकृतभूतोत्थं  
 सूक्ष्माङ्गं भोगसाधनम् ॥

pañcaprāṇamanobuddhi  
 daśendriyasamanvitam  
 apañcīkṛtabhūtotthaṃ  
 sūkṣmāṅgaṃ bhogasādhanam

**pañcaprāṇa-mano-buddhi-daśa-indriya-samanvitam**

(1e) – bestaande uit de 5 Prāṇa's, Manas, Buddhi, en de 10 organen;

**apañcikṛta-bhūta-uttham** (1<sup>e</sup>) – niet 5-voudig samengesteld en uitrijzend boven de 5 elementen;

**sūkṣmāṅgam** (1<sup>e</sup>) – het subtiele lichaam;

**bhogasāadhanam** (1<sup>e</sup>) – middel tot ondervinding.

Het subtiele lichaam is het middel tot ondervinding. Het bestaat uit de 5 levensstromen (Prāṇa's), de geest (Manas), het onderscheidingsvermogen (Buddhi) en de 10 organen (5 organen van kennis en 5 organen van handeling). Het is niet ontstaan uit de 5 elementen, maar gaat deze te boven.

अनाद्यविद्यानिर्वाच्या  
कारणोपाधिरुच्यते ।  
उपाधित्रितयादन्यम्  
आत्मानमवधारयेत् ॥

anādyavidyānirvācyā  
kāraṇopādhirucyate  
upādhitritayādanyam  
ātmānamavadhārayet

**an-ādi** (prp) – zonder begin;  
**avidyā** (1<sup>e</sup>) onwetendheid;  
**anirvācyā** (1<sup>e</sup>) – onbeschrijfelijk, onuitsprekelijk;  
**kāraṇa** (prp) – oorzaak;  
**upādhi** (prp) – deklaag;  
**ucyate** – wordt genoemd;  
**tritayāt** (5<sup>e</sup>) – dan 3-voudig;  
**anyam** (2<sup>e</sup>) – anders;  
**ātmānam** (2<sup>e</sup>) – Ātman;  
**avadhārayet** – men moet zich realiseren.

Onwetendheid, geen begin hebbend en onbeschrijfelijk, wordt de oorzaak van de deklagen genoemd. Men moet zich realiseren dat de Ātman iets anders is dan de drie Upādhi's.

(Met de drie Upādhi's worden de drie lichamen bedoeld: causaal, subtiel en grof.)

पञ्चकोशादियोगेन  
 तत्तन्मय इव स्थितः ।  
 शुद्धात्मा नीलवस्त्रादि  
 योगेन स्फटिको यथा ॥

pañcakośādiyogena  
 tattanmaya iva sthitaḥ  
 śuddhātmā nīlavastrādi  
 yogena sphaṭiko yathā

**pañca** (prp) – vijf;  
**kośa** (prp) – sluier;  
**ādi** (prp) – enz.;  
**yogena** (3<sup>e</sup>) – door verbinding;  
**tat-tat-maya** (1<sup>e</sup>) – schijnt op hen te lijken;  
**iva** – zoals;  
**sthitah** (1<sup>e</sup>) – staande;  
**śuddhātmā** (1<sup>e</sup>) – de zuivere Ātman;  
**nīla** (prp) – blauw;  
**vastra** (prp) – kleed;  
**ādi** (prp) – enz.;  
**yogena** (3<sup>e</sup>) – door verbinding (met);  
**sphaṭikah** (1<sup>e</sup>) – kristal;  
**yathā** – zoals.

Door de verbinding met de 5 sluiers lijkt de zuivere Ātman op de sluiers, zoals een kristal (telkens een andere kleur aanneemt) door combinatie met een blauw kleed, e.d.

(Zie Śāṅkara's Vivekacūḍāmaṇi. Volgens de Indische indeling van het licht in 5 kleuren gaat deze vergelijking goed op.)

वपुस्तुषादिभिः कोशैर्  
 युक्तं युक्त्यवधाततः ।  
 आत्मानमन्तरं शुद्धं  
 विविच्यात्तण्डुलं यथा ॥

vapustuṣādibhiḥ kośair  
 yuktaṃ yuktyavaghātataḥ  
 ātmānamantaram śuddham  
 vivicyāttanḍulam yathā



**vapus** (prp) – vorm;  
**tuṣa** (prp) – kaf;  
**ādibhiḥ** (3b) – enz.;  
**kośaiḥ** (3b) – met de sluiers;  
**yuktam** (2<sup>e</sup>) – verbonden;  
**yukti-avaghātataḥ** (5<sup>e</sup>) – omdat de verbinding teniet  
gedaan is;  
**ātmānam** (2<sup>e</sup>) – de Ātman;  
**antaram** (2<sup>e</sup>) – binnenste;  
**śuddham** (2<sup>e</sup>) – puur, zuiver;  
**vivicyāt** – men moet scheiden;  
**taṇḍulam** (2<sup>e</sup>) – rijst;  
**yathā** – zoals.

De binnenste Ātman, die bedekt is door de sluiers, vorm enz., die als kaf zijn, moet daarvan gescheiden worden, zoals de rijstkorrel van het kaf.

सदा सर्वगतोऽप्यात्मा  
 न सर्वत्रावभासते ।  
 बुद्धावेवावभासेत  
 स्वच्छेषु प्रतिबिम्बवत् ॥

sadā sarvagato'pyātmā  
 na sarvatrāvabhāsate  
 buddhāvevāvabhāseta  
 svaccheṣu pratibimbavat

**sadā** – altijd;  
**sarvagataḥ** (1<sup>e</sup>) – alles doordringend;  
**api** – toch;  
**ātmā** (1<sup>e</sup>) – de Ātman;  
**na** – niet; **sarvatra** – overal;  
**avabhāsate** – straalt;  
**buddhau** (7<sup>e</sup>) – in de Buddhi;  
**eva** – alleen;  
**avabhāseta** – kan stralen;  
**svaccheṣu** (7b) – kristalhelder;  
**prati** – gelijk;  
**bimbavat** (1<sup>e</sup>) – zoals spiegel of maneschijf;  
**prati-bimba** – weerspiegeling, spiegelbeeld, afbeelding;  
de schijf van de zon/maan weerkaatst/weerspiegelt in het water.

Hoewel de Ātman altijd aanwezig is, en alles doordringt, straalt hij toch niet overal naar buiten. Hij straalt alleen (direct) in de Buddhi, waar hij wordt gereflecteerd als in kristalhelder water of in een spiegel.

देहेन्द्रियमनोबुद्धि  
 प्रकृतिभ्यो विलक्षणम् ।  
 तद्वृत्तिमाक्षिणं विद्याद्  
 आत्मानं राजवत्सदा ॥

dehendriyamanobuddhi  
 prakṛtibhyo vilakṣaṇam  
 tadvṛttisākṣiṇaṃ vidyād  
 ātmānaṃ rājavatsadā

**deha** (prp) – lichaam;  
**indriya** (prp) – zintuigen;  
**manah** (prp) – geest;  
**buddhi** (prp) – onderscheidingsvermogen;  
**prakṛtibhyaḥ** (5b) – prakṛti (natuur);  
**vilakṣaṇam** (2<sup>e</sup>) – verschillend van;  
**tadvṛtti** (prp) – bewegingen daarvan;  
**sākṣiṇam** (2<sup>e</sup>) – waarnemer, getuige;  
**vidyāt** (5<sup>e</sup>) – weet, ken (vanuit kennis);  
**ātmānam** (2<sup>e</sup>) – de Ātman;  
**rājavat** (1<sup>e</sup>) – als een koning;  
**sadā** – altijd.

Ken de Ātman als iets anders dan het lichaam, de zintuigen, de geest, het onderscheidingsvermogen en de natuur. Hij is degene die altijd toeziet op de bewegingen daarvan, zoals een koning (dat doet).

व्यापृतेष्विन्द्रियेष्वात्मा  
 व्यापारीवाविवेकिनाम् ।  
 दृश्यतेऽभ्रेषु धावत्सु  
 धावन्निव यथा शशी ॥

vyāpṛteṣvīndriyeṣvātmā  
 vyāpārīvāvivekinām  
 dṛśyate'bhreṣu dhāvatsu  
 dhāvanniva yathā śaśī

**vyāpṛteṣu** (7b) – actief;  
**indriyeṣu** (7b) – zintuigen;  
**ātmā** (1<sup>e</sup>) – Ātman;  
**vyāpāri** (1<sup>e</sup>) – bezig zijn, actief zijn;  
**iva** – als het ware;  
**avivekinām** (6b) – voor (mensen) zonder onderscheidingsvermogen;  
**dr̥śyate** – ziet;  
**abhreṣu** (7b) – in de wolken;  
**dhāvatsu** (7b) – zich bewegend;  
**dhāvan** (1<sup>e</sup>) – hard lopend;  
**iva** – als het ware;  
**yathā** – zoals;  
**śaśī** – de maan.

Zoals de maan schijnt te bewegen wanneer de wolken bewegen, zo schijnt voor mensen zonder onderscheidingsvermogen de Ātman actief te zijn, terwijl het de zintuigen zijn die in beweging zijn.

आत्मचैतन्यमाश्रित्य  
देहेन्द्रियमनोधियः ।  
स्वक्रियार्थेषु वर्तन्ते  
सूर्यालोकं यथा जनाः ॥

ātmacaitanyamāśritya  
dehendriyamanodhiyaḥ  
svakriyārtheṣu vartante  
sūryālokaṃ yathā janāḥ



**ātma** (prp) – Ātman;  
**caitanya** (2<sup>e</sup>) – bewustzijn;  
**āśritya** – ondersteunend;  
**deha** (prp) – lichaam;  
**indriya** (prp) – zintuigen;  
**manas** (prp) – Manas;  
**dhiyaḥ** (1b) – de Buddhi (onderscheidingsvermogen);  
**svakriyā** (prp) – eigen handelingen;  
**artheṣu** (7b) – doel;  
**vantante** – wentelen;  
**sūryāloka** (2<sup>e</sup>) – het licht van de zon;  
**yathā** – zoals;  
**janāḥ** (1b) – de mensen.

Lichaam, zintuigen, Manas, Buddhi,  
worden ondersteund door het bewustzijn  
van de Ātman, zoals de mensen hun  
handelingen slechts kunnen uitvoeren met  
behulp van het licht van de zon.

देहेन्द्रियगुणान्कर्माण्य्  
 अमले सच्चिदात्मनि ।  
 अध्यस्यन्त्यविवेकेन  
 गगने नीलतादिवत् ॥

dehendriyaguṇāṅkarmāṅy  
 amale saccidātmani  
 adhyasyantyaavivekena  
 gagane nīlatādivat

**deha** (prp) – lichaam;  
**indriya** (prp) – zintuigen;  
**guṇān** (2b) – de Guṇa's;  
**karmāṇi** (2b) – de werken, de handelingen;  
**amale** (7<sup>e</sup>) – zuiver;  
**saccidātmani** (7<sup>e</sup>) – zijnde bewustzijn van de Ātman;  
**adhi asyanti** – toeschrijven aan;  
**avivekena** (3<sup>e</sup>) – door gebrek aan  
onderscheidingsvermogen;  
**gagane** (7<sup>e</sup>) – in de hemel;  
**nīlatādivat** (1<sup>e</sup>) – zoals het blauw.

Lichaam, zintuigen en Guṇa's doen het werk; door gebrek aan onderscheidingsvermogen schrijft men de handelingen toe aan de zuivere Ātman, bestaande uit puur bewustzijn, zoals men bijvoorbeeld de blauwe kleur toeschrijft aan de hemel.

अज्ञानान्मानसोपाधेः  
 कर्तृत्वादीनि चात्मनि ।  
 कल्प्यन्तेऽम्बुगते चन्द्रे  
 चलनादि यथाम्भसः ॥

ajñānān mānasopādheḥ  
 kartṛtvādīni cātmani  
 kalpyante'mbugate candre  
 calanādi yathāmbhasaḥ

**ajñānāt** (5<sup>e</sup>) – wegens onwetendheid;  
**mānasa** (prp) – Manas;  
**upādheḥ** (6<sup>e</sup>) – Upādhi;  
**karṭṛtva** (prp) – de rol van degene die handelt;  
**ādini** (1b) – enz.;  
**ca** – en;  
**ātmani** (7<sup>e</sup>) – in de Ātman;  
**kalpyante** – verbeelden;  
**ambu** (prp) – water;  
**gate** (7<sup>e</sup>) – gegaan;  
**candre** (7<sup>e</sup>) – in de maan;  
**calanādi** (1<sup>e</sup>) – beweging enz.;  
**yathā** – zoals;  
**ambhasaḥ** (6<sup>e</sup>) – van het water.

Wegens onbekendheid van Manas met de sluiers, verbeeldt (men) zich dat de rol van degene die handelt in de Ātman zelf ligt, zoals de bewegingen van het water (ten onrechte) worden toegeschreven aan de maan (die zich erin spiegelt).

रागेच्छासुखदुःखादि  
 बुद्धौ मत्यां प्रवर्तते ।  
 सुषुप्तौ नास्ति तन्नाशे  
 तस्माद्बुद्धेस्तु नात्मनः ॥

rāgeccchāsukhaduḥkhādi  
 buddhau satyāṃ pravartate  
 suṣuptau nāsti tannāśe  
 tasmādbuddhestu nātmanah

**rāga** (prp) – hartstocht, gehechtheid;  
**icchā** (prp) – wensen;  
**sukha-duḥkha** (prp) – plezier-pijn;  
**ādi** (1<sup>e</sup>) – enz.;  
**buddhau** (7<sup>e</sup>) – in Buddhi;  
**satyām** (7<sup>e</sup>) – zolang het bestaat;  
**pravartate** – zich voordoen;  
**susuptau** (7<sup>e</sup>) – in diepe slaap;  
**na** – niet;  
**asti** – er is;  
**tat-nāśe** (7<sup>e</sup>) – die, niet bestaande;  
**tasmāt** (5<sup>e</sup>) – dus;  
**buddheḥ** (6<sup>e</sup>) – van de Buddhi;  
**tu** – echter, alleen;  
**na** – niet;  
**ātmanah** (6<sup>e</sup>) – van de Ātman.

Gehechtheid, wensen, plezier en pijn doen zich voor zolang de geest aanwezig is. In diepe slaap, wanneer de Buddhi niet aanwezig is, verdwijnen zij, dus behoren zij alleen tot de geest en niet tot de Ātman.

प्रकाशोऽर्कस्य तोयस्य  
 शैत्यमग्नेर्यथोष्णता ।  
 स्वभावः सच्चिदानन्द  
 नित्यनिर्मलतात्मनः ॥

prakāśo'rkasya toyasya  
 śaityamagneryathoṣṇatā  
 svabhāvaḥ saccidānanda  
 nityanirmalatātmanah



**prakāśaḥ** (1<sup>e</sup>) – straling;  
**arkasya** (6<sup>e</sup>) – van de zon;  
**toyasya** (6<sup>e</sup>) – van water;  
**śaityam** (1<sup>e</sup>) – koude;  
**agneḥ** (6<sup>e</sup>) – van vuur;  
**yathā** – zoals;  
**uṣṇatā** (1<sup>e</sup>) – hitte;  
**svabhāvaḥ** (1<sup>e</sup>) – de eigen natuur;  
**saccidānanda** (prp) – bewustzijn, kennis, geluk;  
**nitya** (prp) – eeuwig;  
**nirmalatā** (1<sup>e</sup>) – zonder kwaad, zuiverheid;  
**ātmanah** (6<sup>e</sup>) – van de Ātman.

Zoals de straling bij de zon hoort, koude bij water en hitte bij vuur, zo is de eigen natuur van de Ātman “Sat–Cit–Ānanda”, eeuwig en zuiver.

आत्मनः सच्चिदंशश्च  
 बुद्धेर्वृत्तिरिति द्वयम् ।  
 संयोज्य चाविवेकेन  
 जानामीति प्रवर्तते ॥

ātmanaḥ saccidaṃśaśca  
 buddhervṛttirīti dvayam  
 saṃyojya cāvivekena  
 jānāmīti pravartate

**ātmanah** (6<sup>e</sup>) – van de Ātman;  
**saccit** (prp) – kennis, bewustzijn;  
**amśah** (1<sup>e</sup>) – deel;  
**ca** – en;  
**buddheḥ** (6<sup>e</sup>) – van de Buddhi;  
**vṛtṭiḥ** (1<sup>e</sup>) – activiteit;  
**iti** – “ – ”;  
**dvayam** (2<sup>e</sup>) – twee(tal);  
**samyojya** – na verbonden te hebben;  
**ca** – en;  
**avivekena** (3<sup>e</sup>) – niet door onderscheidingsvermogen  
(gebrek aan onderscheidingsvermogen);  
**jānāmi** – ik weet;  
**iti** – “ – ”;  
**pravartate** – komt voort uit.

“Ik weet” komt voort uit gebrek aan onderscheidingsvermogen en is mogelijk door de verbinding van de Buddhi met twee aspecten van de Ātman, nl. Sat en Cit (kennis en bewustzijn).

आत्मनो विक्रिया नास्ति  
 बुद्धेर्बोधो न जात्विति ।  
 जीवः सर्वमलं ज्ञात्वा  
 ज्ञाता द्रष्टेति मुह्यति ॥

ātmano vikriyā nāsti  
 buddherbodho na jātviti  
 jīvaḥ sarvamalaṃ jñātvā  
 jñātā draṣṭeti muhyati

**ātmanah** (6<sup>e</sup>) – van de Ātman;  
**vikriyā** (1<sup>e</sup>) – verandering;  
**na** – niet, geen;  
**asti** – er is;  
**buddheḥ** (6<sup>e</sup>) – van de Buddhi;  
**bodhaḥ** (1<sup>e</sup>) – bewustzijn;  
**na** – niet;  
**jātu** – ooit;  
**iti** – “ – ”;  
**jīvaḥ**- (1<sup>e</sup>) – ziel (ego);  
**sarvamalam** (2<sup>e</sup>) – het kwaad in alles;  
**jñātvā** – nadat men ondervonden heeft, nadat men weet;  
**jñātā** (1<sup>e</sup>) – kenner;  
**draṣṭā** (1<sup>e</sup>) – waarnemer;  
**iti** – “ – ”;  
**muhyati** – wordt misleid.

De Ātman verandert nooit en het bewustzijn is niet van de Buddhi. Nadat de ziel (het ego) de onzuiverheid in alles ondervonden heeft, wordt hij misleid door de gedachte: “Ik ken het; ik heb het zelf gezien.”

रज्जुसर्पवदात्मानं  
 जीवं ज्ञात्वा भयं वहेत् ।  
 नाहं जीवः परात्मेति  
 ज्ञातञ्चेन्निर्भयो भवेत् ॥

rajjusarpavadātmānaṃ  
 jīvaṃ jñātvā bhayaṃ vahet  
 nāhaṃ jīvaḥ parātmēti  
 jñātañcennirbhayo bhavet

**raju** (prp) – touw;  
**sarpavat** (1<sup>e</sup>) – als een slang;  
**ātmānam** (2<sup>e</sup>) – de Ātman;  
**jīvam** (2<sup>e</sup>) – het ego, de ziel;  
**jñātvā** – nadat hij gekend heeft;  
**bhayam** (1<sup>e</sup>) – vrees;  
**vahet** – sleurt mee;  
**na** – niet;  
**aham** (1<sup>e</sup>) – ik;  
**jīvaḥ** (1<sup>e</sup>) – individueel ik;  
**para-ātmā** (1<sup>e</sup>) – opperste Ātman;  
**iti** – “ – ”;  
**jñātam** (1<sup>e</sup>) – gekend;  
**cet** – wanneer, indien, zeker;  
**nirbhayaḥ** (1<sup>e</sup>) – zonder vrees;  
**bhavet** – wordt.

Wanneer men denkt dat de ziel (ego) de Ātman is, wordt men meegesleurd door angst, zoals iemand die een touw voor een slang aanziet, maar men wordt weer onbevreesd wanneer men zich realiseert: “Ik ben de opperste Ātman zelf, niet een individu.”

आत्मावभासयत्येको  
 बुद्ध्यादीनीन्द्रियाण्यपि ।  
 दीपो घटादिवत्स्वात्मा  
 जडैस्तैर्नावभास्यते ॥

ātmāvabhāsayatyeko  
 buddhyādinīndriyāṅyapi  
 dīpo ghaṭādivatsvātmā  
 jaḍaistairnāvabhāsyate



**ātmā** (1<sup>e</sup>) – de Ātman;  
**avabhāsayati** – doet schijnen;  
**ekaḥ** (1<sup>e</sup>) – alleen;  
**buddhi** (prp) – Buddhi;  
**ādini** (2b) – enz.;  
**indriyāṇi** (2b) – zintuigen;  
**api** – zoals;  
**dīpaḥ** (1<sup>e</sup>) – lamp, licht;  
**ghaṭa** (prp) – vaas, pot;  
**ādivat** – enz.;  
**svātmā** (1<sup>e</sup>) – de Ātman zelf;  
**jadaiḥ** (3b) – door vormen;  
**taiḥ** (3b) – door deze;  
**na-avabhāsyate** – niet wordt verlicht.

De Ātman alleen verlicht de Buddhi en vervolgens de zintuigen, zoals een lamp een vaas verlicht. De Ātman zelf wordt niet door deze vormen verlicht.

स्वबोधे नान्यबोधेच्छा  
 बोधोरूपतयात्मनः ।  
 न दीपस्यान्यदीपेच्छा  
 यथा स्वात्मप्रकाशने ॥

svabodhe nānyabodhecchā  
 bodhorūpatayātmanah  
 na dipasyānyadipecchā  
 yathā svātmaprakāśane

**svabodhe** (7<sup>e</sup>) – het bewustzijn zelf;  
**na anya** (prp) – niet ander;  
**bodha** (prp) – bewustzijn;  
**icchā** (1<sup>e</sup>) – wens;  
**bodha** (prp) – bewustzijn;  
**rūpatayā** (3<sup>e</sup>) – door middel van vormen;  
**ātmanah** (6<sup>e</sup>) – de Ātman;  
**na** – niet;  
**dīpasya** (6<sup>e</sup>) – lamp, van licht;  
**anya** (prp) – ander;  
**dīpa** (prp) – lamp, licht;  
**icchā** (1<sup>e</sup>) – wens, nodig;  
**yathā** – zoals;  
**svātma** (prp) – de Ātman zelf;  
**prakāśane** (7b) – stralend.

Zoals een lamp geen andere lamp nodig heeft om zijn licht te laten schijnen, zo heeft ook de Ātman, die bewustzijn zelf is, geen ander licht nodig, omdat Hij zelf licht is.

निषिध्य निखिलोपाधी  
 नेति नेतीति वाक्यतः ।  
 विद्यादैक्यं महावाक्यैर्  
 जीवात्मपरमात्मनोः ॥

niṣidhya nikhilopādhi  
 neti netīti vākyaataḥ  
 vidhyādaikyam mahāvākyaair  
 jīvātmaparamātmanoh

**niṣidhya** – nadat ontkend is;  
**nikhila** (prp) – alle;  
**upādhi** (2b) – Upādhi’s;  
**neti-neti-iti** – “niet dit, niet dit”;  
**vākyataḥ** (5<sup>e</sup>) – uitspraak;  
**vidyāt** – men dient te weten;  
**aikyam** (2<sup>e</sup>) – eenheid;  
**mahāvākyaiḥ** (3b) – door middel van de grote Vedische uitspraken;  
**jīvātma-paramātmanoḥ** (prp) (6d) – het individuele zelf en het opperste Zelf beide.

Nadat alle Upādhi’s door middel van de uitspraak: “neti neti” (niet dit, niet dit) ontkend zijn, weet dan door de grote Vedische uitspraken dat het individuele zelf één is met het opperste Zelf.

**mahāvākya** – de vier grote Vedische uitspraken:

**prajñānam-brahma** – Kennis is absoluut;  
**aham-brahmāsmi** – Ik ben Brahman;  
**tat-tvam-asi** – Dat zijt gij;  
**ayam-ātmā-brahma** – deze Ātman is Brahman.

आविद्यकं शरीरादि  
 दृश्यं बुद्बुदवत्क्षरम् ।  
 एतद्विलक्षणं विद्याद्  
 अहं ब्रह्मेति निर्मलम् ॥

āvidyakam śarīrādi  
 drśyam budbudavatksaram  
 etadvilakṣaṇam vidyād  
 aham brahmeti nirmalam

**āvidyakam** (1<sup>e</sup>) – voortkomend uit onwetendheid;  
**śarīrādi** (1<sup>e</sup>) – lichaam enz.;  
**dr̥śyam** (1<sup>e</sup>) – zichtbaar;  
**budbudavat** (1<sup>e</sup>) – als een luchtbel;  
**kṣaram** (1<sup>e</sup>) – vergankelijk;  
**etat** (prp) – dat;  
**vilakṣaṇam** (2<sup>e</sup>) – het waarnemen en onderscheiden;  
**vidyāt** – men dient te weten;  
**aham** (1<sup>e</sup>) – ik ben;  
**brahma** (1<sup>e</sup>) – Brahman;  
**iti** – “ – ”;  
**nirmalam** (2<sup>e</sup>) – zuiver.

De zichtbare wereld komt voort uit onwetendheid; zij bestaat uit het lichaam e.d., en is vergankelijk als een luchtbel. Weet dat gij de zuivere Brahman zijt, geheel verschillend van wat het oog ziet.

देहान्यत्वान्न मे जन्म  
 जराकार्श्यल्यादयः ।  
 शब्दादिविषयैः सङ्गो  
 निरिन्द्रियतया न च ॥

dehānyatvānna me janma  
 jarākārśyalayādayaḥ  
 śabdādiviṣayaīḥ saṅgo  
 nirindriyatayā na ca



**deha** (prp) – lichaam;  
**anyatvāt** (5<sup>e</sup>) – wegens het anders-zijn;  
**na** – niet;  
**me** (6<sup>e</sup>) – van mij;  
**janma** (prp)- geboorte;  
**jarā** (prp) – ouderdom;  
**kārśya** (prp) – zwakte;  
**laya** (prp) – dood;  
**ādayaḥ** (1b) – enz.;  
**śabda** (prp) – klank;  
**ādi** (prp) – enz.;  
**viṣayaiḥ** (3b) – door middel van objecten, met objecten;  
**saṅgaḥ** (1<sup>e</sup>) – gehechtheid;  
**nir-indriyatayā** (3<sup>e</sup>) – zonder zintuigen;  
**na** – niet;  
**ca** – en.

Ik ben iets anders dan het lichaam. Daarom ben ik vrij van geboorte, jeugd, ouderdom en dood. Ik ben niet gehecht aan zintuiglijke objecten zoals klank e.d., noch aan de zintuigen zelf.

अमनस्त्वान्न मे दुःख  
रगद्वेषभयादयः ।

अप्राणो ह्यमनाः शुभ्र  
इत्यादि श्रुतिशामनात् ॥

amanastvānna me duḥkha  
rāgadveṣabhayādayaḥ  
aprāṇo hyamanāḥ śubhra  
ityādi śrutiśāsanāt

**amanastvāt** (5<sup>e</sup>) – omdat (ik) de geest niet ben;  
**na** – niet;  
**me** (6<sup>e</sup>) – van mij;  
**duḥkha** (prp) – verdriet;  
**rāga** (prp) – gebondenheid;  
**dveṣa** (prp) – haat;  
**bhaya** (prp) – angst;  
**ādayaḥ** (1b) – enz.;  
**aprāṇaḥ** (1<sup>e</sup>) – niet de levensadem;  
**hi** – immers, want;  
**amanāḥ** (1<sup>e</sup>) – niet de geest;  
**śubhraḥ** (1<sup>e</sup>) – stralend;  
**iti** – “ – ”;  
**ādi** (prp) – enz.;  
**śruti** (prp) – geschriften;  
**śāsanāt** (5<sup>e</sup>) – op gezag van.

Omdat ik de geest niet ben, zijn de eigenschappen van de geest, zoals verdriet, gebondenheid, haat, vrees e.d., niet van mij. Hierover zeggen de geschriften: “Ik ben stralend, boven het leven en de geest verheven.” (Muṇḍaka Up.)

एतस्माज्जायते प्राणो  
 मनः सर्वेन्द्रियाणि च ।  
 खं वायुर्ज्योतिरापः  
 पृथिवी विश्वस्य धारिणी ॥

etasmājjāyate prāṇo  
 manaḥ sarvendriyāṇi ca  
 khaṁ vāyurjyotirāpaḥ  
 pṛthivī viśvasya dhāriṇī

**etasmāt** (5e) – daaruit;  
**jāyate** – wordt geboren;  
**prānaḥ** (1e) – de levensadem;  
**manaḥ** (1e) – geest, Manas;  
**sarva-indriyāṇi** (1b) – alle zintuigen;  
**ca** – en;  
**kham** (1e) – ether;  
**vāyuḥ** (1e) – lucht;  
**jyotis** (1e) – licht;  
**āpaḥ** (1b) – water;  
**pr̥thivī** (1e) – aarde;  
**viśvasya** (6e) – van alles;  
**dhāriṇī** (1e) – onderhoudster.

Alles wordt daaruit geboren, de levensadem, de geest, alle zintuigen, ether, lucht, licht, water en de aarde, de onderhoudster van alles.

निर्गुणो निष्क्रियो नित्यो  
 निर्विकल्पो निरञ्जनः ।  
 निर्विकारो निराकारो  
 नित्यमुक्तोऽस्मि निर्मलः ॥

nirguṇo niṣkriyo nityo  
 nirvikalpo nirañjanaḥ  
 nirvikāro nirākāro  
 nityamukto'smi nirmalaḥ

**nirguṇaḥ** (1<sup>e</sup>) – zonder eigenschappen;  
**niṣkriyaḥ** (1<sup>e</sup>) – zonder handelingen;  
**nityaḥ** (1<sup>e</sup>) – eeuwig;  
**nirvikalpaḥ** (1<sup>e</sup>) – zonder wensen;  
**nirañjanaḥ** (1<sup>e</sup>) – smetteloos;  
**nirvikāraḥ** (1<sup>e</sup>) – onveranderlijk;  
**nirākāraḥ** (1<sup>e</sup>) – vormloos;  
**nityamuktaḥ** (1<sup>e</sup>) – voor eeuwig vrij;  
**asmi** – ik ben;  
**nirmalaḥ** (1<sup>e</sup>) – zuiver.

Ik ben zonder eigenschappen, zonder handelingen, zonder wensen, smetteloos, eeuwig, onveranderlijk, vormloos, zuiver en eeuwig vrij.

अहमाकाशवत्सर्वं  
 बहिरन्तर्गतोऽच्युतः ।  
 सदा सर्वसमस्मिद्धो  
 निस्मद्धो निर्मलोऽचलः ॥

ahamākāśavatsarvaṃ  
 bahirantargato'cyutaḥ  
 sadā sarvasamassiddho  
 nissaṅgo nirmalo'calaḥ



**aham** – ik (ben);  
**ākāśavat** (1e) – als de ether;  
**sarvam** (1e) – alles;  
**bahis** (prp) – buiten;  
**antar** (prp) – binnen;  
**gataḥ** (1e) – gegaan;  
**acyutaḥ** (1<sup>e</sup>) – onvergankelijk;  
**sadā** – altijd;  
**sarva** (prp) – in alles;  
**samaḥ** (1<sup>e</sup>) – hetzelfde;  
**siddhaḥ** (1<sup>e</sup>) – volmaakt;  
**nisaṅgaḥ** (1<sup>e</sup>) – niet gebonden;  
**nirmalaḥ** (1<sup>e</sup>) – zuiver;  
**acalaḥ** (1e) – onbeweeglijk.

Ik ben onveranderlijk, alles doordringend en alles omvattend als de ether. Ik ben altijd dezelfde in alles, volmaakt, ongebonden, zuiver en onbeweeglijk.

नित्यशुद्धविमुक्तैकम्  
 अकण्डानन्दमद्वयम् ।  
 सत्यं ज्ञानमनन्तं यत्  
 परं ब्रह्माहमेव तत् ॥

nityaśuddhvimuktaikam-  
 akhaṇḍānandamadvayam  
 satyaṃ jñānamanantaṃ yat  
 paraṃ brahmāham eva tat

**nitya** (prp) – eeuwig;  
**śuddha** (prp) – zuiver;  
**vimukta** (prp) – vrij;  
**ekam** (1<sup>e</sup>) – één;  
**akhaṇḍa** (prp) – ondeelbaar;  
**ānandam** (1<sup>e</sup>) – gelukzalig;  
**advayam** (1<sup>e</sup>) – niet-twee;  
**satyam** (1<sup>e</sup>) – waarheid;  
**jñānam** (1<sup>e</sup>) – kennis;  
**anantam** (1<sup>e</sup>) – oneindig;  
**yat-param** (1<sup>e</sup>) – dat opperste;  
**brahmāham** (1<sup>e</sup>) – ik ben Brahman;  
**eva** – waarlijk;  
**tat** (1<sup>e</sup>) – dat.

Ik ben waarlijk die opperste Brahman die waarheid, kennis en oneindigheid is. Ik ben eeuwig zuiver, vrij, één en ondeelbaar, gelukzalig en zonder dualiteit.

एवं निरन्तराभ्यस्ता  
ब्रह्मैवास्मीति वामना ।  
हरत्यविद्याविक्षेपान्  
रोगानिव रसायनम् ॥

evaṃ nirantarābhyastā  
brahmaivāsmīti vāsanā  
haratyavidyāvikṣepān  
rogāniva rasāyanam

**evam** – waarlijk;  
**nirantarābhyastā** (1<sup>e</sup>) – ononderbroken;  
**brahmā** (1<sup>e</sup>) – Brahman;  
**eva** – werkelijk;  
**asmi** – ik ben;  
**iti** – “ – ” ;  
**vāsanā** (1<sup>e</sup>) – gedachte, het weten;  
**harati** – neemt weg;  
**avidyā** (prp) – onwetendheid;  
**vikṣepān** (2b) – vikṣepa;  
**rogān** (2b) – ziekten;  
**iva** – zoals;  
**rasāyanam** (1<sup>e</sup>) – medicijn.

Het voortdurend weten: “Ik ben Brahman”  
neemt onwetendheid en vikṣepa weg, zoals  
de medicijn rasāyanam vele ziekten  
geneest.

(**vikṣepa** – voortdurende beweeglijkheid van de geest)

विविक्तदेश आसिनो  
 विरागो विजितेन्द्रियः ।  
 भावयेदेकमात्मानं  
 तमनन्तमनन्यधीः ॥

viviktadeśa āsino  
 virāgo vijitendriyaḥ  
 bhāvayedekamātmānaṃ  
 tamanantamananyadhīḥ

**vivikta** (prp) – eenzaam;  
**deśa** (7<sup>e</sup>) – plaats;  
**āsinah** (1<sup>e</sup>) – gezeten;  
**virāgaḥ** (1<sup>e</sup>) – vrij van hartstochten;  
**vijita** (prp) – beheerst;  
**indriyaḥ** (1<sup>e</sup>) – zintuigen;  
**bhāvayet** – laat zijn;  
**ekam** (2<sup>e</sup>) – één;  
**ātmanam** (2<sup>e</sup>) – Ātman;  
**tam** (2<sup>e</sup>) – deze;  
**anantam** (2<sup>e</sup>) – oneindig;  
**ananya** (prp) – geen ander;  
**dhīḥ** (1<sup>e</sup>) – aandacht, meditatie.

Mediteer (daarom) onafgebroken, met volle aandacht, over de ene, eeuwige Ātman, op een eenzame plaats gezeten, vrij van hartstochten en met beheerste zintuigen.

आत्मन्येवाखिलं दृश्यं  
 प्रविलाप्य धिया सुधीः ।  
 भावयेदेकमात्मानं  
 निर्मलाकाशवत्सदा ॥

ātmanyevākhilam dṛśyam  
 pravilāpya dhiyā sudhīḥ  
 bhāvayedekamātmānam  
 nirmalākāśavatsadā



**ātmani** (7<sup>e</sup>) – in de Ātman;  
**eva** – werkelijk, zo;  
**akhilam** (2<sup>e</sup>) – geheel en al;  
**dr̥śyam** (2<sup>e</sup>) – zichtbaar, moet gezien worden;  
**pravilāpya** – doen verdwijnen, oplossen in, volledig vernietigd worden;  
**dhiyā** (3<sup>e</sup>) – met de geest;  
**sudhiḥ** (1<sup>e</sup>) – de wijze;  
**bhāvayet** – men dient te mediteren;  
**ekam** (2<sup>e</sup>) – één;  
**ātmānam** (2<sup>e</sup>) – Ātman;  
**nirmala** (prp) – smetteloos;  
**ākāśavat** (1<sup>e</sup>) – zoals de ether;  
**sadā** – altijd.

De wijze moet naar alles kijken met een geest die geheel en al op de Ātman is gericht. Laat hij met zijn gedachten altijd verblijven bij de ene Ātman, die gelijk is aan de smetteloze hemelruimte.

रूपवर्णादिकं सर्वं  
 विज्ञाय परमार्थवित् ।  
 परिपूर्णचिदानन्द  
 स्वरूपेणावतिष्ठते ॥

rūpavarṇādikaṃ sarvaṃ  
 vijñāya paramārthavit  
 paripūrṇacidānanda  
 svarūpeṇāvatiṣṭhate

**rūpa** (prp) – vorm;  
**varṇa** (prp) – soort, kleur;  
**ādīkam** (2<sup>e</sup>) – enz.;  
**sarvam** (2<sup>e</sup>)- alle;  
**vijñāya** – wanneer men beseft heeft;  
**paramārthavit** (1<sup>e</sup>) – hij die het hoogste doel kent;  
**paripūrṇa** (prp) – volledig, volmaakt;  
**cidānanda** (prp) – bewustzijn en geluk;  
**svarūpeṇa** (3<sup>e</sup>) – door belichaming;  
**avatiṣṭhate** – verblijft.

Hij die alles wat vorm en kleur heeft, kent,  
en het hoogste doel bereikt heeft, verblijft  
in zichzelf als de belichaming van  
overvloed, bewustzijn en geluk.

ज्ञातृज्ञानज्ञेयभेदः  
 परे नात्मनि विद्यते ।  
 चिदानन्दैकरूपत्वाद्  
 दीप्यते स्वयमेव तत् ॥

jñātrjñānajñeyabhedah  
 pare nātmani vidyate  
 cidānandaikarūpatvād  
 dīpyate svayameva tat

**jñātr** (prp) – de kenner;  
**jñāna** (prp) – het kennen, kennis;  
**jñeya** (prp) – het gekende;  
**bhedah** (1<sup>e</sup>) – onderscheid;  
**pare** (7<sup>e</sup>) – opperste;  
**na** – niet;  
**ātmani** (7<sup>e</sup>) – in de Ātman;  
**vidyate** – er wordt geweten;  
**cit** (prp) – bewustzijn;  
**ānanda** (prp) – volledig geluk;  
**eka** (prp) – één;  
**rūpatvāt** (5<sup>e</sup>) – vorm hebbend;  
**dīpyate** – hij straalt;  
**svayam** (1<sup>e</sup>) – zelf;  
**eva** – werkelijk;  
**tat** (1<sup>e</sup>) – dat.

In de opperste Ātman bestaat geen onderscheid tussen de kenner, het gekende en de kennis, omdat hijzelf slechts één vorm heeft: bewustzijn en geluk. Hij straalt alleen vanuit zichzelf.

एवमात्मारणौ  
 ध्यानमथने सततं कृते ।  
 उदितावगतिज्वाला  
 सर्वाज्ञानेन्धनं दहेत् ॥

evamātmāraṇau  
 dhyānamathane satataṃ kṛte  
 uditāvagatirjvālā  
 sarvājñānendhanaṃ dahet

**evam** – zó;

**ātmāraṇau** (7<sup>e</sup>) – op het vuurstokje, in de vreugde van het Zelf;

**dhyāna** (prp) – meditatie;

**mathane** (7<sup>e</sup>) – wrijving;

**satatam** – voortdurend;

**kr̥te** (7<sup>e</sup>) – gemaakt zijnde;

**uditā** – omhoog;

**avagatiḥ** (1<sup>e</sup>) – begrip;

**jvālā** (1<sup>e</sup>) – vlam;

**sarva** (prp) – alle;

**ajñāna** (prp) – onwetendheid;

**indhanam** (2<sup>e</sup>) – brandstof;

**dahet** – verbrandt.

Wanneer door voortdurende meditatie over het vreugdevolle Zelf wrijving ontstaat en de vlam van kennis is opgewekt, verbrandt dit vuur alle brandstof van onwetendheid.

अरुणेनेव बोधेन  
 पूर्वं सन्तमसे हृते ।  
 तत आविर्भवेदात्मा  
 स्वयमेवांशुमानिव ॥

aruṇeneva bodhena  
 pūrvam santamase hr̥te  
 tata āvirbhavedātmā  
 svayamevāṁśumāniva



**aruṇena** (3e) – door het ochtendgloren;  
**iva** – zoals;  
**bodhena** (3e) – door de kennis;  
**pūrvam** – eerst, voor;  
**santamase** (7e) – duisternis;  
**hr̥te** (7e) – weggenomen (zijnde);  
**tatas** – dan, zó;  
**āvīrbhavet** – te voorschijn komt;  
**ātmā** (1e) – de Ātman;  
**svayam** – zelf;  
**eva** – zelfs, zó;  
**aṃśumān** (1e) – zon;  
**iva** – als het ware.

Zoals de duisternis weggenomen wordt door het ochtendgloren, zo wordt de duisternis van onwetendheid verjaagd door kennis wanneer de Ātman zelf als de zon te voorschijn treedt.

आत्मा तु सततं प्राप्तो  
 ऽप्यप्राप्तवदविद्यया ।  
 तन्नाशे प्राप्तवद्भ्रति  
 स्वकण्ठाभरणं यथा ॥

ātmā tu satataṃ prāpto  
 'pyaprāptavadavidyayā  
 tannāśe prāptavadbhāti  
 svakaṅṭhābharaṇaṃ yathā

**ātmā** (1<sup>e</sup>) – de Ātman;  
**tu** – hoewel;  
**satatam** – altijd;  
**prāptaḥ** (1<sup>e</sup>) – aanwezig;  
**api** – toch;  
**aprāptavat** (1<sup>e</sup>) – niet gerealiseerd;  
**avidyayā** (3<sup>e</sup>) – door onwetendheid;  
**tat** (prp) –  
**nāśe** (7<sup>e</sup>) – dat vernietigd is;  
**prāptavat** (1<sup>e</sup>) – gerealiseerd;  
**bhāti** – straalt;  
**sva** (prp) – eigen;  
**kaṅṭha** (prp) – hals;  
**ābharaṇam** 91<sup>e</sup>) – ketting;  
**yathā** – zoals.

Hoewel de Ātman altijd aanwezig is, wordt dit door onwetendheid niet gerealiseerd. Als deze (onwetendheid) vernietigd is, wordt Hij gerealiseerd en straalt Hij. Hij is als de halsketting (die men zoekt, terwijl men hem om de hals heeft).

स्थाणौ पुरुषवद्भ्रान्त्या  
 कृता ब्रह्मणि जीवता ।  
 जीवस्य तात्त्विके रूपे  
 तस्मिन्दृष्टे निवर्तते ॥

sthāṇau puruṣavadbhrāntyā  
 kṛtā brahmaṇi jīvata  
 jīvasya tāttvike rūpe  
 tasmindṛṣṭe nivartate

**sthāṇau** (7<sup>e</sup>) – in een boomstronk;  
**puruṣavat** (1<sup>e</sup>) – als Puruṣa;  
**bhrāntyā** (3<sup>e</sup>) – bij vergissing, bij het zwerven, wandelen;  
**kr̥tā** (1<sup>e</sup>) – gemaakt;  
**brahmaṇi** (7<sup>e</sup>) – in Brahman;  
**jīvatā** (1<sup>e</sup>) – als de Jīva;  
**jīvasya** (6<sup>e</sup>) – van de Jīva;  
**tāttvike** (7<sup>e</sup>) – feitelijk;  
**rūpe** (7<sup>e</sup>) – in de vorm;  
**tasmin** (7<sup>e</sup>) in dat;  
**dr̥ṣṭe** (7<sup>e</sup>) – gezien;  
**nirvartate** – verdwijnt.

Zoals men tijdens een wandeling (in de schemering) een boomstronk voor een mens kan houden, zo schijnt men in Brahman de Jīva te zien, totdat dit schijnbeeld verdwijnt door de ware aard van de Jīva te zien.

तत्वस्वरूपानुभवाद्  
 उत्पन्नं ज्ञानमञ्जसा ।  
 अहं ममेति चाज्ञानं  
 बाधते दिग्भ्रमादिवत् ॥

tatvasvarūpānubhavād  
 utpannaṃ jñānamañjasā  
 ahaṃ mameti cājñānaṃ  
 bādgate digbhramādivat

**tatva** (prp) – het zijn;  
**svarūpa** (prp) – ware aard;  
**anubhavāt** (5<sup>e</sup>) – wegens realisatie;  
**utpannam** (1<sup>e</sup>) – opgerezen;  
**jñānam** (1<sup>e</sup>) – kennis;  
**añjasā** (3<sup>e</sup>) – recht, juist, snel;  
**aham** (1<sup>e</sup>) – ik;  
**mama** (7<sup>e</sup>) – mijn;  
**iti** – zó;  
**ca** – en;  
**ajñānam** (2<sup>e</sup>) – onwetendheid;  
**bādhate** – verdrijft;  
**digbhrama** (prp) – dwaalspoor;  
**ādivat** (1<sup>e</sup>) – zoals enz.

Juiste kennis, opgerezen uit de realisatie van de waarheid, verdrijft snel de onwetendheid van ik, mij en mijn, zoals men van een dwaalspoor afkomt (door kennis van de juiste richting).

सम्यक् विज्ञानवान् योगी  
स्वात्मन्येवाखिलं जगत् ।  
एकं च सर्वमात्मानम्  
ईक्षते ज्ञानचक्षुषा ॥

samyak vijñānavān yogī  
svātmanyevākhilam jagat  
ekam ca sarvamātmānam  
īkṣate jñānacakṣuṣā



**samyak** (prp) – volmaakt, geheel, compleet;  
**vijñānavān** (1<sup>e</sup>) – verlichting, vol wijsheid;  
**yogī** (1<sup>e</sup>) – de Yogi;  
**sva-ātmani** (7<sup>e</sup>) – in zijn eigen Zelf;  
**eva** – zó;  
**akhilam** (2<sup>e</sup>) – geheel en al;  
**jagat** (2<sup>e</sup>) – de wereld, het universum;  
**ekam** (2<sup>e</sup>) – één;  
**ca** – en;  
**sarvam** (2<sup>e</sup>) – alles;  
**ātmānam** (2<sup>e</sup>) – (als) het Zelf;  
**ikṣate** – ziet, beschouwt;  
**jñāna** (prp) – kennis;  
**cakṣuṣā** (3<sup>e</sup>) – met het oog.

De Yogi die vol van volmaakte wijsheid is en die het gehele universum in zichzelf ziet, beschouwt alles met het oog van kennis als zijn eigen Zelf.

आत्मैवेदं जगत्सर्वम्  
आत्मनोऽन्यन्न विद्यते ।  
मृदो यद्वद्घटादीनि  
स्वात्मानं सर्वमीक्षते ॥

ātmaivedaṃ jagatsarvam  
ātmano'nyanna vidyate  
mṛdo yadvadghaṭādini  
svātmānaṃ sarvamikṣate

**ātmā** (1<sup>e</sup>) – de Ātman;  
**eva** – zeker;  
**idam** (1<sup>e</sup>) – dit, deze;  
**jagat** (1<sup>e</sup>) – de wereld;  
**sarvam** (1<sup>e</sup>) – alles;  
**ātmanah** (5<sup>e</sup>) – dan de Ātman;  
**anyat na** (1<sup>e</sup>) – niet anders;  
**vidyate** – bestaat;  
**mṛdaḥ** (5<sup>e</sup>) – van klei;  
**yadvat** (1<sup>e</sup>) – zoals;  
**ghaṭādīni** (2b) – een pot e.d.;  
**svātmānam** (2<sup>e</sup>) – (als) zichzelf;  
**sarvam** (2b) – alles;  
**īkṣate** – ziet.

Deze wereld is voorzeker de Ātman, alles is  
Ātman, iets anders dan Ātman is er niet.  
Zoals potten e.d. van klei zijn gemaakt, zo  
ziet de wijze, de Yogi, alles als zichzelf.

जीवन्मुक्तस्तु तद्विद्वान्  
 पूर्वोपाधिगुणान्स्त्यजेत् ।  
 सच्चिदानन्दरूपत्वात्  
 भवेद्भ्रमरकीटवत् ॥

jīvanmuktastu tadvidvān  
 pūrvopādhiguṇānstyajet  
 saccidānandarūpatvāt  
 bhavedbhramarakīṭavat

**jīvanmuktaḥ** (1<sup>e</sup>) – tijdens zijn leven bevrijd, levend  
bevrijd, (bevrijde ziel);  
**tu** – want, maar;  
**tadvidvān** (1<sup>e</sup>) – die dat weet;  
**pūrva** (prp) – vóórliggende;  
**upādhi** (prp) – deklagen, sluiers;  
**guṇān** (2b) – de Guna's;  
**tyajet** – geeft op;  
**saccidānanda** \*) (prp) – bestaan, geluk, bewustzijn;  
**rūpatvāt** (5<sup>e</sup>) – t.g.v. het feit dat het ..... vorm heeft,  
vervuld van;  
**bhavet** – wordt;  
**bhramara** \*\*) (prp) – bij, kever;  
**kīṭavat** (1<sup>e</sup>) – zoals de worm.

Want hij die “Dat” kent en de sluiers van de  
Guṇa's heeft opgegeven, wordt een  
Jīvanmukta, vervuld van Saccidānanda,  
zoals een rups verandert in een vlinder.

\*) Saccidānanda: de drie kenmerken van de Ātman.

\*\*\*) Dit berust op een volksverhaal waarin een worm, door  
angst gegrepen, zelf in het object van zijn angst verandert  
(hier de Bhramara-kever).

तीर्त्वा मोहार्णवं हत्वा  
रगद्वेषादिरक्षमान् ।  
योगी शान्तिममायुक्त  
आत्मारामो विराजते ॥

tīrtvā mohārṇavaṃ hatvā  
rāgadveṣādirākṣasān  
yogī śāntisamāyukta  
ātmārāmo virājate

**tīrtvā** – na overgestoken te zijn;  
**moha** (prp) – misleiding;  
**arṇavam** (2<sup>e</sup>) – oceaan;  
**hatvā** – na gedood te hebben;  
**rāga** (prp) – hartstocht;  
**dveṣa** (prp) – haat;  
**ādi** (prp) – enz.;  
**rākṣasān** (2b) – monsters;  
**yogī** (1<sup>e</sup>) – de Yogi;  
**śanti** (prp) – vrede;  
**samāyuktaḥ** (1<sup>e</sup>) – verbonden, verankerd in;  
**ātmārāmaḥ** (1<sup>e</sup>) – vreugde van het Zelf;  
**virājate** – straalt uit.

Na de oceaan van misleiding overgestoken te zijn en de monsters van begeerte en afkeer te hebben gedood, is de Yogi verankerd in vrede en straalt de vreugde van het Zelf uit.

(Deze śloka bevat een toespeling op de Rāmāyana, waarin Rāma moet vechten tegen de Rākṣasa's.)

बाह्यानित्यसुखामक्तिं  
 हित्वात्मसुखनिर्वृतः ।  
 घटस्थदीपवत्स्वस्थः  
 स्वान्तरेव प्रकाशते ॥

bāhyānityasukhāsaktiṃ  
 hitvātmasukhanirvṛtaḥ  
 ghaṭasthadīpavatsvasthaḥ  
 svāntareva prakāśate



**bāhya** (prp) – uiterlijk;  
**anitya** (prp) – onbestendig;  
**sukha** (prp) – geluk, genoeg;  
**asaktim** (2<sup>e</sup>) – ongehechtheid;  
**hitvā** – nadat geplaatst...;  
**ātma** (prp) – de Ātman (in zichzelf);  
**sukha** (prp) – geluk;  
**nirvṛtaḥ** (1<sup>e</sup>) – tevreden, onbewogen;  
**ghaṭa** (prp) – pot;  
**sṭha** (prp) – geplaatst, gezet;  
**dīpavat** (1<sup>e</sup>) – zoals licht;  
**svasthaḥ** (1<sup>e</sup>) – in zichzelf verblijft;  
**sva** (prp) – zelf;  
**antar** – binnenin;  
**eva** – zeker;  
**prakāśate** – naar buiten schijnend.

De Yogi die niet gehecht is aan uiterlijke, onbestendige genoegens, is tevreden met het geluk in zichzelf. Zoals een licht dat in een pot is geplaatst, verlicht hij, in zichzelf verblijvend, alleen zijn eigen Zelf.

उपाधिस्थोऽपि तद्धर्मैर्  
 अलिप्तो व्योमवन्मुनिः ।  
 सर्वविन्मूढवत्तिष्ठेद्  
 असक्तो वायुवच्चरेत् ॥

upādhistho'pi taddharmair  
 alipto vyomavanmuniḥ  
 sarvavinmūḍhavattiṣṭhed  
 asakto vāyuvaccaret

**upādhisthaḥ** (1<sup>e</sup>) – verblijvend in de Upādhi's;

**api** – hoewel;

**tat** (prp) – dat;

**dharmaiḥ** (3b) – door Dharma (de wet);

**aliptaḥ** (1<sup>e</sup>) – onthecht, los;

**vyomavat** (1<sup>e</sup>) – als de hemel;

**muniḥ** (1<sup>e</sup>) – de wijze;

**sarva** (prp) – alles;

**vid** (1<sup>e</sup>) – wetend;

**mūdhavat** (1<sup>e</sup>) – als een dwaas;

**tiṣṭhet** – hij staat;

**asaktaḥ** (1<sup>e</sup>) – los, niet gebonden;

**vāyuvat** (1<sup>e</sup>) – als de wind;

**caret** – gaat.

Hoewel de wijze (nog steeds) verbonden is met de Upādhi's, is hij vrij van de gevolgen ervan, zoals de hemel vrij is. Hoewel hij alles weet, gedraagt hij zich (soms) als een dwaas, en is ongebonden als de wind.

उपाधिविलयाद्विष्णौ  
 निर्विशेषं विशेन्मुनिः ।  
 जले जलं वियद्व्योम्नि  
 तेजस्तेजसि वा यथा ॥

upādhivilayādviṣṇau  
 nirviśeṣaṃ viśenmuniḥ  
 jale jalaṃ viyadvyomni  
 tejastejasi vā yathā

**upādhi** (prp) – deklaag;  
**vilayāt** (5<sup>e</sup>) – als gevolg van vernietiging;  
**viṣṇau** (7<sup>e</sup>) – in Viṣṇu;  
**nirviśeṣam** – volledig, zonder rest;  
**viśet** – vestigt, gaat op (in);  
**muniḥ** (1<sup>e</sup>) – de wijze;  
**jale** (7<sup>e</sup>) – in water;  
**jalam** (1<sup>e</sup>) – water;  
**viyadvyomni** (**viyad-vyomni** resp. 1<sup>e</sup>, 7<sup>e</sup>) – ruimte in ruimte;  
**tejastejasi** (tejas-tejasi resp. 1<sup>e</sup>, 7<sup>e</sup>) – vuur in vuur;  
**vā** – of;  
**yathā** – zoals.

Bij de vernietiging van de Upādhi's gaat de wijze volledig op in Viṣṇu, zoals water in water, lucht in lucht en vuur in vuur.

यल्लभान्नापरो लाभो  
 यत्सुखान्नापरं सुखम् ।  
 यज्ज्ञानान्नापरं ज्ञानं  
 तद्ब्रह्मेत्यवधारयेत् ॥

yallābhānnāparo lābho  
 yatsukhānnāparam sukham  
 yajjñānānnāparam jñānaṃ  
 tadbrahmetyavadhārayet

**yat** (prp) – die, dat;  
**lābhāt** (5<sup>e</sup>) – is bereikt;  
**na** – niets;  
**aparah-**(1<sup>e</sup>) – anders;  
**lābhaḥ** (1<sup>e</sup>) – bereikt;  
**yat** (prp) – dat;  
**sukhāt** (5<sup>e</sup>) – geluk;  
**na-aparam** (1<sup>e</sup>) – niets anders, niets meer;  
**sukham** (1<sup>e</sup>) – geluk;  
**yat** (prp) – die;  
**jñānāt** (5<sup>e</sup>) – kennis;  
**na-aparam** (1<sup>e</sup>) – niets meer, niets anders;  
**jñānam** (1<sup>e</sup>) – kennis;  
**tat** (1<sup>e</sup>) – die;  
**brahmeti** (1<sup>e</sup>) – is Brahman;  
**avadhārayet** – men moet realiseren.

Wanneer *dat* bereikt is, valt er niets meer te bereiken. Wanneer *dat* genoten wordt, valt er niets meer te genieten. Wanneer *dat* gekend wordt, valt er niets meer te kennen. Dat is Brahman, *dat* moet men realiseren.

यद्दृष्ट्वा नापरं दृश्यं  
 यद्भूत्वा न पुनर्भवः ।  
 यज्ज्ञात्वा नापरं ज्ञेयं  
 तद्ब्रह्मेत्यवधारयेत् ॥

yaddr̥ṣṭvā nāparam dṛśyam  
 yadbhūtvā na punarbhavaḥ  
 yajjñātvā nāparam jñeyam  
 tadbrahmetyavadhārayet



**yat** (2<sup>e</sup>) – dat;  
**dr̥ṣtvā** – gezien heeft;  
**nāparam** (1<sup>e</sup>) – niets anders, niets meer;  
**dr̥śyam** (1<sup>e</sup>) – te zien;  
**yat** (1<sup>e</sup>) – dat;  
**bhūtvā** – geworden is;  
**na** – niet;  
**punar** – opnieuw;  
**bhavaḥ** (1<sup>e</sup>) – te worden;  
**yat** (2<sup>e</sup>) – dat;  
**jñātvā** – gekend heeft;  
**nāparam** (1<sup>e</sup>) – niets anders;  
**jñeyam** (1<sup>e</sup>) – te kennen;  
**tat** (1<sup>e</sup>) – dat;  
**brahma** (1<sup>e</sup>) – Brahman;  
**iti** – zeker;  
**avadhārayet** – men moet realiseren.

Wanneer men *dat* gezien heeft, hoeft men niets meer te zien. Wanneer men *dat* geworden is, hoeft men niets meer te worden. Wanneer men *dat* gekend heeft, hoeft men niets meer te kennen. Dat is Brahman, *dat* moet men realiseren.

तिर्यगूर्ध्वमधः पूर्णं  
 सच्चिदानन्दमद्वयम् ।  
 अनन्तं नित्यमेकं यत्  
 तद्ब्रह्मेत्यवधारयेत् ॥

tiryagūrdhvamadhaḥ pūrṇaṃ  
 saccidānandamadvayam  
 anantaṃ nityamekaṃ yat  
 tadbrahmetyavadhārayet

**tiryag** (1<sup>e</sup>) – overdwers, kruiselings;  
**ūrdhvam** (1<sup>e</sup>) – omhoog;  
**adhah** (1<sup>e</sup>) – omlaag;  
**pūrṇam** (1<sup>e</sup>) – vol;  
**saccidānandam** (1<sup>e</sup>) – Sat-Cit-Ānanda;  
**advayam** (1<sup>e</sup>) – niet-twee;  
**anantam** (1<sup>e</sup>) – oneindig;  
**nityam** (1<sup>e</sup>) – eeuwig;  
**ekam** (1<sup>e</sup>) – een;  
**yat** (1<sup>e</sup>) – wat;  
**tat** (1<sup>e</sup>) – dat;  
**brahma** (1<sup>e</sup>) – Brahman;  
**iti** – tenslotte;  
**avadhārayet** – men moet realiseren.

Omhoog, omlaag, overdwers, vol, Sat-Cit-  
Ānanda, onverdeeld, oneindig, eeuwig, één  
geheel. Dat is Brahman, *dat* moet men  
realiseren.

अतद्व्यावृत्तिरूपेण  
 वेदान्तैर्लक्ष्यतेऽद्वयम् ।  
 अखण्डानन्दमेकं यत्  
 तद्ब्रह्मत्यवधारयेत् ॥

atadvyāvṛttirūpeṇa  
 vedāntairlakṣyate'dvayam  
 akhaṇḍānandamekaṃ yat  
 tadbrahmetyavadhārayet

**a** – niet;  
**tat** (prp) – dat;  
**vyāvṛtti** (prp) – afwenden;  
**rūpeṇa** (3<sup>e</sup>) – door de methode;  
**vedāntaiḥ** (3b) – door de Vedānta;  
**lakṣyate** – wordt gekenmerkt;  
**advayam** (1<sup>e</sup>) – niet-twee;  
**akhaṇḍa** (prp) – ondeelbaar;  
**ānandam** (1<sup>e</sup>) – Ānanda;  
**ekam** (1<sup>e</sup>) – één;  
**yat** (1<sup>e</sup>) – wat;  
**tat** (1<sup>e</sup>) – dat;  
**brahma** (1<sup>e</sup>) – Brahman;  
**iti** – tenslotte;  
**avadhārayet** – men moet realiseren.

Datgene wat door de methode van afwijzen (overblijft), wordt door de Vedānta gekenmerkt als niet-twee, ondeelbaar, vervuld van Ānanda, één. Dat is Brahman, *dat* moet men realiseren.

(Dit duidt op de methode “neti-neti” (niet dit, niet dit), waarmee de Upādhi’s als niet-Zelf worden afgewezen.)

अखण्डानन्दरूपस्य  
 तस्यानन्दलवाश्रिताः ।  
 ब्रह्माद्यास्तारतम्येन  
 भवन्त्यानन्दिनो लवाः ॥

akhaṇḍānandarūpasya  
 tasyānandalavāśritāḥ  
 brahmādyāstāratmyena  
 bhavantyānandino lavāḥ

**akhaṇḍa** (prp) – ondeelbaar;  
**ānanda** (prp) – Ānanda;  
**rūpasya** (6<sup>e</sup>) – van vorm;  
**tasya** (6<sup>e</sup>) – hiervan;  
**ānanda** (prp) – Ānanda;  
**lava** (prp) – partikel;  
**āśritāḥ** (1b) – ondersteund;  
**brahmādyāḥ** (1b) – Brahmā , etc.;  
**tāratamyena** (3<sup>e</sup>) – met gradaties, in verschillende graden;  
**bhavanti** – worden;  
**ānandinaḥ** (1b) – van Hem die vervuld is van vreugde;  
**lavāḥ** (1b) – deeltjes.

Brahmā en de andere goden genieten slechts één deeltje van Hem wiens vorm ondeelbaar geluk is. Hierdoor zijn zij zelf deeltjes die verschillende gradaties van geluk kennen.

तद्युक्तमखिलं वस्तु  
 व्यवहारस्तदन्वितः ।  
 तस्मात्सर्वगतं ब्रह्म  
 क्षीरे सर्पिरिवाखिले ॥

tadyuktamakhilam vastu  
 vyavahārastadanvitaḥ  
 tasmātsarvagataṁ brahma  
 kṣīre sarpirivākhile



**tat** (prp) – dat;  
**yuktam** (1<sup>e</sup>) – verbonden;  
**akhilam** (1<sup>e</sup>) – alles;  
**vastu** (1<sup>e</sup>) – objecten;  
**vyavahārah** (1<sup>e</sup>) – activiteiten;  
**tat** (prp) – dat;  
**anvitaḥ** (1<sup>e</sup>) – verbonden met;  
**tasmāt** (5<sup>e</sup>) – daarom;  
**sarva** (prp) – alles;  
**gatam** (1<sup>e</sup>) – doordrongen;  
**brahma** (1<sup>e</sup>) – Brahman;  
**kṣīre** (7<sup>e</sup>) – melk;  
**sarpiḥ** (1<sup>e</sup>) – boter;  
**iva** – zoals;  
**akhile** (7<sup>e</sup>) – in alles.

Elk object is verbonden met Hem, alle activiteiten zijn verbonden met Hem. Daarom is Brahman in alles aanwezig, zoals boter overal in de melk aanwezig is.

अनण्वस्थूलमह्रस्वम्  
 अदीर्घमजमव्ययम् ।  
 अरूपगुणवर्णार्व्यं  
 तद्ब्रह्मेत्यवधारयेत् ॥

anaṇvasthūlamahrasvam  
 adīrghamajamavyayam  
 arūpaguṇavarṇākhyam  
 tadbrahmetyavadhārayet

**anaṇu** (1<sup>e</sup>) – niet subtiel;  
**astūlam** (1<sup>e</sup>) – niet grof;  
**ahrasvam** (1<sup>e</sup>) – niet kort;  
**adhīrgham** (1<sup>e</sup>) – niet lang;  
**ajam** (1<sup>e</sup>) niet geboren;  
**avyayam** (1<sup>e</sup>) – onveranderlijk;  
**arūpa** (prp) – zonder vorm;  
**guṇa** (prp) – kwaliteit;  
**varṇa** (prp) – kleur;  
**ākhyam** (1<sup>e</sup>) – gezegd wordt;  
**tat** (1<sup>e</sup>) – dat;  
**brahma** (1<sup>e</sup>) – Brahman;  
**iti** – tenslotte;  
**avadhārayet** – men moet realiseren.

(Brahman) waarvan gezegd wordt dat het noch fijn noch grof is, kort noch lang, dat het ongeboren, onveranderlijk is, vormloos, kleurloos, zonder kwaliteiten, *dat* is Brahman, *dat* moet men realiseren.

यद्भ्रामा भास्यतेऽर्कादि  
 भास्यैर्यत्तु न भास्यते ।  
 येन सर्वभिदं भाति  
 तद्ब्रह्मेत्यवधारयेत् ॥

yadbhāsā bhāsyate'rkādi  
 bhāsyairyattu na bhāsyate  
 yena sarvamidam bhāti  
 tadbrahmetyavadhārayet

**yat** (prp) – dat;  
**bhāsā** (3<sup>e</sup>) – licht;  
**bhāsyate** – wordt tot stralen gebracht;  
**arkādi** (1<sup>e</sup>) – zon enz.;  
**bhāsyaiḥ** (3b) – wat verlicht wordt;  
**yat** (1<sup>e</sup>) – wat;  
**tu** – maar;  
**na** – niet;  
**bhāsyate** – wordt tot stralen gebracht;  
**yena** (3<sup>e</sup>) – daarvan;  
**sarvam** (1<sup>e</sup>) – alles;  
**idam** (1<sup>e</sup>) – dit;  
**bhāti** – straalt;  
**tad** (1<sup>e</sup>) – dat;  
**brahma** (1<sup>e</sup>) – Brahman;  
**iti** – tenslotte;  
**avadhārayet** – men moet realiseren.

Dat wat het licht doet stralen als de zon,  
wat alles verlicht maar zelf niet door iets  
verlicht wordt, *dat* is Brahman, *dat* moet  
men realiseren.

स्वयमन्तर्बहिरव्याप्य  
 भामयन्नखिलं जगत् ।  
 ब्रह्म प्रकाशते  
 वह्निप्रतप्तायसपिण्डवत् ॥

svayamantarbahirvyāpya  
 bhāsayannakhilam jagat  
 brahma prakāśate  
 vahniprataptāyasapiṇḍavat

**svayam** – zichzelf;  
**antar** – binnen;  
**bahis** – buiten;  
**vyāpya** – doordringen;  
**bhāsayan** (1<sup>e</sup>) – doet stralen;  
**akhilam** (2<sup>e</sup>) – geheel;  
**jagat** (2<sup>e</sup>) – wereld;  
**brahma** (1<sup>e</sup>) – Brahman;  
**prakāśate** – straalt;  
**vahni** (prp) – vuur;  
**pratapta** (prp) – gloeiend;  
**āyasa** (prp) – ijzeren;  
**piṇḍavat** – zoals een bol.

Brahman zelf doordringt de hele wereld met zijn straling, zowel binnen als buiten. Zo verlicht Hij de wereld, zoals een door vuur gloeiende ijzeren bol (verlicht).

जगद्विलक्षणं ब्रह्म  
 ब्रह्मणोऽन्यन्न किञ्चन ।  
 ब्रह्मान्यद्भ्राति चेन्मिथ्या  
 यथा मरुमरीचिका ॥

jagadvilakṣaṇam brahma  
 brahmaṇo'nyanna kiñcana  
 brahmānyadbhāti cenmithyā  
 yathā marumarīcīkā



**jagat** (prp) – de wereld;  
**vilakṣaṇam** (1<sup>e</sup>) – anders;  
**brahma** (1<sup>e</sup>) Brahman;  
**Brahmaṇaḥ** (5<sup>e</sup>) – t.o.v. Brahman;  
**anyat** (1<sup>e</sup>) – anders;  
**na** – niet;  
**kimcana** (**kim** 1<sup>e</sup>) – wat dan ook;  
**brahma** (1<sup>e</sup>) – Brahman;  
**anyat** (1<sup>e</sup>) – anders;  
**bhāti** – schijnt;  
**cet** – voorwaar;  
**mithyā** – vals, misleidend;  
**yathā** – zoals;  
**marumarīcikā** (1<sup>e</sup>) – luchtspiegeling.

Brahman is iets anders dan de wereld; toch is er niets anders dan Brahman. In onwetendheid schijnt Brahman iets anders (te zijn), als een luchtspiegeling.

दृश्यते श्रूयते यद्यद्  
 ब्रह्मणोऽन्यन्न तद्भवेत् ।  
 तत्त्वज्ञानाच्च तद्ब्रह्म  
 सच्चिदानन्दमद्वयम् ॥

drśyate śrūyate yadyad  
 brahmaṇo'nyanna tadbhavet  
 tattvajñānācca tadbrahma  
 saccidānandamadvayam

**drśyate** – wordt gezien;  
**śrūyate** – wordt gehoord;  
**yadyat** (1<sup>e</sup>) – wat ook;  
**brahmaṇaḥ** (5<sup>e</sup>) – van Brahman;  
**anyat** (1<sup>e</sup>) – ander;  
**na** – niet;  
**tat** (1<sup>e</sup>) – dat;  
**bhavet** – bestaat;  
**tattva** (prp) – feit, realiteit;  
**jñānāt** (5<sup>e</sup>) – vanuit kennis;  
**ca** – en;  
**tat** (1<sup>e</sup>) – dat;  
**brahma** (1<sup>e</sup>) – Brahman;  
**saccidānandam** (1<sup>e</sup>) – Sat-Cit-Ānanda;  
**advayam** (1<sup>e</sup>) – niet-twee.

Alles wat gezien en gehoord wordt, is Brahman en niets anders. Gezien vanuit kennis van waarheid is dat alles Brahman, onverdeeld, Zijn, Bewustzijn en Geluk.

सर्वगं सच्चिदात्मानं  
 ज्ञानचक्षुर्निरीक्षते ।  
 अज्ञानचक्षुर्नेक्षेत  
 भास्वन्तं भानुमन्धवत् ॥

sarvagaṃ saccidātmānaṃ  
 jñānacakṣurnirikṣate  
 ajñānacakṣurnekṣeta  
 bhāsvantaṃ bhānumandhavat

**sarvagam** (2<sup>o</sup>) – alomtegenwoordig;  
**saccit** (prp) – zijn en bewustzijn;  
**ātmānam** (2<sup>o</sup>) – het Zelf;  
**jñānacakṣuḥ** (1<sup>o</sup>) – door het oog van kennis;  
**nirīkṣate** – wordt waargenomen;  
**ajñācakṣuḥ** (1<sup>o</sup>) – door het oog van onwetendheid;  
**nekṣeta** – kan niet zien;  
**bhāsvantam** (2<sup>o</sup>) – stralend;  
**bhānum** (2<sup>o</sup>) – de zon;  
**andhavat** (1<sup>o</sup>) – als een blinde.

De alomtegenwoordige Ātman, die zijn en bewustzijn is, wordt (alleen) waargenomen door het oog van kennis. (Maar) iemand die kijkt met het oog van onwetendheid ziet dit niet, evenmin als een blinde de stralende zon kan zien.

श्रवणादिभिरुद्दीप्त  
 ज्ञानाग्निपरितापितः ।  
 जीवस्मर्वमलान्मुक्तः  
 स्वर्णवद्द्योतते स्वयम् ॥

śravaṇādibhiruddipta  
 jñānāgniparitāpitaḥ  
 jīvassarvamalānmuktaḥ  
 svarṇavaddyotate svayam

**śravaṇa (prp)** – door te horen;  
**ādibhiḥ (3b)** – enz.;  
**uddipta (prp)** – verhelderd;  
**jñānāgni (prp)** – vuur van kennis;  
**paritāpitaḥ (1<sup>e</sup>)** – aangestoken;  
**jīvaḥ (1<sup>e</sup>)** – ziel;  
**sarvamalāt (5<sup>e</sup>)** – van alle kwaad;  
**muktaḥ (1<sup>e</sup>)** – bevrijd;  
**svarṇavat (1<sup>e</sup>)** – als goud;  
**dyotate** – schijnt, straalt;  
**svayam (1<sup>e</sup>)** – zelf.

Aangestoken door het vuur van kennis,  
wordt de ziel verhelderd door het horen,  
overwegen en spreken (van de waarheid).  
Deze ziel, bevrijd van alle kwaad, straalt uit  
zichzelf als zuiver goud.

हृदाकाशोदितो ह्यात्मा  
 बोधमानुस्तमोऽपहृत् ।  
 सर्वव्यापी सर्वधारी  
 भाति भासयतेऽखिलम् ॥

hṛdākāśodito hyātmā  
 bodhamānustamo'pahṛt  
 sarvavyāpī sarvadhārī  
 bhāti bhāsayate'khilam



**hr̥dākāśa** (prp) – ruimte in het hart;  
**uditaḥ** (1<sup>e</sup>) – opgekomen;  
**hi** – voorwaar;  
**ātmā** (1<sup>e</sup>) – de Ātman;  
**bodha** (prp) – wijsheid;  
**bhānuḥ** (1<sup>e</sup>) – zon;  
**tamas** (prp) – duisternis;  
**apahr̥t** (1<sup>e</sup>) – (hij die) wegneemt;  
**sarvavyāpī** (1<sup>e</sup>) – alles doordringend;  
**sarvadhāri** (1<sup>e</sup>) – alles ondersteunend;  
**bhāti** – straalt;  
**bhāsayate** – doet stralen;  
**akhilam** (2<sup>e</sup>) – onverdeeld, alles.

De Ātman, die opkomt in de ruimte van het hart, die als de zon van wijsheid is, die alle onwetendheid wegneemt (zoals de zon de duisternis verdrijft), die alles doordringt en alles ondersteunt, straalt en laat alles stralen.

दिग्देशकालाद्यनपेक्ष्य सर्वगं  
 शीतादिहृन्नित्यसुखं निरञ्जनम् ।  
 यस्मवात्मतीर्थं भजते विनिष्क्रियः  
 स सर्ववित्सर्वगतोऽमृतो भवेत् ॥

digdeśakālādyanapekṣya sarvāgam  
 śītādihr̥nnityasukhaṃ nirañjanam  
 yassvātmatīrthaṃ bhajate viniṣkriyaḥ  
 sa sarvavitsarvagato'mṛto bhavet

**dig** (prp) – richting;

**deśa** (prp) – plaats;

**kāla** (prp) – tijd;

**ādi** (2<sup>c</sup>) – enz;

**anapekṣya** – onafhankelijk;

**sarvagam** (2<sup>e</sup>) – volledig, overal;  
**śītādi** (prp) – kou,enz.;  
**hṛt** (prp) – wegneemt;  
**nitya** (prp) – altijd, eeuwig;  
**sukham** (2<sup>e</sup>) – geluk;  
**nirañjanam** (2<sup>e</sup>) – vlekkeloos, vrij van verwarring;  
**yat** (1<sup>e</sup>) – hij die;  
**svātma** (prp) – zichzelf;  
**tīrtham** (2<sup>e</sup>) – bedevaartplaats;  
**bhajate** – vereert, betracht;  
**vinīṣkriyaḥ** (1<sup>e</sup>) – hij die alle activiteiten opgeeft;  
**sa** (1<sup>e</sup>) – hij;  
**sarvavit** (prp/1<sup>e</sup>) – alwetend;  
**sarvagataḥ** (1<sup>e</sup>) – alles doordringend;  
**amṛtaḥ** (1<sup>e</sup>) – onsterfelijkheid;  
**bhavet** –bereikt.

Hij die het Zelf in zichzelf vereert, is vrij van alle activiteiten, is niet gebonden aan tijd, plaats of richting; hij geniet eeuwig geluk dat koude e.d. wegneemt, hij is vrij van verwarring. Hij is alwetend, alles doordringend en bereikt tenslotte onsterfelijkheid.

इत्यात्मबोधः समाप्तः ॥

Aldus is de Ātmabodha voltooid.