

KIJK OP YOGA

GROOT SATSANGBOEK

D L S
Narayan





KIJK OP YOGA GROOT SATSANGBOEK

Samenstelling, vertaling, commentaar:
Narayan

Hymnen, liederen, Kiertan

De Kenopanishad, bewerkt tot een
toneelstuk door Swami Sivananda

Godrealisatie, een meesterwerk uit de
15de eeuw van de wijze Aroenagirinàthar

Verklarende woordenlijst
(1400 woorden)

Do not argue.
Do it, feel and realise.

Swami Sivananda

KIJK OP YOGA

GROOT SATSANGBOEK

werd uitgegeven door
Yoga Vedanta
Divine Life Society Branch
Arbeidstraat 66
B-9300 AALST, België

Het werpt licht
op Yoga als belevingswijze,
wijst de weg
naar Zelfkennis

en leert
hoe communie te hebben
met het hart der dingen.

Het is zodoende een leidraad
voor een vredevol,
vreugdevol en succesvol leven.

Het is opgedragen aan
de (het) Grote Onbekende
en aan de wijze uit Rishikesh,
GOEROEDEEV SWAMI SIVANANDAJI
die Hem (Het) ons openbaarde

en aan
Swami Chidanandaji en
Swami Satchidanandaji
en alle anderen die ons in de praktijk
leerden hoe er op goede voet mee te staan.

VOORWOORD

Koning Janaka viel tijdens een vergadering met zijn ministers in slaap op zijn troon. Hij droomde dat zijn rijk werd overrompeld door een vijandige koning en dat hij werd verbannen en hongerig en dorstig door de woestijn strompelde, van iedereen verlaten. Op het hoogtepunt van zijn lijden schrok hij wakker. Zijn ministers waren op dat ogenblik aan het einde van hun besprekingen gekomen en verzochten hem over hun voorstellen zijn mening te geven. Maar Janaka zei: "Alvorens iets te beslissen wil ik dat jullie mij zeggen wat werkelijkheid is: was dat werkelijk of is dit werkelijk?" De ministers dachten dat de koning gek geworden was. Gelukkig verscheen op dat ogenblik een grote wijze aan het hof. De koning stelde hem dezelfde vraag. De wijze antwoordde: "Noch is dit werkelijk, noch was dat werkelijk." De koning vroeg verbouwereerd: "Is alles dan illusie en is er geen werkelijkheid?" "Jazeker," zei de wijze, "Gij zijt de Werkelijkheid."

Deze onvergankelijke Werkelijkheid die aan de basis ligt van alles wat verandert en vergaat, is de essentie van ons eigen wezen. Ze wordt door de wijzen Sat of Zijn genoemd. Het is geen domme kracht, want ze is het Bewustzijn of Chit dat het substraat is van waken, dromen en slapen. Evenmin is ze iets wat lijden kent. Integendeel, ze is Zaligheid of Aananda. In de diepe, droomloze slaap ervaart ieder mens wie hij echt is: een relatieloos bewustzijn dat in wezen zaligheid is. Zodra hij echter ontwaakt, vergeet hij die ervaring; zijn rusteloze geest doet zijn intrede, en hij vereenzelvigd zich opnieuw met de talrijke namen en vormen en met de ontelbare relaties of de dingen die hij is in de ogen van anderen. Yoga is: niet te vergeten wie men in wezen is. Het woord Yoga betekent: vereniging of communie.

Samen zijn (Sanga) met degenen die hun wezenlijke werkelijkheid of Sat hebben gerealiseerd is Satsang. Satsang betekent ook: samen zijn met degenen die de Zelfrealisatie zoeken.

Vele mensen geloven dat de mens in wezen "slecht" is en dat beschaving niet meer dan een oppervlakkig laagje vernis is, waarin heel gemakkelijk barsten komen. Yoga weerlegt dit met klem en heeft als markantste kenmerk zijn geloof in de goddelijkheid of het Satchidànanda van de mens en in het feit dat het kwaad hem in de grond vreemd is en zijn diepste wezen niet raakt, maar slechts groeit en bloeit omdat hij er zich mee vereenzelvigd. Maar zodra hij ontdekt wie hij werkelijk is, valt het kwaad van hem af; het verdwijnt zoals duisternis voor het licht.

De grote filosoof Shankaracharya schrijft:

"Satsangatve Nissangatvam Nissangatve Nirmohatvam
Nirmohatve Nischalatattvam Nischalatattve Jievanmoekti

In Satsang (Satsangatve) is er geen vervreemding van Sat (het zijn) en valt negatief denken en slecht gezelschap weg (Nis-sangatvam).

In die toestand is er geen Moha of begoocheling (Nir-mohatvam). Als er geen begoocheling is (Nirmohatve) komt de geest tot rust (Nis-chalatattvam). Als er geen rusteloosheid is (Nischalatattve) komt de verlichting (Jievanmoekti)."

Dit Satsangboek groeide geleidelijk als de vrucht van jaren studie, onderzoek en ervaring.

Slechts een klein gedeelte ervan verscheen in Licht van Sivananda; dit werd bewerkt, verbeterd en uitgebreid.

In het eerste gedeelte (I) van "Kijk op Yoga" werden enkele hymnen samengebracht, in het tweede gedeelte (II) enkele liederen. Het derde gedeelte (III) bevat een toneelstuk van Swami Sivananda, dat een goed overzicht geeft van de filosofie van de Oepanishads. Het vierde gedeelte (IV) is gewijd aan een meesterwerk uit de Tamilliteratuur, Kandar Anoebhoeti of Godrealisatie van Aroenagirinàthar (vijftiende eeuw). Het vijfde gedeelte (V) handelt over Kiertan. Voor het zesde gedeelte (VI) selecteerden we 5 spirituele verhalen en 45 gedichten uit het omvangrijke werk van Swami Sivananda.

In het zevende gedeelte (VII) tenslotte worden richtlijnen gegeven voor de uitspraak van het Sanskriet en het Tamil; het bevat ook twee woordenlijsten:

1. de Duizend Namen van Vishnoe in alfabetische volgorde;
2. andere woorden en Namen in zoverre ze niet voorkomen in de eerste lijst.

"Kijk op Yoga" kan dus terecht een groot Satsangboek worden genoemd.

Het zal de deelnemers toelaten de Kiertan te volgen, te begrijpen en dus ook te beleven; in de woordenlijsten en de commentaar (vooral bij Kandar Anoebhoeti) vinden ze niet alleen de letterlijke maar ook de innerlijke betekenis van de Namen. Swami Sivananda's uitstekend toneelstuk, zijn filosofische verhalen en inspirerende gedichten bieden stof om alle facetten van de Yoga- en Vedantafilosofie op een boeiende en vaak humoristische wijze voor te stellen en te bestuderen. Met Shàntipàthah en Goeroestotram kunnen alle Satsangs worden geopend en met Shàntimantras, Sarvam Brahmàrpanam en Swami Sivananda's Universal Prayer en Yoga of Synthesis worden besloten.

Ik dank van harte Ann en Jan Eenens-Van Damme, die de Namen van de Shrie Vishnoe Sahasra Nama alfabetisch rangschikten, en Laxmie voor haar enthousiasme en monnikengeduld aan de schrijfmachine. Ik dank Siva die als eerste de idee opperde dat we een boek als dit zouden moeten uitgeven. Zij en al degenen die me aanmoedigden, waren slechts instrumenten in de handen van Goeroedev Swami Sivanandaji, wiens boek het is, want hij was er de inspiratie van.

Swami Sivananda Yoga Aashram Aalst
1977
Narayan

ALFABETISCHE LIJST VAN HYMNEN, KIERTAN, LIEDEREN EN SHLOKAS

Aadi Divya Jyotir, 66
Aanroeping voor vrede, 11
ADVAITA, 126
DARSHANA DO GHANASHYAM NATHA, 64
DE DUIZEND NAMEN VAN DE ALDOORDRINGENDE WERKELIJKHEID, 32
DEVIE, 123
FIND THE KNOWER, 68
GOEROE, 123
Goeroestotram, 15
HARI Bola Yetàn, 61
HYMNE AAN DE GOEROE, 23
Jaya Goeroe, 121
KANDAR ANOEBHOETI, 84
KRISHNA, 123
LAGALE PREMA IESHVARA SE, 61
Lied om de Wil te ontwikkelen, 79
LIED VAN DE VOORTDURENDE YOGA, 61
Lied van Vedanta, 77
Mahàmantra, 123
MAHANÀRÀYANAM, 18
MEDITATIE OP DE GIETA, 26
MEDITATIESTANZA, 38
Na Tatra Chakshoer, 70
NADA BINDOE KALADI NAMO NAMAH, 67
Nàda Bindoe Kalàdi Namò Namah, 67
Om Antarjyotirbahirjyotih, 59
Omkàram, 60
OPENINGSKIERTAN, 121
PREMA MOEDITA MANASE KAHU, 62
RAMA, 125
Ràmo Ràjamanih, 149
SARVAM BRAHMARPANAM, 128
Satsangatve, 4
Shàntàkàram, 38
SHANTIMANTRAS, 127
SHÀNTIPÀTHAH, 11
SHRIE KRISHNA HARE, 66
SHRIE VISHNOE SAHASRA NAMA, 32
Shrie Vishnoe Sahasra Nàma, 152
SHRIE VISHNOE SAHASRA NAMAVALIE, 39
Shrotrasya Shrotram, 69
SIVA, 125
Song for developing Will, 79
Song of a Brahmajnànin, 73
SONG OF SALUTATIONS, 206

Song of Vedanta, 77

SWAMI SIVANANDA'S UNIVERSAL PRAYER, 127

Vedantic Lullaby, 75

Vedantisch Wiegelied, 75

What is the matter?, 129

YOGA OF SYNTHESIS, 129

INHOUD

I HYMNEN	11
SHÀNTIPÀTHAH	11
GOEROESTOTRAM	15
MAHANÀRÀYANAM.....	18
HYMNE AAN DE GOEROE	23
MEDITATIE OP DE GIETA	26
SHRIE VISHNOE SAHASRA NAMA	32
SHRIE VISHNOE SAHASRA NAMAVALIE	39
Om Antarjyotirbahirjyotih.....	59
Omkàram	60
II LIEDEREN	61
LAGALE PREMA IESHVARA SE.....	61
LIED VAN DE VOORTDURENDE YOGA.....	61
PREMA MOEDITA MANASE KAHO.....	62
DARSHANA DO GHANASHYAM NATHA	64
SHRIE KRISHNA HARE	66
NADA BINDOE KALADI NAMO NAMAH	67
DE HOOFDZAAK: FIND THE KNOWER.....	68
III KENOPANISHAD	69
IV KANDAR ANOEBHOETI	82
Inleiding	82
Tamil tekst	84
Vertaling en commentaar	89
V KIERTAN	120
Inleiding	120
OPENINGSKIERTAN	121
GOEROE	123
DEVIE	123
KRISHNA	123
RAMA.....	125
SIVA	125
ADVAITA	126
SWAMI SIVANANDA'S UNIVERSAL PRAYER.....	127
SHANTIMANTRAS.....	127
SARVAM BRAHMARPANAM.....	128
YOGA OF SYNTHESIS	129

VI VERHALEN EN GEDICHTEN VAN SWAMI SIVANANDA.....	130
I. 5 SPIRITUELE VERHALEN VAN SWAMI SIVANANDA.....	130
1. DE ONTBREKENDE TIENDE	130
2. EEN LANGE BAARD IN EEN NACHT	131
3. MILK, DOED, PAL, KSHIERAM	131
4. HET VERHAAL VAN EEN VARKEN	132
5. DE KONING EN DE WIJZE.....	132
II. 45 GEDICHTEN van SWAMI SIVANANDA	134
1. MIJN RELIGIE	134
2. ALLEN ZIJN GELIJK.....	134
3. WAAROM WEEN JE NIET?	134
4. WIJSHEID	135
5. BEREIK DE VERLICHTING.....	135
6. ONTWIKKEL INTUITIE.....	135
7. WEES RUSTIG EN WEET	135
8. NIEMAND IS GELUCCIG OP DEZE WERELD	136
9. JE KWAM ALLEEN	136
10. KIJK NAAR BINNEN.....	136
11. ZOEK HET EEUWIGE.....	137
12. DE ONSTERFELIJKE VRUCHT	137
13. MAN IN VROUW	137
14. TREK ME AAN	138
15. BOOR DE BRON AAN	138
16. EINDIG VOORONDERSTELT ONEINDIG	138
17. SLUIT DE DEUR VAN JE HART NIET AF	139
18. DIT IS DE WEG.....	139
19. WEES GOED, DOE GOED.....	139
20. IK BEN U ZELF.....	139
21. GIJ ZIJT SCHOONHEID EN LELIJKHEID	140
22. IK STA AAN JE ZIJDE	140
23. BHAKTI.....	140
24. HET PALEIS VAN MIJN KONING	141
25. MIJN WELRIEKENDE TUIN.....	141
26. LIEFDE IS GODDELIJK	141
27. IK GROET U ALLEN	141
28. IK BEN ONBEVREESD	142
29. KIJK EN VIND MIJ.....	142
30. IK BEN SIVA	142
31. DE BERG VAN VEDANTA	143
32. WIE IS EEN WIJZE ?	143
33. FAMILIE VAN DE YOGI	144
34. IK BEN MUZIEK	144
35. DE VROUW	144
36. OORZAKEN VAN ZIEKTE	145
37. EEN GROTE FAMILIE	145
38. RAMA OF RAHIEM	145
39. DEUGD ZEGEVIERDE	145
40. DE OFFERENDE BOOM.....	146

41. DENK NA VOOR JE HANDELT	146
42. GOD, BELICHAMING VAN INTELLIGENTIE	146
43. STILTE	147
44. DE MAAG, EEN BRIEVENBUS	147
45. GODS NAAM IS LEVEN	147
VII UITSPRAAK	148
1. VAN HET SANSKRIET	148
2. VAN HET TAMIL	150
WOORDENLIJSTEN	151
I. Shrie Vishnoe Sahasra Nàma, alfabetische lijst	152
II. Algemene Woordenlijst.....	187

I HYMNEN

SHÀNTIPÀTHAH **Aanroeping voor vrede**

1. Om Shamno Mitrah Sham Varoenah
Shamno Bhavatvaryamà
Shamna Indro Brihaspatih
Shamno Vishnoeroeroekramah
Namo Brahmane
Namaste Vàyò
Tvameva Pratyaksham Brahmàsi
Tvàmeva Pratyaksham Brahmà Vadishyàmi
Ritam Vadishyàmi
Satyam Vadishyàmi
Tanmà mavatoe
Tadvaktàramavatoe
Avatoe Màm
Avatoe Vaktàram
Om Shàntih Shàntih Shàntih
2. Om Sahanàvavatoe
Sahanaubhoenaktoe
Sahavieryam Karavàvahai
Tejasvi Nàvadhietamastoe
Mà Vidvishàvahai
Om Shàntih Shàntih Shàntih
3. Om Yashchhandasàmrishabho Visvaroepah
Chhandobhyoadhyamritat Sambabhoeva
Sa Mendro Medhayà Sprinotoe
Amritasya Devadhàrano Bhoeyàsam
Shariera Me Vicharshanam
Jihvà Me Madhoemattamà
Karnàbhyàm Bhoeri Vishroevam
Brahmanah Koshosi Medhayà Pihitah
Shroetam Me Gopàya
Om Shàntih Shàntih Shàntih
4. Om Aham Vrikshasya Reriva
Kierttih Prishtham Gireriva
Oerdhvapavitro Vàjinieva Svamritamasmi
Dravinam Savarchasam
Soemedhàmritokshitah
Iti Trishankorvedànoevachanam
Om Shàntih Shàntih Shàntih
5. Om Poernamadah Poernamidam Poernat Poernamoedachyate

Poernasya Poernamadàya Poernamevavashishyate
Om Shàntih Shàntih Shàntih

6. Om Aapyàntoe Mamàngàni Vàk Prànashchakshoeh Shrotram
Atho Balamindriyàni Cha Sarvànì Sarvam Brahmaupanishadam
Màham Brahmà_Niràkoeryàm
Mà Mà Brahmà_Niràkarod
Aniràkaranamastoe Aniràkaranam Me Astoe
Tadàtmani Nirate Ya Oepanishatsoe
Dharmàs Te Mayi Santoe Te Mayi Santoe
Om Shàntih Shàntih Shàntih
7. Om Vàng Me Manasi Pratishtithà
Mano Me Vàchi Pratishtitham
Aaviràvirma Edhi Vedasya Ma Aaniesthah
Shroetam Me Mà Prahàsieranenàdhietena
Ahoràtràn Sandadhàmi
Ritam Vadishyàmi
Satyam Vadishyàmi
Tanmàmavatoe Tadvaktàramavatoe
Avatoe Màm Avatoe Vaktàram
Avatoe Vaktàram
Om Shàntih Shàntih Shàntih
8. Om Bhadram No Apivàtaya Manah
Om Shàntih Shàntih Shàntih
9. Om Bhadram Karnebhih Shrinoeyàma Devàh
Bhadram Pashyemàkshabhiryajatràh
Sthirairangaistoeshtoevàmsastanoebhir
Vyashema Devahitam Yadàyoeh
Svasti Na Indro Vriddhashravàh
Svasti Nah Poeshà Vishvavedàh
Svasti Nas Tarkshyo Arishtanemih
Svasti No Brihaspatirdadhàtoe
Om Shàntih Shàntih Shàntih
10. Om Yo Vai Brahmànàm Vidadhàti Poervam
Yo Vai Vedàmshcha Prahinoti Tasmai
Tam Ha Devamàtmaboedddhiprakàsham
Moemoekshoervai Sharanamaham Prapadye
Om Shàntih Shàntih Shàntih

Vertaling

1. Mogen Mitra, Varoena en Aryaman goed voor ons zijn.
Mogen Indra en Brihaspati goed voor ons zijn.
Moge Vishnoe, groot van schreden, goed voor ons zijn.
Gegroet zij Brahman. Gegroet zijt Gij, O Vàyoe, die het zichtbare Brahman zijt.
Slechts U erken ik als het zichtbare Brahman.
Ik noem U rechtvaardigheid en waarheid.

Moge Hij mij beschermen.
Moge Hij de leraar beschermen.
Om Vrede Vrede Vrede.

2. Moge Hij ons beiden (leraar en leerling) beschermen.
Moge Hij ons de zaligheid van Moekti (verlichting) laten genieten.
Mogen wij beiden bestaan om de ware betekenis van de Schriften te achterhalen.
Mogen onze studies vruchten dragen.
Mogen wij elkaar nooit haten.
Om Vrede Vrede Vrede.
3. Moge Hij, de Heer van alles, vooraanstaand onder de Vedas en superieur aan de nectar die ze bevatten, me zegenen met wijsheid. Moge ik worden gesierd met de kennis van Brahman (het Absolute), die leidt naar onsterfelijkheid. Moge mijn lichaam sterk en krachtig worden. Moge mijn tong altijd aangename woorden spreken. Moge ik heel wat horen met mijn oren.
Gij zijt de schede van Brahman, verborgen door wereldse smetten. Moge ik nooit vergeten wat ik heb gehoord. Om Vrede Vrede Vrede.
4. Ik ben de vernietiger van de boom (van Samsàr of zintuiglijkheid). Mijn reputatie is zo hoog als de bergtop. Ik ben in wezen zuiver als de zon. Ik ben de hoogste schat. Ik ben alwijs, onsterfelijk en onvergankelijk. Dit is Trishankoe's realisatie.
Om Vrede Vrede Vrede.
5. Dat is het geheel. Dit is het geheel. Uit het geheel is het geheel voortgekomen. Als van het geheel het geheel wordt afgetrokken dan blijft het geheel over.
Om Vrede Vrede Vrede.
6. Mogen mijn ledematen, spraak, Pràna (levenskracht), oog, oor en het vermogen van al mijn zintuigen krachtig worden. Alles is het Brahman van de Oepanishads. Moge ik nooit het Brahman verloochenen. Moge het Brahman me nooit verlaten. Moge die relatie duurzaam zijn. Mogen de deugden die worden opgesomd in de Oepanishads wortel schieten in mij, die het Zelf ben toegewijd.
Om Vrede Vrede Vrede.
7. Moge mijn spraak gevestigd zijn in mijn geest. Moge mijn geest gevestigd zijn in mijn spraak. Moge Brahman zich aan mij openbaren. Mogen mijn geest en spraak mij in staat stellen de waarheid van de Vedas te bevatten. Moge wat ik heb gehoord me niet verlaten. Moge ik dag en nacht verenigen met die studie. Ik denk de Waarheid. Ik spreek de Waarheid.
Moge die Waarheid mij beschermen. Moge ze de leraar beschermen, mij beschermen, de leraar beschermen.
Om Vrede Vrede Vrede
8. Moge mijn geest en al deze goed en wel zijn.
Om Vrede Vrede Vrede.
9. O Devas, mogen onze oren horen wat voorspoedig is. Mogen wij zien wat voorspoedig is. Mogen wij uw lof zingen en in de ons toegemeten levensduur volmaakte gezondheid en kracht genieten. Mogen Indra, geprezen in de Schriften,

Poeshan, de alwetende, Tàrkshya, die ons redt van alle kwaad, en Brihaspati, die onze spirituele luister beschermt, het succes waarborgen van onze studie van de Schriften en de beoefening van de waarheden die erin vervat zijn.

Om Vrede Vrede Vrede.

10. Ik, die de verlichting begeer, zoek een toevlucht in Hem wiens intellect zijn eigen licht is en die in het begin de schepper aanstelde en hem de Vedas gaf.
Om Vrede Vrede Vrede.

Commentaar

Shàntipàthah of de Aanroeping voor vrede heeft de bedoeling een atmosfeer van vrede (Shànti) te scheppen, die bevorderlijk is voor studie en meditatie. De Oepanishads worden voorafgegaan door en besloten met een van deze aanroepingen. Ze komen ook in de Vedas voor. Ze hebben een krachtig effect, vooral als ze worden geciteerd met intense aandacht, alleen of in groep.

1. Deze aanroeping vind je in o.a. de Mahànàràyanopanishad en de Taittiriyopanishad en in de Rigveda I. 90.9. De Devas (stralenden) die worden aangeroepen symboliseren de machten van de werkelijkheid, die aan de basis ligt van alle dingen of de enorme krachten die werkzaam zijn in de natuur. Mitra is de dag en de kracht die werkzaam is in de inademing. Varoena is de nacht en de uitademing. Aryaman is de kracht in de zon en het licht van de ogen. Brihaspati is de verpersoonlijking van mededogen en religie, hij symboliseert wijsheid en welsprekendheid. Indra is de geest. Hij is de koning van de goden of zintuigen. Vishnoe is het aldoordringend substraat van alle dingen. Vàyoe is de kracht in de wind en de adem. Hij is de Pràna of levenskracht. Brahman is het Absolute.

OM Vrede

OM symboliseert het Absolute. Shàntih wordt driemaal herhaald, opdat er vrede zou zijn in het lichaam, in de geest en rondom of opdat er geen storingen zouden optreden tengevolge van ziekte, geestelijke moeilijkheden of uiterlijke omstandigheden.

2. Deze aanroeping komt voor in dezelfde Oepanishads als de vorige en ook in de Kathopanishad. Ze wordt herhaald door leraar en leerling samen om de geest te zuiveren van factoren die een vruchtbare relatie in de weg staan.
4. Trishankoe
Trishankoe is de naam van een filosoof, die op verscheidene plaatsen ter sprake komt in de Taittiriyopanishad. Poeshan.
Poeshan is een Deva (god) die voorkomt in het epos de Mahàbhàrata en optreedt als een bondgenoot van Indra.
9. Tàrkshya
Een wijze uit de hofhouding van Indra. Hij kende geen doodsangst.

GOEROESTOTRAM

1. Brahmànandam Paramasoekhadam Kevalam Jnànamoertim
Dvandvætietam Gaganasadrisham Tattvamasyàdilakshyam
Ekam Nityam Vimalam Achalam Sarvadhiesàkshibhoetam
Bhàvætietam Trigoenarahitam Sadgoeroem Tam Namàmi
2. Chaitanyam Shàshvatam Shàntam Vyomàtietam Niranjanam
Nàdabindoekalàtietam Tasmai Shrie Goerave Namah
3. Gaganasadrisham Ekam Satchidànandaropam
Vimalam Achalam Aadyam Tattvamasyàdilakshyam
Sakalavishaya Moelam Sarvadhiesàkshibhoetam
Paramasoekhadabhàvam Satgoeroem Bhàvayàmi
4. Goeroerbrahmà Goeroervishnoer Goeroerdevo Maheshvarah
Goeroe Sàkshat Param Brahmà_Tasmai Shrie Goerave Namah
5. Dhyànamoelam Goerormoertih Poeljàmoelam Goeroh Padam
Mantramoelam Goerorvàyam Mokshamoelam Goeroh Kripà
6. Mannàthah Shriejagannàtha Madgoeroeh Shriejagadgoeroeh
Mamàtmà Sarvabhoetàtmà Tasmai Shrie Goerave Namah
7. Akhandamandalàkàram Vyàptam Yena Charàcharam
Tatpadam Darshitam Yena Tasmai Shrie Goerave Namah
8. Ajnànatimiràndhasya Jnànàmjanashalàkayà
Chakshoeroenmielitam Yena Tasmai Shrie Goerave Namah
9. Om Namah Sivàya Goerave Satchidànandamoertaye
Nishprapanchàya Shàntàya Niràlambàya Tejase
10. Tvam Hi Vishnoer Virinchistvam Tvamchadevo Mahesvarah
Tvameva Shaktioeposi Nirgoenastvam Sanàtanah

Vertaling

1. Absolute zaligheid, hoogste geluk, alleen, belichaming van wijsheid, voorbij de paren van tegengestelden, wijds als de hemel, onderwerp van Vedische zinnen als "Gij zijt Dat", één, eeuwig, smetteloos, onbeweeglijk, getuige van alle functies van het intellect, voorbij de geest en de Goenas, die Sadgoeroe groet ik.
2. Bewustzijn, blijvend, sereen, voorbij de ether, smetteloos, voorbij Nàda, Bindoe en Kala, die Sadgoeroe groet ik.
3. Wijds als de hemel, één, belichaming van Bestaan-Bewustzijn-Zaligheid, smetteloos, onbeweeglijk, oud, onderwerp van Vedische zinnen als "Gij zijt Dat", de wortel van alle voorwerpen, getuige van alle functies van het intellect, hoogste geluk, aan die Sadgoeroe denk ik.

4. De Goeroe is de schepper, de Goeroe is de onderhouder, de Goeroe is de vernietiger. De Goeroe is waarlijk het Absolute. Die Sadgoeroe groet ik.
5. De vorm van de Goeroe is de wortel (basis) van de meditatie, de voeten van de Goeroe zijn de wortel (het beeld) van de eredienst, de woorden van de Goeroe zijn de wortel van de Mantra, de genade van de Goeroe is de wortel van de verlichting.
6. Mijn Heer is de Heer van het heelal, mijn Goeroe is de wereld-goeroe, mijn Zelf is het Zelf van alle wezens. Die Sadgoeroe groet ik.
7. Wat ononderbroken alles doordringt wat beweegt en niet beweegt en zich aldus aan mij openbaart, die Sadgoeroe groet ik.
8. Hij die met de oogzalf van de wijsheid het Absolute toont aan degene die verblind is door onwetendheid, die Sadgoeroe groet ik.
9. Hij die voorspoed is, de Goeroe, de belichaming van Bestaan-Bewustzijn-Zaligheid, die reikt voorbij de natuur, die zonder steun en in wezen licht is, Hem groet ik.
10. Gij zijt Vishnoe, Brahmà en Mahesvara. Gij zijt de vorm van Shakti, zonder Goenas, en oud.

Commentaar

1. Paren van tegengestelden

De Dvandas (paren) zijn: hitte en koude, eer en schande, plezier en pijn, enz.

Vedische zinnen

De Mahàvàkyas of grote zinnen zijn formules uit de Vedas voor meditatie op de identiteit van Brahman (het Absolute) en het Atman of Zelf.

Goenas

Alles in de natuur is trilling. De trillingstempo's worden gerangschikt in drie groepen: Sattva, Rajas en Tamas.

Sattva is harmonie. Rajas is energie. Tamas is inertie, traagheid. Voedsel dat Sàttvisch is verteert gemakkelijk en bevordert de gezondheid. Ràjasische spijsen zijn prikkelend. Tàmasisch voedsel veroorzaakt ziekte. Een Sàttvische geest is rustig, sereen, geschikt voor meditatie. Iemand met een Ràjasische geest is rusteloos, altijd bezig, gespannen. Een Tàmasische geest is suf, heeft geen interesses. Rajas is de kracht die je in Yoga op een zijspoor leidt. Tamas is de kracht die je belet van iets te doen. De werkelijkheid aan de basis is Trigoenarahitam, voorbij de natuur.

Sadgoeroe

De Sadgoeroe is de spirituele leraar. Sat betekent: zijn, werkelijkheid. De Goeroe

is de leraar. Letterlijk betekent
het: verdrijver van de duisternis.

2. *Nàda, Bindoe, Kala*

Nàda, Bindoe en Kala zijn de stadia die voorafgaan aan de nieuwe scheppingskringloop van het heelal. Na een periode van rust begint een nieuwe scheppingskringloop. Het begint met Nàda of klank. Geleidelijk manifesteert zich het hele heelal. De Werkelijkheid aan de basis van de dingen is Nàdabindoekalàtietam, voorbij de schepping.

4. *Schepper, Onderhouder, vernietiger*

De Goeroe is Brahmà, Vishnoe en Siva: de schepper, onderhouder en vernietiger. Hij is de schepper, omdat hij in de zoeker het vuur van de kennis ontsteekt. Hij voedt dit vuur. Om die reden is hij de onderhouder. Hij is de vernietiger, omdat hij de onwetendheid verdrijft.

5. Een zoeker mediteert, vereert de aldoordringende werkelijkheid in een of andere vorm. De eredienst heet Poejà. De vorm waarin de werkelijkheid wordt voorgesteld draagt een bepaalde naam. Dit is de Mantra.

Mantra betekent: beschermer (Tra) van het denken (Man). Het vormloze Absolute heeft als Mantra OM. Om tegemoet te komen aan de verscheidene soorten van zoekers en hun graad van evolutie gaven de Goeroes of leraars verscheidene vormen (Moertis) en Mantras. Er is maar één wit licht, maar als het door een prisma gaat krijgt het verscheidene kleuren. Zo verschijnt ook de ene onvergankelijke werkelijkheid of God in talrijke vormen en met verscheidene namen, als het zich uitdrukt door het prisma van de geest.

10. *Maheshvara*

Maheshvara is een andere naam voor Siva, de vernietiger. Siva betekent: voorspoed: echte voorspoed ligt in innerlijkheid.

Siva wordt voorgesteld in diepe meditatie. Maheshvara bestaat uit twee woorden: Mahà (groot) en Ieshvara (God; letterlijk: degene die is).

Shakti

Shakti betekent: energie. Het is de scheppingskracht van God.

MAHANÀRÀYANAM

Om Namò Nàràyanàya Om Namò Nàràyanàya Om Namò Nàràyanàya

1. Om Sahasrashiersham Devam Vishvæksham Vishvashambhoevam
Vishvam Nàràyanam Devamaksharam Paramam Padam
2. Vishvatah Paramam Nityam Vishvam Nàràyanam Harim
Vishamevedam Poeroeshastadvishvamoepajievati
3. Patim Vishvasyàtmeshvaragoem Shàshvathagoem Sivamachyoetam
Nàràyanam Mahàjneyam Vishvàtmànàm Paràyanam
4. Nàràyanah Param Brahmà Tattvam Nàràyanah Parah
Nàràyanah Paro Jyotiràtmà Nàràyanah Parah
Nàràyanah Paro Dhyàtà Dhyànàm Nàràyanah Parah
5. Yachcha Kinchitjagatyasmin Drishyate Shroeyatepi Và
Antarbahishcha Tatsarvam Vyàpya Nàràyan Sthitah
6. Anantamavyayam Kavigoem Samoedrentam Vishvashambhoevam
Padmakoshapratiekàshagoem Hridayam Chàpyadhomoekham
7. Adho Nishtyà Vitasyànte Nàbhyàmoepari Tishthati
Jvàlamàlakoelam Bhàti Vishvasyàatanam Mahat
8. Santatagoem Siràbhistoe Lambatyàkoshasannibham
Tasyànte Soeshiragoem Soekshmam Tasminsarvam Pratishtitam
9. Tasya Madhye Mahànagnirvishvàrchirvishvatomoekhah
Sograbhoegvibhajantishthannàhàramajarah Kavih
10. Tiryagordhvamadhahshàye Rashmayastasya Santatà
Santàpayati Svam Dehamàpàdatalamastakam
Tasya Madhye Vahnishikhà Anieyordhvà Vyavasthità
11. Nielatoyadamadhyasthà Vidyoelekheva Bhàsvarà
Nievarashoekavattavie Pietà Bhàsvatyanoepamà
12. Tasyàh Shikhàyà Madhye Paramàtmà Vyavasthitah
Sa Brahmà Sa Sivah Sa Harih Sendrah Soksharah Paramah Svarad
13. Ritagoem Satyam Param Brahmà Poeroesham Krishnapingalam
Qerdhvaretam Viroepàksharn Vishvaropàya Vai Namò Namah
14. Nàràyanàya Vidmahe Vàsòedevàya Dhiemahi
Tanno Vishnoeh Prachodayàt
15. Vishnornoekam Vieryàni Pravoeram Yah Pàrthivàni Vimane

Rajāgoem Siyo Askabhàyo doettaragoem
Sadhastham Vichakramànastredhoroegàyo

16. Vishnoh Raràtamasi Vishnoh
Prishthamasi Vishnoh Shnaptrestho Vishnosyoerasi
Vishnohdhroevamasi Vaishnavamasi Vishnave Tvà
Om Shàntih Shàntih Shàntih

Om Name Nàràyanàya Om Namò Nàràyanàya Om Namò Nàràyanàya

Vertaling

1. OM. Wat schittert met duizend hoofden en ogen, de vreugde van het heelal, het universele, dat aanwezig is in alle wezens, het onvergankelijke, de hoogste verblijfplaats,
2. het alomtegenwoordige, het allerhoogste, eeuwige substraat, dat aanwezig is in ieder hart, bestrijder van het lijden, Dat universele is het kosmisch bewustzijn dat van alles de basis is,
3. de meester, het Zelf van het heelal, de Heer, het eeuwige van onwankelbare voorspoed. Die Nàràyana is de meest begerenswaardige kennis, het universele Zelf en hoogste doel.
4. Die Nàràyana, het Absolute, is de hoogste Werkelijkheid, het Licht van het Zelf. Die Nàràyana is de beste mediteerder en de hoogste meditatie.
5. Hij doordringt innerlijk en uiterlijk alles wat op deze wereld wordt waargenomen of waarover wordt gehoord.
6. In de zee van het hart moet men mediteren op de onbegrensde, onveranderlijke, alwetende vreugde van het heelal. Het hart is als een omgekeerde, ongeopende lotus.
7. In het (spirituele) hart, dat boven de navel op een handgreep van de keel ligt, schittert de grote verblijfplaats van het heelal met een guirlande van vlammen.
8. Rond het hart als een omgekeerde, ongeopende lotus liggen vele kanalen. Er binnenin is een nauwe ruimte waarin alles zijn basis heeft.
9. In het midden (van die ruimte) is er een groot vuur, dat laait aan alle zijden, met vele aangezichten. Het verteert alle voedsel en assimileert het voor het lichaam. Het is onvergankelijk en alwetend.
10. Horizontaal en vertikaal verspreidt het zijn stralen en verwarmt onophoudelijk het eigen lichaam van de voetzolen tot de kruin. In het midden (van dat vuur) schittert een vurige vlam, die uiterst subtiel is,
11. en even verblindend als de weerlicht die verschijnt in een regenwolk; ze is fijn als het vlies van een rijstkorrel en wordt zelf als vergelijking gebruikt om het subtiel van iets aan te tonen.

12. In het midden (van die vlam) heeft het hoogste Zelf zijn verblijfplaats. Het is Brahmà. Het is Siva. Het is Hari.
Het is Indra. Het is de oorzaak van het heelal. Het is allerhoogst en Zelflichtend.
13. Dat Absolute, de hoogste Waarheid, het donkerblauwe, roodbruine Bewustzijn (Poeroesha), dat volstrekt kuis is, ongewone ogen heeft (drie in aantal) en universeel van vorm is, groet ik telkens weer.
14. Wij realiseren Nàràyana. Wij mediteren op Vàsodeva. Moge Vishnoe ons inspireren.
15. Nu herhaal ik enkele daden van Vishnoe. Hij scheidt de verscheidene werelden. Hij houdt de hemellichamen in hun baan. Hij bedekt het heelal met drie schreden. Hij wordt door wijzen en Schriften op vele manieren geprezen.
16. Gij zijt het voorhoofd van Vishnoe. Gij zijt het achterhoofd van Vishnoe. Gij zijt de mondhoeken van Vishnoe. Gij zijt de zenuwen en de sterke zenuwknopen van Vishnoe. Gij zijt van Vishnoe zelf. Gij zijt Vishnoe toegewijd.

Commentaar

Deze prachtige hymne komt voor in de Mahànàràyanopanishad

1. *Duizend hoofden en ogen*

Wij hebben verscheidene zintuigen. Een onwetend iemand zou kunnen denken dat ieder zintuig een zelfstandige kracht is. Maar hetzelfde bewustzijn is actief in ogen, oren, neus, tong en huid. Zo is ook in alle wezens hetzelfde ene leven actief. Daarom zegt de Oepanishad dat het schittert met duizend hoofden.

2. *Nàràyana*

Het heeft zijn verblijfplaats in ieders hart. Het is de aldoordringende werkelijkheid, die de basis is van alles, bewustzijn in wezen, zaligheid in wezen. Je treedt er binnen in de diepe slaap. Mahà betekent: groot.

3. *Meest begerenswaardige kennis*

Als ik schrijf over bv. muziek, is, laat ons zeggen, tien percent lezers geïnteresseerd. Als ik schrijf over sport misschien zeventig percent, enz. Maar Nàràyana is de kennis die in feite iedereen interesseert, omdat ze betrekking heeft op iets wat iedereen aanbelangt: henzelf, de wezenlijke werkelijkheid van henzelf. Het is geen kennis in verband met iets; het is kennis van de Kenner.

Onwankelbare voorspoed

Die werkelijkheid waarin men binnendringt in de diepe slaap en waarvan we slechts

psychologisch, en nooit echt, verwijderd kunnen zijn, is voorspoed in wezen; onwankelbare voorspoed. Hetzelfde bedoelde Christus toen hij zei: "Het koninkrijk der hemelen is in u." De joden spraken over de hemel als over iets dat ver weg is, na het leven. Maar Christus zei: "Neen, hij is in u." Dit zegt ook de Mahànàràyanam. Aan de basis van alle dingen is er een onvergankelijke werkelijkheid, die de oorzaak is van alle geluk, die geluk zelf is, de onwankelbare voorspoed, de doder van alle lijden, het Zelf of de Zelfheid van alle dingen.

4. *De beste mediteerder*

Die verheven werkelijkheid, die het hart is van ons hart, is de hoogste meditatie, want het is in feite op haar dat allen mediteren die mediteren. En -dit is een groot geheim- in werkelijkheid is zij het die mediteert. Als je de zintuigen kalmeert en de geest stil maakt is het het Bewustzijn dat mediteert op Bewustzijn. Het is God die mediteert op God.

6. *Hart*

Als men aan iemand vraagt zichzelf aan te duiden wijst hij op zijn hart. Als hij tegen zijn hoofd tikt, bedoelt hij iets anders: "Er is iets mis in mijn bovenkamer. Mijn geest is niet in orde. Ik ben gek."

Maar als hij ik zegt en zichzelf aanduidt dan wijst hij op zijn hart. Dit is niet het hart van vlees en bloed, maar het spirituele hart. Hier moet men mediteren op de alomtegenwoordige werkelijkheid, zegt de Oepanishad. Hij beschrijft in details hoe men op het hart moet mediteren.

Ongeopende lotus

Het hart kan men vergelijken bij een ongeopende lotus, die naar beneden hangt. Maar in een wijze die de werkelijkheid realiseerde, schittert het hart als een volledig geopende en naar boven of naar het licht gekeerde lotus.

In de zee van het hart

Het hart is als een zee: het is geen enge ruimte, want ze omvat het hele heelal: het is hier dat we voorbij de grenzen van de geest gaan, de grenzen van ruimte, tijd en oorzakelijkheid.

7. *Guirlande van vlammen*

Een levend organisme is warm. Een lijk is koud. Daarom vergelijkt de Oepanishad het leven dat de basis is van alles, bij een laaiend vuur.

9. *Groot vuur*

Het leven is een universeel vuur met talrijke aangezichten of facetten. De brandstof is het voedsel. Voedsel onderhoudt alle leven. Het leven heeft intelligentie als karakteristieke eigenschap. Het is geen blinde kracht.

10. *Vurige vlam*

Het leven is uiterst subtiel. Achter namen en vormen is een schitterende energie actief.

12. *Het hoogste Zelf*

Het hoogste Zelf heeft zijn verblijfplaats in het innerlijke van alle dingen. Het is de scheppingskracht (Brahmà), het is de kracht die alles vernietigt (Siva), het is de kracht waarin er geen lijden is (Hari), het is het licht en leven van de geest (Indra).

13. *Donkerblauw*

Als je diep in meditatie gaat komt er een stadium waarin de geest inactief is en er slechts diepe duisternis heerst (donkerblauw en roodbruin). Krishna betekent in feite: zwart:

"Die Poeroesha (persoon) heeft de kleur van een regenwolk."

Hij wordt Krishna genoemd, omdat Hij je voorbij de duisternis, voorbij de leegte, het Zelf openbaart.

Volstrekt kuis

Hij kent geen dualiteit. Hij is één-zonder-tweede.

Ongewone ogen

Hij heeft het derde oog, symbolische voorstelling van de intuïtie. ,Hij transcendeert het denken.

14. *Vàsoedeva, Vishnoe*

Hij is alomtegenwoordig en doordringt alles. Hij wordt nu "geïnstalleerd" in de tempel van het lichaam (zie blz. 30).

HYMNE AAN DE GOEROE

1. Bhava-sàgara Tàrana Kàrana He
Ravi-nandana Bandhana Khandana He
Sharanàgata Kinkara Bhieta-mane
Goeroedeva Dayà-kara Diena Jane
2. Hridi-kandara Tàmasa Bhàskara He
Toemi Vishnoe Prajàpati Shankara He
ParaBrahmà_Paràt-para Veda Bhane
Goeroedeva Dayà-kara Diena Jane
3. Mana-vàrana Kàrana Ankoesha He
Nara Tràna Kare Hari Chàkshoesha He
Goena-gàna Paràyana Deva-gane
Goeroedeva Dayà-kara Diena Jane
4. Koela-koendalinie Toema Bhanjaka He
Hridi-granthi Bidàrana-kàrana He
Mama Mánasa Chanchala Ràtra-dine
Goeroedeva Dayà-kara Diena Jane
5. Ripoe Soedana Mangala-nàyaka He
Soekha Shànti Varàbhaya Dàyaka He
Traya Tàpa Hare Tava Nàma Goene
Goeroedeva Dayà-kara Diena Jane
6. Abhimàna Pravàha Vimardaka He
Gati-hiena Jane Toemi Rakshaka He
Chitta Shankita Vanchita Bhakti-dhane
Goeroedeva Dayà-kara Diena Jane
7. Tava Nàma Sadà Shoebha Sàdhaka He
Patità-dhama Mánava Pàvaka He
Mahimà Tava Gochara Shoeddha Mane
Goeroedeva Dayà-kara Diena Jane
8. Jaya Sadgoeroe Ieshvara Pràpaka He
Bhava-roga Vikàra Vinàshaka He
Mana Liena Rahe Tava Shrie Charane
Goeroedeva Dayà-kara Diena Jane

EEN VOORBEELD VAN WOORD-VOOR-WOORD-VERTALING

1. Bhava-sàgara (ocean van wereldlijkheid), Tàrana (oversteken), Kàrana (het middel), He (O), Ravi-nandana (zoon van Ravi, de zon; god van de dood), Bandhana (slavernij), Khandana (vernietiger), Sharanàgata (gekomen voor een toevlucht), Kinkara (dienaar, toegewijde), Bhieta-mane (met angst in de geest), (Goeroedeva (goddelijke Goeroe), Dayà-kara (toon medelijden), Diena (nederig, laag), Jane (op de persoon).

2. Hridi-kandara (grot van het hart), Tàmasa (duisternis), Bhàskara (zon), Toemi (Gij), Vishnoe (de onderhouder), Prajàpati (Brahmà; de schepper), Shankara (Siva: de vernietiger), Parabrahmà (het Absolute), Paràt-para (hoger dan het hoogste), Veda Bhane (die de Vedas verkondigen).
3. Mana-vàrana (olifant van de geest), Kàrana (middel), Ankoesha (prikkel: instrument om olifant te leiden), Nara (mens), Tràna (overzetten), Kare (schip), Hari (die lijden vernietigt), Chàkshoesha (zichtbaar voor het oog), Goena (eigenschappen), Gàna (zingend), Paràyana (geïnteresseerd in), Deva-gane (goden).
4. Koela-koendalinie (potentiële levenskracht), Toema (slaap)(Bhanjaka (vernietiger), Hridi-granthi (knopen van het hart), Bidàrana-kàrana (die doorhakt), Mama (mijn), Màmasa (geest), Chanchala (rusteloos), Ràtra-dine (nacht en dag).
5. Ripoe (vijand), Soedana (vernietiger), Mangala-nàyaka (meester van alle Voorspoed), Soekha (geluk), Shànti (vrede), Vara (gunst), Abhaya (zonder angst), Dàyaka (schenker), Traya Tàpa Hare (die drie zorgen verdrijft), Tava Nàma (uw naam), Goene (door de kracht van).
6. Abhimàna (egoïsme), Pravàha (krachtig), Vimardaka (vernietiger), Gati-hiena (zonder hoop), Jane (voor de mensen), Toemi (Gij), Rakshaka (beschermer), Chitta (geest), Shankita (met twijfel), Vanchita (zonder), Bhakti-dhane (weelde van devotie).
7. Tava Nàma (uw naam), Sadà (altijd), Shoebha (goed), Sàdhaka betekent), Patità (gevallen), Adhama (laag), Màmava (mens), Pàvaka (zuiveraar), Mahimà (glorie), Tava (uw), Gochara (zichtbaar), Shoeddha (zuiver), Mane (in de geest).
8. Jaya (overwinning), Sadgoeroe (spirituele leraar), Ieshvara (God), Pràpaka (die helpt bereiken), Bhava-roga (ziekte van wereldlijkheid), Vikàra (manifestatie), Vinàshaka (vernietiger), Maria (geest), Liena Rahe (helpt verblijven), Tava (uw), Shrie (heilige), Charane (aan de voeten).

Vertaling

1. O Gij die de boot zijt om de oceaan van zintuiglijkheid over te steken, O vernietiger van de slavernij van de dood, heb medelijden met uw nederige dienaar, die met een angstige geest in U een toevlucht zoekt, O Goeroedev.
2. O Gij die de zon zijt in de duistere grot van het hart, O onderhouder, schepper en vernietiger, die door de Vedas wordt verkondigd als het Absolute, het allerhoogste, O Goeroedev, heb medelijden met deze nederige persoon.
3. O Gij die de olifant van de geest bedwingt, O boot die de mens over de oceaan van zintuiglijkheid zet, O Gij zichtbare Vishnoe wiens glorie door de Devas met vreugde wordt bezongen, O Goeroedev, heb medelijden met deze nederige persoon.

4. O Gij die de Koendalinie wekt uit haar slaap en de knopen van het hart doorhakt, mijn geest is rusteloos dag en nacht, o Goeroedev, heb medelijden met deze nederige persoon.
5. O Gij vernietiger van de vijanden van lust, hebzucht en andere negatieve neigingen, O meester van alles wat goed en voorspoedig is, schenker van geluk, vrede, gaven en onbevreesdheid, uw naam heeft de kracht om de drievoudige zorgen van de mens (lichamelijk, geestelijk en veroorzaakt door uiterlijke invloeden) te verdrijven, O Goeroedev, heb medelijden met deze nederige persoon.
6. O Gij vernietiger van egoïsme's kwade gevolgen, beschermer van allen die zonder hoop zijn, ik twijfel eraan of ik de weelde van Bhakti (devotie) bezit, O Goeroedev, heb medelijden met deze nederige persoon.
7. O Gij wiens naam steeds een bron van het goede is, Gij die de gevallen en nederigen opheft, uw glorie is slechts zichtbaar voor een zuivere geest, O Goeroedev, heb medelijden met deze nederige persoon.
8. Overwinning zij de spirituele Goeroe. O Gij die ons helpt God te bereiken, vernietiger van de vele symptomen van de ziekte van zintuiglijkheid, zoals egoïsme, lust, hebzucht en andere ondeugden, help mij mijn geest gevestigd te houden op uw gezegende Voeten, O Goeroedev, heb medelijden met deze nederige persoon.

MEDITATIE OP DE GIETA

In de vertalingen van de Bhagavad Gieta wordt vaak een heel interessant gedeelte weggelaten: Gietàdhyànam of Meditatie op de Gieta, waarin wordt beschreven met welke gevoelens de Gieta moet worden benaderd. Bovendien richt de Gieta zich niet alleen tot het intellect, maar openbaart ze slechts ten volle haar geheimen als de geest werd voorbereid met meditatie.

ATHA GIETADHYANAM

1. On Pàrthàya Pratibodhitàm Bhagavatà Nàràyanena Svayam
Vyàsena Grathitàm Poerànamoeninà Madhye Mahàbhàratam
Advaitàmritavarshiniem Bhagavatiemashtàdashàdhyàyiniem
Amba Tvàmanoesandadhàmi Bhagavadgiete Bhavadveshiniem
2. Namostoe Te Vyàsa Vishàlboeddhe Phoellàravindàyatapatranetra
Yena Tvaya Bharatatailapoernah Prajvålito Jnànamayah Pradiepah
3. Prapannapàrijàtàyà Totravetraikapànaye
Jnànamoedràyà Krishnàyà Gietàmritadoehe Namah
4. Sarvopanishado Gàvo Dogdhà Gopàlanandanah
Pàrtho Vatsah Soedhierbhoktà Doegdham Gietàmritam Mahat
5. Vasoedevasoetam Devam Kamsachangoeramardanam
Devakieparamàndam Krishnam Vande Jagadgoeroem
6. Bhieshmadronatadà Jayadrathajalà Gàndhàranieopalà
Shalyagrahàvatie Kripena Vahanie Karnena Velàkoelà
Ashvatthàmavikarnaghoramakarà Doeryodhanàvartinie
Sottiernà Khaloe Pàndavai Rananadie Kaivartakah Keshavah
7. Pàràsharyavachahsarojamamalam Gietàrthagandhotkatam
Nànàkhyànàkakesaram Harikathàsambodhanabodhitam
Loke Sajjanashadpadairarahah Pepieyamanam Moedà
Bhoyèd Bhàratapankajam Kalimalapradhvamsi Nah Shreyase
8. Moekam Karoti Vachàlam Pangoem Langhayate Girim
Yatkripà Tamaham Vande Paramàndamàdhavam
9. Yam Brahmàvaroenendraroadramaroetah Stoenvanti Divyaih Stavaih
Vedaih Sàngapadakramopanishadaïrgàyanti Yam Sàmagàh
Dhyànàvasthithatadgatena Manasà Pashyanti Yam Yogino
Yasyàntam Na Vidoeh Soeràsoeraganàh Devàya Tasmai Namah
Iti Dhyanam

MEDITATIE OP DE GIETA

1. OM. Op U, die werd onderwezen aan Arjoena door de vereerde Nàràyana zelf, die door Vyàsa, de oude wijze, werd opgenomen in het midden van de Mahàbhàrata, voortbrengster van de nectar van Advaita, vereerd en gelezen in achttien hoofdstukken, mediteer ik, O Moeder, O Bhagavad Gieta, vernietigster van geboorte en dood.
2. Gegroet zijt gij, O Vyàsa, groot van geest en met ogen als bloembladen van een opengebloeide lotus, ontstekker van de lamp van de kennis, die is gevuld met de olie van de Mahàbhàrata.
3. Gegroet de wensvervullende boom, de houder van de zweep, Krishna de leraar, de melker van de Gietanectar.
4. De Oepanishads zijn de koeien. De melker is de vreugde van de koeherders. Arjoena is het kalf. De mens van grote intelligentie is de genierter, de drinker. De melk is de grote nectar van de Gieta.
5. Ik vereer de goddelijke, die voortkwam uit Vasoedeva, vernietiger van Kamsa en Changera, vreugde van Devakie, Krishna, de wereldleraar.
6. Met Keshava als stuurman staken de Pàndavas voorwaar de strijdrivier over, waarvan de oevers Bhiesma en Drona waren, waarvan Jayadratha het water was, waarvan de zwarte rots Gàndhàra was, waarvan de krokodil Shalya was, waarvan de stroom Kripa was, waarvan de golven Karna waren, waarvan Ashvatthàma en Vikarna de vreselijke kaaimannen waren en waarvan de draaikolk Dhoeryodhana was.
7. Gegroeid in het smetteloos meer van Vyàsa's woorden, welriekend met de betekenis van de Bhagavad Gieta, bevrucht net vale verhalen, opengebloeid in (de zon van) de geschiedenis van Hari, in de wereld dag na dag bezocht door de bijen van goede mensen, zuiveraar van de smetten van Kali, die lotus van de Mahàbhàrata weze er voor ons goed.
8. Ik groet Hem, Màdhava, de hoogste zaligheid, wiens genade de stommen welsprekend maakt en de kreupelen bergen doet beklimmen.
9. Gegroet Hij die wordt aanbeden door Brahma, Varoena, Indra, Roedra en geprezen door de Maroets met goddelijke liederen, bezongen door Sàmazangers met Vedas en Angas, volgens de Pada- en Kramamethodes, en met Oepanishads, die de Yogis zien met een geest gevestigd in meditatie op Hem en wiens einde Soeras en Asoeras niet kennen. Mediteer aldus.

Commentaar

Vers 1

Nàràyana zelf

Nàràyana betekent: degene die zijn verblijfplaats heeft in alle wezens; Hij is het ene Leven van alle leven, het ene Bewustzijn van alle bewustzijn. Alle grote Schriften zeggen van zichzelf dat ze niet ontsproten zijn aan het brein van een mens, maar werden geopenbaard door God zelf en dus afkomstig zijn uit een bron, die ver voorbij het denken reikt. De schrijver van de Schrift wordt om die reden in het Sanskriet Rishi of Ziener genoemd.

Arjoena

Arjoena is de zoekende, ontmoedigde mens, die niet weet waar zijn plicht ligt. De situatie die in de Mahàbhàrata wordt beschreven is tijdgebonden en uitzonderlijk. Maar het probleem is van alle tijden, want de Schrift richt zich tot ieder van ons. Arjoena betekent: wit, helder. Al zijn daden waren zuiver. Vandaar zijn naam.

Vyàsa

Vyàsa is de Rishi of Ziener die de Vedas ordende en aan wie de Mahàbhàrata, de achttien Poerànas, de Brahmasoetras en talrijke andere werken worden toegeschreven. De naam Vyàsa betekent: degene die ordent. In het Eerste Hoek van de Bhagavata vinden we volgende passage over Vyàsa (ingekort):

De grote wijze Vyàsa had toen hij eens in meditatie zat in de Himalayas een visioen van de grote verandering die op komst was, waardoor de mensen materialistischer zouden worden en de spirituele waarheden vergeten. Hij dacht er diep over na of hij niets zou kunnen doen om de mensheid te helpen. Na veel nadenken besloot hij de Vedas samen te brengen. Hij verdeelde ze in vier groepen en onderwees ze in die vorm aan vier van zijn discipelen. Om de lering van de Vedas aan te passen aan ieders begrip schreef hij het grote epos de Mahàbhàrata. Dit alles deed hij voor het welzijn van de mensheid. Maar zelfs dan was zijn hart niet voldaan en voelde hij dat zijn taak niet was voleind. Op zekere dag, toen hij nog steeds niet had ontdekt wat hij nog meer zou kunnen doen, verscheen hem de grote wijze Nàrada. Vyàsa, die hoopte dat de wijze hem raad zou brengen, begon aldus: "O, vereerde wijze, ofschoon ik de hoogste Waarheid bereikte en de volheid van mijn leven realiseerde, is mijn hart bedroefd om de mensheid. U, O wijze, die grote wijsheid bezit, kent de gedachten van allen. Zeg me hoe ik de mensen de waarheid kan brengen."

Nàrada: "Vyàsa, u bent de meest wijze man van de eeuw. Wat de wereld nodig heeft is een ander groot boek van u. Schrijf het zo dat ieder vers de glorie van de Heer bezingt en een grote liefde voor Hem ontsteekt in het hart van de mensen. Neem als onderwerp de grote waarheid -er is er geen die groter is- dat in de bevrijde ziel liefde en kennis worden verzoend en vertel nogmaals het leven van Shrie Krishna, de God van liefde, om deze waarheid volmaakt te illustreren. Goddelijke liefde, die ons verlost van alle kwaad en iedere onvolkomenheid, is de grootste. De grootste liefde en de grootste wijsheid zijn één. Bezing de glorie van de Heer opdat zijn liefde en wijsheid mogen verblijven in het hart van al degenen die uw woorden lezen of aanhoren en hen eeuwige vrede geven. Laat mij nu mijn voorbije incarnatie verhalen en hoe ik de goddelijke vrijheid en vrede vond, die ik heb. Mijn moeder was een dienstmeid in een Aashram waar grote wijzen leefden. Ik groeide op in hun nabijheid en ook ik diende hen. En door te verblijven in hun gezelschap

werd mijn hart gezuiverd. Ik hoorde ze dagelijks de glorie van de Heer bezingen en zo groeide in mijn hart een grote liefde voor Hem. Op zekere dag wijdden de wijzen mij in, uit liefde voor mij, in de gewijde geheimen van de wijsheid. De sluier van onwetendheid werd van mij verwijderd en ik leerde mijn werkelijke Zelf kennen als goddelijk.

Dan leerde ik deze les, dat de grootste remedie voor alle kwalen, geestelijk en lichamenlijk, overgave is van de vruchten van al onze daden aan de Heer. Karma dompelt ons in slavernij. Maar werk dat wij verrichten als dienstbetoon scheidt liefde en devotie in ons. Deze brengen ons op hun beurt wijsheid en geleid door deze wijsheid geven wij ons ten slotte over aan de Heer van liefde en mediteren we op Hem. Zo was het dat ik wijsheid en liefde verwierf. En nu verlang ik van u dat u Gods glorie bezingt, opdat al degenen die het horen, zoals ik eeuwig geluk en vrijheid vinden. Toen mijn moeder stierf trek ik door vele landen en steden. Ten slotte ging ik in een diep woud op zoek naar eenzaamheid. Gezeten onder een boom, op een verlaten plaats, herinnerde ik mij wat de wijzen mij leerden, dat God in het hart verblijft. Daar vergat ik in de liefde voor Hem de hele wereld. Geleidelijk, naarmate mijn innerlijke visie meer helder werd, zag ik de gezegende Heer van liefde, gezeten in het schrijn van mijn hart. Overweldigd door een onuitsprekelijke vreugde ken ik mij niet langer denken als verschillend van God. Ik had mijn identiteit met Hem ontdekt. Maar ik bleef niet lang in die toestand. Opnieuw bevond ik mij in de wereld van de zinnen; en nu, helaas, was het mij onmogelijk diezelfde toestand van zaligheid te bereiken, hoe ik ook probeerde. Plots hoorde ik een stem uit de leegte. De Heer sprak als om mij te troosten: 'Mijn kind, je zult Mij niet meer zien in dit leven. Wie zijn begeerten nog niet heeft bevredigd kan Mij niet zien. Maar voor je devotie tot Mij, schonk Ik je eenmaal deze ervaring. Wijzen die Mij zijn toegewijd geven geleidelijk hun begeerten op. Leef in het gezelschap van wijzen. Dien hen en vestig je geest standvastig op Mij. Je zult uiteindelijk je eenheid met Mij realiseren.' Ik boog in verering, met dankbaarheid in mijn hart. Daarna trek ik opnieuw door vele landen, met zijn naam op mijn lippen en op Hem mediterend. Toen de tijd gekomen was gaf ik het lichaam op en werd verenigd met de Heer. Ik verbleef in die zaligheid gedurende een hele scheppingskringloop. In het begin van de volgende kringloop werd ik naar deze aarde gezonden waar ik een leven van zuiverheid leid en overal rond trek, in elke Loka (wereld), door de genade van de Heer. Waar ik ook ga, overal speel ik op mijn Viena en zing ik de lof van de Heer, die zich altijd manifesteert in mijn hart." Nadat Nàrada vertrokken was, ging de grote wijze Vyàsa naar Shamyàpràsa, de heilige Aashram op de oever van de Saraswatie. Terwijl hij daar in meditatie zat, werd zijn geest diep geconcentreerd door liefde voor de Heer en aanschouwde hij de almachtige Vader-Moeder God. Hij realiseerde hoe de mens, ofschoon goddelijk en vrij, ten gevolge van onwetendheid gelooft dat hij gebonden is, maar ook hoe door devotie tot Shrie Krishna, de Heer van liefde, deze onwetendheid kan worden verdreven. Met deze waarheid in zijn hart schreef hij het heilig boek, de Bhagavata, voor het welzijn van alle mensen.

O Moeder

De Bhagavad Gita wordt vereerd als een moeder en met hetzelfde vertrouwen en dezelfde liefde benaderd.

Advaita

Advaita betekent: niet-twee. Het is de sublieme filosofie die de dualiteit ontkent.

Vers 2

De Mahàbhàrata

De Mahàbhàrata is het omvangrijke epos, dat bestaat uit achttien Parvans of boeken, waarin de strijd tussen twee families wordt beschreven: de Pàndavas en de Kauravas. De Bhagavad Gita werd gegeven op de vooravond van de oorlog. En de lering van Shrie Krishna ligt tussen het laatste vers van het eerste hoofdstuk (I 47) en het laatste vers van het laatste hoofdstuk (XVIII 78). In I 47 zinkt Arjoena moedeloos veer en laat hij zijn boog en pijlen vallen. Maar in XVIII 78:

"Yatra Yogeshvarah Krishno, Yatra Pàrtho Dhanoerdharah
Tatra Shriervijayo Bhoetidhroevà Nietirmatirmama

Waar Krishna, de Heer van Yoga, en Arjoena, de houder van de boog, aanwezig zijn, daar zijn voorspoed, overwinning, vooruitgang en een standvastige mening."

Een belangrijk woord in dit vers is: Dhanoerdharah, houder van de boog: hij weet wat zijn plicht is en is vastbesloten ze te doen. Krishna's lering heeft Arjoena geleid van moedeloosheid naar vastberadenheid. Vanaf dat ogenblik neemt de geschiedenis van de strijd een beslissende wending.

Vers 3

Shrie Krishna

Shrie Krishna is het hogere Zelf. Hij wordt in Gietàdhyànam aangesproken met verscheidene mooie namen:

Wensvervullende boom: in Hem vinden alle verlangens en begeerten hun bevrediging.

Houder van de zweep: Hij is het Bewustzijn dat het licht en leven is van de zintuigen; het lichaam is de koets, de zintuigen zijn de paarden, Hij is de wagenmenner, de houder van de zweep.

Melker van de Gietanectar

Hij haalde de essentie uit de omvangrijke literatuur van de Oepanishads.

Vers 4

Oepanishads

De Oepanishads zijn de Schriften die de geheime betekenis van de Vedas, de boeken van wijsheid, openbaren. Ze worden vergeleken bij koeien. De Bhagavad Gita is de melk of de essentie van de Oepanishads. Arjoena is het kalf, dat de melk doet vloeien. Shrie Krishna is de melker. De Gietamelk wordt gedronken door alle wijze mensen.

Vers 5

Kamsa en Changoera zijn demonen. Krishna is de vernietiger van het kwaad. Hij is de hoogste zaligheid van de ziel (Devakie Paramanandam). Hij is de Jagadgoeroe, de wereldleraar: Hij richt zich tot alle mensen, ongeacht hun afkomst en religie.

Dit alles betekent dat problemen slechts verdwijnen als men postvat in het hoogste Bewustzijn of als men waarlijk zichzelf kent.

Vers 6

De moeilijkheden die de Pàndavas moesten overwinnen worden hier een rivier genoemd. Bhieshma, Drona en de anderen, die worden vermeld in dit vers als de oevers, het water, de krokodil, de rots, de draaikolk enz. van de rivier, zijn personages uit de Mahàbhàrata. Het vers heeft de bedoeling te wijzen op de enorme omvang van de moeilijkheden, die de Pàndavas het hoofd moesten bieden en te benadrukken dat ze met Krishna als stuurman veilig hun bestemming bereikten. Alle opgesomde personages vochten aan de zijde van de Kauravas en konden slechts met grote moeite worden overwonnen. Een voorbeeld: Bhieshma en Drona, de oevers van de rivier. Bhieshma was de zoon van koning Santanoe. Santanoe werd op hoge leeftijd verliefd op de dochter van een visser. Hij zond zijn zoon (Santanava) om haar hand te vragen. De ouders van het meisje eisten dat het kind van hun dochter opvolger van de koning zou worden. Om zijn vader gelukkig to maken legde Santanava de gelofte of niet to trouwen en geen aanspraak to maken op de troon. Om deze verschrikkelijke gelofte werd hij voortaan Bhieshma genoemd, wat "vreselijk, verschrikkelijk" betekent. Hij werd in de Mahàbhàrata oorlog verslagen door Arjoena. Drona was de leraar van de Kauravas en de Pàndavas, die hij de krijgskunst leerde. Nadat Bhieshma dodelijk werd gewond voerde Drona het opperbevel over de Kauravas. Op dezelfde manier belichamen de opgesomde personages bepaalde eigenschappen en maken ze de rivier waarmee ze worden vereenzelvigd tot een geheel van bijna onoverwinnelijke moeilijkheden en verheerlijken daardoor Krishna, de stuurman.

Vers 7

Hari

Hari betekent: degene die het lijden vernietigt. Kali is het vierde tijdvak van de wereld waarin we nu leven. Het wordt de ijzeren tijd genoemd en is een tijd van spanning en twist.

Màdhava

Màdhava betekent: gemaal van Ma of Laxmie, de godin van de voor- e spoed.

Vers 9

Brahmà_(het scheppend vermogen), Varoena (de oceaan), Roedra (de vernietiger) en de Maroets (de wind) symboliseren de natuur. Het zijn de bezielende krachten van de natuur, die alle de uitdrukking zijn van dezelfde oorspronkelijke energie.

Vedas, Angas, Oepanishads, Krama- en Padamethodes:

Degene die wordt aanbeden en geprezen in alle Schriften is de ene onvergankelijke Werkelijkheid of God. De Vedas worden geciteerd op verscheidene manieren. Pada bv. is het splitsen van de tekst in zijn verscheidene woorden.

Yogis

God ligt voorbij de reikkracht van het denken, maar Hij openbaart zich aan Yogis, die met een zuivere geest op Hem mediteren. Yogis zijn degenen die verenigd zijn (Yoekta) met de onvergankelijke Werkelijkheid.

Soeras en Asoeras

Soeras zijn goden. Asoeras zijn demonen. Goede mensen noch demonische wezens kennen zijn einde, want Hij omvat alles. Slechts degenen die voorbij goed en kwaad gaan, kennen Hem waarlijk.

SHRIE VISHNOE SAHASRA NAMA

DE DUIZEND NAMEN VAN DE ALDOORDRINGENDE WERKELIJKHEID

De Duizend Namen van Vishnoe is een hymne uit de Mahàbhàrata, India's omvangrijkste epos, dat wordt toegeschreven aan Veda Vyàsa.

De beroemde Aachàrya (leraar) Shankara (788-820) kreeg van zijn Goeroe, Govindapàdàchàrya, de opdracht als test een Bhàsyà (commentaar) te schrijven op deze hymne. Hij slaagde op schitterende wijze. Zo ontstond zijn eerste boek.

De Duizend Namen van Vishnoe wordt ook nu nog dagelijks gezongen (Archanà) door vele Bhaktas (van Bhakti: devotie). Het is vol van filosofische en spirituele betekenis.

Prins Yoedhishthira, de oudste van de vijf Pàndavas, benadert op het einde van de oorlog die in de Mahàbhàrata wordt beschreven, Bhieshma Pitàmaha, de machtige grootvader van het geslacht van de Koeroes. Bhieshma ligt gewond neer op een bed van pijlen en wacht op de dood. Yoedhishthira stelt hem zes vragen en krijgt zes antwoorden. Daarna volgt de hymne van de Duizend Namen van de aldoordringende Werkelijkheid.

De eerste vraag van Yoedhishthira is: "Wie is de Ene God van het heelal? Kim Ekam Daivatam Loke?"

Bhieshma antwoordt: "Pavitrànam Pavitram Yo Mangalànam Cha Mangalam, Hij die de heiligheid is van alle heiligheid en de voorspoed van alle voorspoed, Daivatam Devatànàm Cha, Hij die de God is van alle goden, Bhoetànàm Yovyayah Pità, de eeuwige Vader van alle schepselen."

De tweede vraag van Yoedhishthira:

"Wat is de ene Toevlucht voor iedereen?"

"Hij die het hoogste Licht is, de grote Bestuurder, het Absolute, Hij is de hoogste Toevlucht."

"Wie moet men verheerlijken om voorspoed te bereiken?" Dat is de volgende vraag.

Bhieshma antwoordt: "Het hoogste Bewustzijn, de Heer van het heelal, de God der goden, de Oneindige, die altijd begaan is met het welzijn van allen."

Vraag vier: "Wie moet men vereren om echte voorspoed te bereiken?"

Bhieshma: "Men kan echte voorspoed bereiken door hetzelfde Bewustzijn te vereren, door erop te mediteren en er zich aan te onderwerpen."

Vraag vijf: "Wat is volgens u het grootste Dharma (plicht)?"

Bhieshma: "Het grootste Dharma is de ene Vishnoe (de aldoordringende Werkelijkheid), die geen begin en geen einde heeft, de allerhoogste Heer van de wereld."

Vraag zes: "Door Japa (herhaling) van wat kunnen schepselen voorbij Samsàra (het zintuiglijk heelal) gaan?"

Bhieshma: "Zij gaan voorbij alle lijden door al tijd de Kenner van de wereld te vereren."

Na aldus alle vragen te hebben beantwoord zegt Bhieshma:

"Zijn Duizend Namen zal ik u nu geven. Luister met grote aandacht."
Op die manier wordt de beroemde hymne in de Mahàbhàrata ingeleid.

De Waarheid ligt voorbij de reikkracht van de geest en de spraak: ze kan worden bepaald noch begrepen. Ze is het substraat van alle eigenschappen. Door herhaling van De Namen van de onvergankelijke Werkelijkheid probeert de zoeker deze steeds dichterbij te benaderen in een ervaring, tot hij vereenzelviging (Sarojya) ermee bereikt.

De herhaling van een hymne wordt ingeleid door een bepaald ritueel dat Anganyàsa (installatie in de lichaamsdelen) of Karanyàsa (installatie in de handpalm) wordt genoemd. Dit heeft een diepe betekenis. Met behulp van vrijwillige gedachten en bepaalde gebaren zuivert de zoeker zichzelf. Dit helpt hem realiseren, dat hij, ofschoon hij de Waarheid vereert als verschillend (Bheda of Anya), in wezen niet verschillend (Abheda of Ananya) is. Hij werkt zich op tot een verheven stemming van vrede, sereniteit en zuiverheid. Zijn lichaam zelf wordt een tempel en de verscheidene lichaamsdelen worden de altaren waarop hij met een hart vol liefde en geloof de Godheid aanroept en installeert (zie ook blz. 18).

Mantra 1

Asya Vishnoesahasranàma-Stotrasya Veda Vyàsa Rishih

Vertaling

Van deze hymne "De Duizend Namen van de aldoordringende Werkelijkheid" is Veda Vyàsa de Rishi.

Commentaar

De grote spirituele Mantras zijn geen dichtelijke vondsten. In de hogere stadia van de meditatie ontvangt de wijze bepaalde openbaringen, die hij daarna aan de wereld geeft. Deze gehoorde waarheden (Sroetam) weerstaan aan alle kritiek en tijd. Zoekers mediteren op deze Mantras. De naar buiten gaande neigingen van hun geest komen daardoor tot rust en ze komen dichterbij de innerlijke werkelijkheid. De auteur van de Mantra wordt in de Vedas Mantra-Drashtà of Rishi (Ziener) genoemd. Mantra betekent: beschermer van het denken.

Gebaar

De Rishi van de Mantra (Veda Vyàsa) wordt "geïnstalleerd" op de top van het hoofd, terwijl de zoeker in gedachten de Mantra herhaalt en met de duim, de middenvinger en de ringvinger van de rechterhand de top van het hoofd aanraakt.

Mantra 2

Anoeshtoep Onhandah

Vertaling

Het metrum is Anoeshtoep.

Commentaar

Anoeshtoep is het metrum of de versmaat waarin De Duizend Namen worden gezongen.

Het gezang komt uit de mond. Het altaar van het metrum is dus de mond.

Gebaar

Terwijl Mantra 2 in gedachten wordt herhaald raakt de zoeker met dezelfde vingers de mond aan.

Mantra 3

Shrie Vishvaroepo Mahàvishnoer Devatà

Vertaling

De grote Vishnoe (de aldoordringende Werkelijkheid), de Heer die als vorm het hele heelal heeft, is de Godheid van de hymne.

Commentaar

De aldoordringende Werkelijkheid is het onderwerp van de hymne.

Vishnoe is voor de zoeker de Heer van zijn hart, het centrum van zijn persoonlijkheid. Hij is klaar om zich aan Hem te offeren.

Gebaar

De zoeker installeert God met alle liefde en devotie in zijn hart, dat hij met dezelfde vingers aanraakt, terwijl hij in gedachten Mantra 3 herhaalt.

Mantra 4

Devakie-Nandanah Srashteti Shaktih

Vertaling

De schepper (Srashtà), de vreugde van de ziel (Devakie-Nandana) is Gods kracht (Shakti) zelf.

Commentaar

De scheppende kracht wordt geïnstalleerd in de navel (Nàbhi).

Gebaar

Terwijl in gedachten Mantra 4 wordt herhaald komen de vingers neer van het hart en raken de navel aan.

Mantra 5

Shankha-bhrit Nandakie Chakrieti Kielakam

Vertaling

De houder van de schelphoorn (Shankha), het zwaard (Nandaka) en de diskus (Chakra) is de Kielakam (dat wat vastzet).

Commentaar

De geest kan zich van de scheppende kracht die wordt geïnstalleerd in de navel moeilijk een idee vormen. Om die reden geeft de Mantra een symbolische voorstelling ervan om ze vast te zetten (Kielakam) in ons begrip. De Mantra beschrijft de kosmische kracht als God

die de schelphoorn, het zwaard en de diskus draagt. Dit symboliseert dat God aan de basis ligt van alles. Alle dingen hebben een begin, een voortzetting en een einde. De schelphoorn stelt het begin voor, het zwaard de voortzetting en de diskus het einde. De schelphoorn (Shankha) symboliseert ook de roep van de Werkelijkheid of Gods eigen verklaringen in de Schriften. Nandaka is het zwaard dat vreugde (Nandana) brengt, omdat het het kwaad bestrijdt. De diskus (Chakra) is de zinnebeeldige voorstelling van de vernietiging, die eigen is aan alle evolutie. Het blazen van de schelphoorn stelt ook de spraak voor, het hanteren van het zwaard stelt actie voor en het werpen van de diskus stelt het denken voor. De grote kracht die werd geïnstalleerd in de navel drukt zich dus uit in de vorm van woorden, daden en gedachten.

Gebaar

Terwijl Mantra 5 in gedachten wordt herhaald raken de handen de voeten aan. De Goeroe werd geïnstalleerd op de top van het hoofd, de Veda in de mond, God in het hart en de levenskracht in de navel.

Dit maakt de zoeker zo gewijd dat hij zijn eigen voeten aanraakt, een gebaar dat eerbied, verering, onderwerping uitdrukt.

Mantra 6

Shàrngà-Dhanvâ-Gadâ-Dhara Ityastram

Vertaling

Shàrngâ-Dhanvâ: naam van de boog (Dhanoe) van Vishnoe.

Gadâdhara: Hij draagt ook de strijdknops.

Iti Astra: dit zijn de wapens (Astra).

Commentaar

Deze wapens symboliseren het feit dat God bescherming biedt. Het lichaam werd nu een gewijde tempel en moet worden beschermd. De zoeker doet een beroep op God zelf.

Gebaar

Terwijl hij in gedachten Mantra 6 zingt verwijdt hij de handen van de voeten en slaat hij met de gestrekte wijsvinger en middenvinger van de rechterhand op de geopende linkerhandpalm. Dit betekent dat het lichaam nu een grote schat bevat. De schatkamer wordt stevig gesloten en beschermd.

Mantra 7

Rathàngapànir-Akshobhya Iti Netram

Vertaling

Degene die onbeweeglijk (Akshobhya) de teugels houdt (Rathàngapànir) is het oog (Iti Netram).

Commentaar

De ogen vertegenwoordigen alle zintuigen van het lichaam dat wordt vergeleken bij een koets. De zintuigen zijn de paarden. God zelf is de wagenmenner. Hij wordt geïnstalleerd in de zintuigen. Hij is degene die de teugels houdt. Dezelfde beeldspraak vindt men in de Bhagavad Gietâ waar Krishna Arjoena's wagenmenner is.

Gebaar

Terwijl de zoeker de goddelijke wagenmenner aanroept, herhaalt hij in gedachten mantra 7 en raakt hij met de vingertoppen beide ogen aan.

Mantra 8

Trisàmà Sàmagah Sàmèti Kavacham

Vertaling

Degene (Trisàmà) die wordt vereerd in de hymnen van de Sàma Veda (Sàma) en het onderwerp (Sàmagah) ervan is, Hij is de wapenrusting.

Gebaar

Terwijl hij in gedachten Mantra 8 herhaalt raakt hij eerst met de linkerhand de linkerschouder en met de rechterhand de rechterschouder aan en daarna met de linkerhand de rechterschouder en met de rechterhand de linkerschouder, alsof hij echt een wapenrusting aantrekt.

Mantra 9

Aanandam Brahmeti Yonih

Vertaling

Het Absolute (Brahman), de Oneindige Zaligheid (Aananda), is van alles de moederschoot (Yonih).

Gebaar

Terwijl hij in gedachten Mantra 9 zingt installeert hij de Oneindige Zaligheid in het orgaan van voortplanting. Dit is de plaats in de tempel van het lichaam die de ene bron is waaruit alles ontspringt. God manifesteert zich als de kracht tot voortplanting.

Mantra 10

Vishvaroepa Iti Dhyànam

Vertaling

Het heelal is Gods kosmische vorm. Dit is de meditatie.

Commentaar

Het totale veld van onze ervaringen wordt Vishva, heelal, genoemd. Degene die zich als het heelal manifesteert is Vishvaroepa. Op God mediteren (Dhyànam) als het heelal is een methode om Hem te installeren in ons intellect.

Gebaar

De zoeker strengelt de vingers in elkaar, terwijl hij in gedachten deze Mantra herhaalt en mediteert.

Mantra 11

Ritam Soedarshanah Kàla Iti Dikbandhah

Vertaling

De Waarheid, de diskus en de tijd beschermen de grenzen van mijn wereld (Dikbandhah, wereld van invloed).

Commentaar

Waarheidsliefde (Ritam), God zien in alle omstandigheden (Soedarshana, een naam van zijn diskus) en het instrument van de tijd (Kàla) of het intellect beheersen, zijn de beste bescherming tegen vijandige krachten.

Gebaar

De zoeker knipt zijn middenvinger en duim van de rechterhand tegen elkaar en draait zijn hand rond zijn hoofd. Dit betekent dat het heelal in onze eigen gedachten verblijft, dat we leven in een wereld van gevoelens en ideeën. "De geest alleen is de hele wereld," schrijft Swami Sivananda in zijn Waves of Ganga.

Mantra 12

Shrie Mahà Vishnoe Prietyarthe Jape Viniyogah

Vertaling

Voor de genade van de Almachtige Heer zelf doe ik Japa (herhaling van de Duizend Namen van de Aldoordringende Werkelijkheid).

Commentaar

Met welk motief doe je Japa? Alleen door Gods genade (Prietyarthe). Een echte zoeker kent geen zelfzucht. Hij verliest nooit het doel uit het oog.

Gebaar

Nadat hij in gedachten mantra 12 heeft gezongen doet hij met een lepel wat water (Tiertham) in zijn rechterhandpalm en giet het voor hem op de grond. Na dit prachtig subjectief ritueel dat Anganyàsa (installatie in de lichaamsdelen) wordt genoemd, is de zoeker klaar voor hogere meditatie op de waarheid, zoals ze wordt geduid door de Vishnoesahasranàma.

DE MEDITATIESTANZA

Shàntakàram Bhoejagashayanam Padmanàbham Soeresham
Vishvadhàram Gaganasadrisham Meghavarnam Shoebhàngam
Laxmiekàntam Kamalanayanam Yogibhirdhyànagamyam
Vande Vishnoem Bhavabhayaharam Sarvalokaikanàtham

Vertaling

Shàntakàram: Hij is altijd vrede
Bhoejagashayanam: Hij rust op de slang (de tijd)
Padmanàbham: het heelal ontspringt aan zijn navel
Soeresham: heerser over alle goden
Vishvadhàram: basis van het heelal
Gaganasadrisham: wijds als de hemel (Gagana)
Meghavarnam: Hij heeft de kleur van een wolk
Shoebhàngam: Fascinerend mooi
Laxmiekàntam: Heer van Laxmie (voorspoed)
Kamalanayanam: met ogen als een lotus
Yogibhir: Hij verblijft in het hart van Yogis
Dhyànagamyam: Hij kan worden benaderd door meditatie
Vande: ik vereer
Vishnoem: de aldoordringende Werkelijkheid
Bhavabhayaharam: Hij die vrees verdrijft
Sarvalokaikanàtham: Heer van alle werelden

"Ik vereer degene die altijd vrede is, die rust op de slang, aan wiens navel het heelal ontspringt als een lotus, heerser over alle goden, basis van het heelal, wijds als de hemel, met een kleur als een wolk, fascinerend mooi, Heer van Laxmie, met ogen als een lotus, die verblijft in het hart van Yogis, die kan worden benaderd door meditatie, de aldoordringende Werkelijkheid, die alle vrees verdrijft, meester van het heelal."

Zo mediteert de zoeker op God. Hij stelt zich Hem voor als allesomvattend en begint dan met het zingen van de Vishnoesahasranàrna.

SHRIE VISHNOE SAHASRA NAMAVALIE

Om Vishvasmai Namah
Om Vishnave Namah
Om Vashatkàràyà Namah
Om Bhoetabhavyabhavatprabhave Namah
Om Bhoetakrite Namah
Om Bhoetabhrite Namah
Om Bhàvàyà Namah
Om Bhoetàtmane Namah
Om Bhoetabhàvanàyà Namah
Om Poetàtmane Namah
Om Paramàtmane Namah
Om Moektànàm Paramàyai Gataye Namah
Om Avyayàyà Namah
Om Poeroeshàyà Namah
Om Sàkshine Namah
Om Kshetrajnàyà Namah
Om Aksharàyà Namah
Om Yogàyà Namah
Om Yogavidàm Netre Namah
Om Pradhànapoeroesheshvaràyà Namah
Om Nàrasimhavapoeshe Namah
Om Shriemate Namah
Om Keshavàyà Namah
Om Poeroeshottamàyà Namah
Om Sarvasmai Namah
Om Sharvàyà Namah
Om Sivàyà Namah
Om Sthànave Namah
Om Bhoetàdaye Namah
Om Nidhaye Avyayàyà Namah
Om Sambhavàyà Namah
Om Bhàvanàyà Namah
Om Bhartre Namah
Om Prabhavàyà Namah
Om Prabhave Namah
Om Ieshvaràyà Namah
Om Svayambhoeve Namah
Om Shambhave Namah
Om Aadityàyà Namah
Om Poeshkaràkshàyà Namah
Om Mahàsvanàyà Namah
Om Anàdinidhanàyà Namah
Om Dhàtre Namah
Om Vidhàtre Namah
Om Dhàtoeroettamàyà Namah
Om Aprameyàyà Namah
Om Hrishiekeshàyà Namah
Om Padmanàbhàyà Namah
Om Amaraprabhave Namah

Om Vishvakarmane Namah

50

Om Manave Namah
Om Tvashtre Namah
Om Sthavishthàya Namah
Om Sthaviràya Dhroevàya Namah
Om Agràhyàya Namah
Om Shàshvatàya Namah
Om Krishnàya Namah
Om Lohitàkshàya Namah
Om Pratardanàya Namah
Om Prabhoetàya Namah
Om Trikakoebdhàmne Namah
Om Pavitràya Namah
Om Mangalàya Parasmai Namah
Om Ieshànàya Namah
Om Prànadàya Namah
Om Prànàya Namah
Om Jyeshthàya Namah
Om Shreshthàya Namah
Om Prajàpataye Namah
Om Hiranyagarbhàya Namah
Om Bhoegarbhàya Namah
Om Mādhavàya Namah
Om Madhoesoedanàya Namah
Om Ieshvaràya Namah
Om Vikramine Namah
Om Dhanvine Namah
Om Medhàvine Namah
Om Vikramàya Namah
Om Kramàya Namah
Om Anoettamàya Namah
Om Doeràdharshàya Namah
Om Kritajnàya Namah
Om Kritaye Namah
Om Aatmavate Namah
Om Soereshàya Namah
Om Sharanàya Namah
Om Sharmane Namah
Om Vishvaretase Namah
Om Prajàbhavàya Namah
Om Ahne Namah
Om Samvatsaràya Namah
Om Vyàlàyà Namah
Om Pratyayàya Namah
Om Sarvadarshanàya Namah
Om Ajàya Namah
Om Sarveshvaràya Namah
Om Siddhàya Namah
Om Siddhaye Namah

Om Sarvādaye Namah
Om Achyoetāya Namah

100

Om Vrishākapaye Namah
Om Ameyātmane Namah
Om Sarvayogavinihsritāya Namah
Om Vasave Namah
Om Vasoemanase Namah
Om Satyāya Namah
Om Samātmane Namah
Om Sammitāya Namah
Om Samāya Namah
Om Amoghāya Namah
Om Poendariekākshāya Namah
Om Vrishakarmane Namah
Om Vrishākritaye Namah
Om Roedrāya Namah
Om Bahoeshirase Namah
Om Babhrave Namah
Om Vishvayonaye Namah
Om Shoechishravase Namah
Om Amritāya Namah
Om Shāshvatasthānave Namah
Om Varārohāya Namah
Om Mahātapase Namah
Om Sarvagāya Namah
Om Sarvavidbhānave Namah
Om Vishvaksenāya Namah
Om Janārdanāya Namah
Om Vedāya Namah
Om Vedavide Namah
Om Avyangāya Namah
Om Vedāngāya Namah
Om Vedavide Namah
Om Kavaye Namah
Om Lokādhyakshāya Namah
Om Soerādhyakshāya Namah
Om Dharmādhyakshāya Namah
Om Kritākritāya Namah
Om Chatoerātmane Namah
Om Chatoervyoehāya Namah
Om Chatoerdamshtāya Namah
Om Chatoerbhoejāya Namah
Om Bhrājishnave Namah
Om Bhojanāya Namah
Om Bhoktre Namah
Om Sahishnave Namah
Om Jagadādjāya Namah
Om Anaghāya Namah
Om Vijayāya Namah

Om Jetre Namah
Om Vishvayonaye Namah
Om Poenarvasave Namah

150

Om Oependràya Namah
Om Vamanàya Namah
Om Pràmshave Namah
Om Amoghàya Namah
Om Shoechaye Namah
Om Oerjitàya Namah
Om Atiendràyaya Namah
Om Samgrahàya Namah
Om Sargàya Namah
Om Dhritàtmane Namah
Om Niyamàya Namah
Om Yamàya Namah
Om Vedyàya Namah
Om Vaidyàya Namah
Om Sadàyogine Namah
Om Vieraghne Namah
Om Màdhavàya Namah
Om Madhave Namah
Om Atiendriyàya Namah
Om Mahàmàyàya Namah
Om Mahotsàhàya Namah
Om Mahàbalàya Namah
Om Mahàboeddhaye Namah
Om Mahàvieryàya Namah
Om Mahàshaktaye Namah
Om Mahàdyoetaye Namah
Om Anirdeshyavapoeshe Namah
Om Shriemate Namah
Om Ameyàtmane Namah
Om Mahàdridhrige Namah
Om Maheshvàsàya Namah
Om Mahiebhartre Namah
Om Shrienivàsàya Namah
Om Satàm Gataye Namah
Om Aniroeddhàya Namah
Om Soerànandàya Namah
Om Govindàya Namah
Om Govidàm Pataye Namah
Om Mariechaye Namah
Om Damanàya Namah
Om Hamsàya Namah
Om Soeparnàya Namah
Om Bhoejagottamàya Namah
Om Hiranyanabhàya Namah
Om Soetapase Namah
Om Padmanabhàya Namah

Om Prajàpataye Namah
Om Amrityave Namah
Om Sarvadrishhe Namah
Om Simhàya Namah

200

Om Sandhàtre Namah
Om Sandhimate Namah
Om Sthiràya Namah
Om Ajàya Namah
Om Doermarshanàya Namah
Om Shàstre Namah
Om Vishroetàtmane Namah
Om Soeràrighne Namah
Om Goerave Namah
Om Goeroetamàya Namah
Om Dhàmne Namah
Om Satyàya Namah
Om Satyaparàkramàya Namah
Om Nimishàya Namah
Om Animishàya Namah
Om Sragvine Namah
Om Vàchaspataye Oedàradhiye Namah
Om Agranye Namah
Om Gràmanye Namah
Om Shriemate Namah
Om Nyàyàya Namah
Om Netre Namah
Om Samieranàya Namah
Om Sahasramoerdhne Namah
Om Vishvåtmane Namah
Om Sahasràkshàya Namah
Om Sahasrapade Namah
Om Aavartanàya Namah
Om Nivrittàtmane Namah
Om Samvritàya Namah
Om Sampramardanàya Namah
Om Ahahsamvartakàya Namah
Om Vahnaye Namah
Om Anilàya Namah
Om Dharaniedharàya Namah
Om Soeprasàdàya Namah
Om Prasannàtmane Namah
Om Vishvadhriye Namah
Om Vishvabhoeje Namah
Om Vibhave Namah
Om Satkartre Namah
Om Satkritàya Namah
Om Sàdhave Namah
Om Jahnave Namah
Om Nàrayanàya Namah

Om Naràya Namah
Om Asankhyeyàya Namah
Om Aprameyàtmane Namah
Om Vishishtàya Namah
Om Shishtakrite Namah

250

Om Shochaye Namah
Om Siddhàrthàya Namah
Om Siddhasankalpàya Namah
Om Siddhidàya Namah
Om Siddhisàdhanàya Namah
Om Vrishàhine Namah
Om Vrishabhàya Namah
Om Vrishnave Namah
Om Vrishaparvane Namah
Om Vrishodaràya Namah
Om Vardhanàya Namah
Om Vardhamànàya Namah
Om Viviktàya Namah
Om Shroetisàgaràya Namah
Om Soebhoejàya Namah
Om Doerdharàya Namah
Om Vågmine Namah
Om Mahendràya Namah
Om Vasoedàya Namah
Om Vasave Namah
Om Naikaropàya Namah
Om Brihadroepàya Namah
Om Shipivishtàya Namah
Om Prakàshanàya Namah
Om Ojastejodyoetidharàya Namah
Om Prakàshàtmane Namah
Om Pratàpanàya Namah
Om Riddhàya Namah
Om Spashtàksharàya Namah
Om Mantràya Namah
Om Chandràmslave Namah
Om Bhàskaradyoetaye Namah
Om Amritàmshoedbhavàya Namah
Om Bhànave Namah
Om Shashabindave Namah
Om Soereshvaràya Namah
Om Aushadhàya Namah
Om Jagatahsetave Namah
Om Satyadharmaparàkramàya Namah
Om Bhoetabhavyabhavannàthàya Namah
Om Pavanàya Namah
Om Pàvanàya Namah
Om Analàya Namah
Om Kàmaghne Namah

Om Kàmakrite Namah
Om Kàntàya Namah
Om Kàmàya Namah
Om Kamapradàya Namah
Om Prabhave Namah
Om Yoegàdikrite Namah

300

Om Yoegàvartàya Namah
Om Naikamàyàya Namah
Om Mahàshanàya Namah
Om Adrishyàya Namah
Om Vyaktaroepàya Namah
Om Sahasrajite Namah
Om Anantajite Namah
Om Ishtàya Namah
Om Vishishtàya Namah
Om Shishteshtàya Namah
Om Shikhandine Namah
Om Nahoeshàya Namah
Om Vrishàya Namah
Om Krodhadhne Namah
Om Krodhakritkartre Namah
Om Vishvabhàhave Namah
Om Mahiedharàya Namah
Om Achyoetàya Namah
Om Prathitàya Namah
Om Prànàya Namah
Om Prànadàya Namah
Om Vàsavànoejàya Namah
Om Apàm Nidhaye Namah
Om Adhishthànàya Namah
Om Apramattàya Namah
Om Pratishtitàya Namah
Om Skandàya Namah
Om Skandadharàya Namah
Om Dhoeryàya Namah
Om Varadàya Namah
Om Vàyoevahanàya Namah
Om Vàsoedevàya Namah
Om Brihadbhànave Namah
Om Aadidevàya Namah
Om Poerandaràya Namah
Om Ashokàya Namah
Om Tàranàya Namah
Om Tàràya Namah
Om Shoeràya Namah
Om Shauraye Namah
Om Janeshvaràya Namah
Om Anoekoelàya Namah
Om Shatàvarttaya Namah

Om Padmini Namah
Om Padmanibhekshanàya Namah
Om Padmanàbhàya Namah
Om Aravindàkshàya Namah
Om Padmagarbhàya Namah
Om Sharierabhrite Namah
Om Maharddhaye Namah

350

Om Riddhàya Namah
Om Vriddhàtmane Namah
Om Mahàkshàya Namah
Om Garoedadhvajàya Namah
Om Atoelàya Namah
Om Sharabhàya Namah
Om Bhiemàya Namah
Om Samayajnàya Namah
Om Havirharaye Namah
Om Sarvalakshanalakshanyàya Namah
Om Laxmievate Namah
Om Samitinjayàya Namah
Om Viksharàya Namah
Om Rohitàya Namah
Om Màrgàya Namah
Om Hetave Namah
Om Dàmodaràya Namah
Om Sahàya Namah
Om Mahiedharàya Namah
Om Mahàbhàgàya Namah
Om Vegavate Namah
Om Amitàshanàya Namah
Om Oedbhavàya Namah
Om Kshobhanàya Namah
Om Devàya Namah
Om Shriegarbhàya Namah
Om Parameshvaràya Namah
Om Karanàya Namah
Om Kàranàya Namah
Om Kartre Namah
Om Vikartre Namah
Om Gahanàya Namah
Om Goehàya Namah
Om Vyavasàya Namah
Om Vyavasthànàya Namah
Om Samsthànàya Namah
Om Sthànadàya Namah
Om Dhroevàya Namah
Om Pararddhaye Namah
Om Paramaspashtàya Namah
Om Toeshtàya Namah
Om Poeshtàya Namah

Om Shoebhekshanàya Namah
Om Ràmàya Namah
Om Viràmàya Namah
Om Virajàya Namah
Om Màrgàya Namah
Om Neyàya Namah
Om Nayàya Namah
Om Anayàya Namah

400

Om Vieràya Namah
Om Shaktimatàm Shreshthàya Namah
Om Dharmàya Namah
Om Dharmavidoettamàya Namah
Om Vaikoenthàya Namah
Om Poeroeshàya Namah
Om Prànàya Namah
Om Prànadàya Namah
Om Pranavàya Namah
Om Prithave Namah
Om Hiranyagarbhàya Namah
Om Shatroeghnàya Namah
Om Vyàptàya Namah
Om Vàyave Namah
Om Adhokshajàya Namah
Om Ritave Namah
Om Soedarshanàya Namah
Om Kàlàya Namah
Om Parameshthine Namah
Om Parigrahàya Namah
Om Oegràya Namah
Om Samvatsaràya Namah
Om Dakshàya Namah
Om Vishràràya Namah
Om Vishvadakshinàya Namah
Om Vistàràya Namah
Om Sthàvarasthànave Namah
Om Pramànàya Namah
Om Biejàya Avyayàya Namah
Om Arthàya Namah
Om Anarthàya Namah
Om Mahàkoshàya Namah
Om Mahàbhogàya Namah
Om Mahàdhanàya Namah
Om Anirvinnàya Namah
Om Sthavishthàya Namah
Om Abhoeve Namah
Om Dharmayoepàya Namah
Om Mahàmakhaya Namah
Om Nakshatranemaye Namah
Om Nakshatrine Namah

Om Kshamàya Namah
Om Kshàmàya Namah
Om Samiehanàya Namah
Om Yajnàya Namah
Om Ijyàya Namah
Om Mahejyàya Namah
Om Kratave Namah
Om Satràya Namah
Om Satàm Gataye Namah

450

Om Sarvadarshine Namah
Om Vimoektàtmane Namah
Om Sarvajnàya Namah
Om Jnànamoettamàya Namah
Om Soevratàya Namah
Om Soemoekhàya Namah
Om Soekshmàya Namah
Om Soeghoshàya Namah
Om Soekhadàya Namah
Om Soehride Namah
Om Manoharàya Namah
Om Jitakrodhàya Namah
Om Vierabàhave Namah
Om Vidàranàya Namah
Om Svàpanàya Namah
Om Svavashàya Namah
Om Vyàpine Namah
Om Naikàtmane Namah
Om Naikakarmakrite Namah
Om Vatsaràya Namah
Om Vatsalàya Namah
Om Vatsine Namah
Om Ratnagarbhàya Namah
Om Dhaneshvaràya Namah
Om Dharmagoepe Namah
Om Dharmakrite Namah
Om Dharmine Namah
Om Sate Namah
Om Asate Namah
Om Ksharàya Namah
Om Aksharàya Namah
Om Avijnàtre Namah
Om SahasràmsHAVE Namah
Om Vidhàtre Namah
Om Kritalakshanàya Namah
Om Gabhastinemaye Namah
Om Sattvasthàya Namah
Om Simhàya Namah
Om Bhoetamaheshvaràya Namah
Om Aadidevàya Namah

Om Mahàdevàya Namah
Om Deveshàya Namah
Om Devabhrigoerave Namah
Om Oettaràya Namah
Om Gopataye Namah
Om Goptre Namah
Om Jnàagamyàya Namah
Om Poeràtanàya Namah
Om Sharierabhoetabhrite Namah
Om Bhoktre Namah

500

Om Kapiendràyà Namah
Om Bhoeridakshinàyà Namah
Om Somapàyà Namah
Om Amritapàyà Namah
Om Somàyà Namah
Om Poeroejite Namah
Om Poeroesattamàyà Namah
Om Vinayàyà Namah
Om Jayàyà Namah
Om Satyasandhàyà Namah
Om Dàshàrhàyà Namah
Om Sàtvatàm Pataye Namah
Om Jievàyà Namah
Om Vinayitàsàkshine Namah
Om Moekoendàyà Namah
Om Amitavikramàyà Namah
Om Ambhonidhaye Namah
Om Anantàtmane Namah
Om Mahodadhishayàyà Namah
Om Antakàyà Namah
Om Ajàyà Namah
Om Mahàrhàyà Namah
Om Svabhàvyàyà Namah
Om Jitàmitràyà Namah
Om Pramodanàyà Namah
Om Aanandàyà Namah
Om Nandanàyà Namah
Om Nandàyà Namah
Om Satyadharmane Namah
Om Trivikramàyà Namah
Om Maharshaye Kapilàchàryàyà Namah
Om Kritajnàyà Namah
Om Mediniepataye Namah
Om Tripadàyà Namah
Om Tridashàdhyakshàyà Namah
Om Mahàshringàyà Namah
Om Kritàntakrite Namah
Om Mahàvaràhàyà Namah
Om Govindàyà Namah

Om Soeshenàya Namah
Om Kanakàngadine Namah
Om Goehyàya Namah
Om Gabhieràya Namah
Om Gahanàya Namah
Om Goeptàya Namah
Om Chakragadàdharàya Namah
Om Vedhase Namah
Om Svàngàya Namah
Om Ajitàya Namah
Om Krishnàya Namah

550

Om Dridhàya Namah
Om Sankarshanàya Achyoetàya Namah
Om Varoenàya Namah
Om Vàroenàya Namah
Om Vrikshàya Namah
Om Poeskharàkshàya Namah
Om Mahàmanase Namah
Om Bhagavate Namah
Om Bhagaghne Namah
Om Aanandine Namah
Om Vanamàline Namah
Om Halàyoedhàya Namah
Om Aadityàya Namah
Om Jyotiràdityàya Namah
Om Sahishnave Namah
Om Gatisattamàya Namah
Om Soedhanvane Namah
Om Khandaparashave Namah
Om Dàroenàya Namah
Om Dravinapradaya Namah
Om Divahsprishe Namah
Om Sarvadrìgvyàsàya Namah
Om Vàchaspataye Ayonijàya Namah
Om Trisàmne Namah
Om Sàmagàya Namah
Om Sàmne Namah
Om Nirvànàya Namah
Om Bheshajàya Namah
Om Bhisaje Namah
Om Sannyàsakrite Namah
Om Shamàya Namah
Om Shàntàya Namah
Om Nishthàyai Namah
Om Shàntaye Namah
Om Paràyanàya Namah
Om Shoebhàngàya Namah
Om Shàntidàyá Namah
Om Srashtre Namah

Om Koemoedàya Namah
Om Koevaleshayàya Namah
Om Gohitàya Namah
Om Gopataye Namah
Om Goptre Namah
Om Vrishabhàkshàya Namah
Om Vrishapriyàya Namah
Om Anivartine Namah
Om Nivrittàtmane Namah
Om Samksheptre Namah
Om Kshemakrite Namah
Om Sivàya Namah

600

Om Shrievatsavakshase Namah
Om Shrievàsàya Namah
Om Shriepataye Namah
Om Shriematàm Varàya Namah
Om Shriedàya Namah
Om Shrieshàya Namah
Om Shrienivàsàya Namah
Om Shrienidhaye Namah
Om Shrievibhàvanàya Namah
Om Shriedharàya Namah
Om Shriekaràya Namah
Om Shreyase Namah
Om Shriemate Namah
Om Lokatrayàshrayàya Namah
Om Svakshàya Namah
Om Svangàya Namah
Om Shatànandàya Namah
Om Nandaye Namah
Om Jyotirganeshvaràya Namah
Om Vijitàtmane Namah
Om Vidheyàtmane Namah
Om Satkiertaye Namah
Om Chhinnasamshayàya Namah
Om Oediernàya Namah
Om Sarvatashchakshoeshe Namah
Om Anieshàya Namah
Om Shàshvatasthiràya Namah
Om Bhoeshayàya Namah
Om Bhoeshanàya Namah
Om Bhoetaye Namah
Om Vishokàya Namah
Om Shokanàshanàya Namah
Om Archishmate Namah
Om Architàya Namah
Om Koembhàya Namah
Om Vishoeddhàtmane Namah
Om Vishodhanàya Namah

Om Aniroeddhàya Namah
Om Apratirathàya Namah
Om Pradyoemràya Namah
Om Amitavikramàya Namah
Om Kàlaneminighne Namah
Om Vieràya Namah
Om Shauraye Namah
Om Shoerajaneshvaràya Namah
Om Trilokàtmane Namah
Om Trilokeshàya Namah
Om Keshavàya Namah
Om Keshighne Namah
Om Haraye Namah

650

Om Kàmadevàya Namah
Om Kàmapàlàya Namah
Om Kàmine Namah
Om Kàntàya Namah
Om Kritàgamàya Namah
Om Anirdeshyavapoeshe Namah
Om Vishnave Namah
Om Vieràya Namah
Om Anantàya Namah
Om Dhananjayàya Namah
Om Brahmanyàya Namah
Om Brahmakrite Namah
Om Brahmane Namah
Om Brahmane Namah
Om Brahmavivardhanàya Namah
Om Brahmavide Namah
Om Bràhmanàya Namah
Om Brahmine Namah
Om Brahmajnàya Namah
Om Bràhmanapriyàya Namah
Om Mahàkramàya Namah
Om Mahàkarmane Namah
Om Mahàtejase Namah
Om Mahoragàya Namah
Om Mahàkratave Namah
Om Mahàyajvane Namah
Om Mahàyajnàya Namah
Om Mahàhavishe Namah
Om Stavvàyàya Namah
Om Stavapriyàya Namah
Om Stotràya Namah
Om Stoetaye Namah
Om Stotre Namah
Om Ranapriyàya Namah
Om Poernàya Namah
Om Poerayitre Namah

Om Poenyàya Namah
Om Poenyakiertaye Namah
Om Anàmayàya Namah
Om Manojavàya Namah
Om Tierthakaràya Namah
Om Vasoeretase Namah
Om Vasoepradàya Namah
Om Vasoedevàya Namah
Om Vasave Namah
Om Vasoemanase Namah
Om Havishe Namah
Om Sadgataye Namah
Om Satkritaye Namah

700

Om Sattàyai Namah
Om Sadbhoetaye Namah
Om Satparayanàya Namah
Om Shoerasenàya Namah
Om Yadoeshreshthàya Namah
Om Sannivàsàya Namah
Om Soeyàmoenàya Namah
Om Bhoetàvàsàya Namah
Om Vasoedevàya Namah
Om Sarvàsoenilayàya Namah
Om Analàya Namah
Om Darpaghne Namah
Om Darpadàya Namah
Om Driptàya Namah
Om Doerdharàya Namah
Om Aparàjitàya Namah
Om Vishvamoertaye Namah
Om Mahàmoertaye Namah
Om Dieptamoertaye Namah
Om Amoertimate Namah
Om Anekamoertaye Namah
Om Avyaktaya Namah
Om Shatamoertaye Namah
Om Shatànanàya Namah
Om Ekàya Namah
Om Naikàya Namah
Om Savàya Namah
Om Kàya Namah
Om Kasmai Namah
Om Yasmai Namah
Om Tasmai Namah
Om Padamanoettamàya Namah
Om Lokabandhave Namah
Om Lokanàthàya Namah
Om Mādhavàya Namah
Om Bhaktavatsalàya Namah

Om Soevarnavarnàya Namah
Om Hemàngàya Namah
Om Varàngàya Namah
Om Chandanàngadine Namah
Om Vieraghne Namah
Om Vishamàya Namah
Om Shoenyàya Namah
Om Ghritàshishe Namah
Om Achalàya Namah
Om Chalàya Namah
Om Amànine Namah
Om Månadàya Namah
Om Månnyàya Namah
Om Lokasvàmine Namah

750

Om Trilokadhrige Namah
Om Soemedhase Namah
Om Medhajàya Namah
Om Dhanyàya Namah
Om Satyamedhase Namah
Om Dharàdharàya Namah
Om Tejovrishàya Namah
Om Dyoetidharàya Namah
Om Sarvasastrabhritàm Varàya Namah
Om Pragrahàya Namah
Om Nigrahàya Namah
Om Vyagràya Namah
Om Naikashringàya Namah
Om Gadàgrajàya Namah
Om Chatoermoertaye Namah
Om Chatoerbahave Namah
Om Chatoervyoehàya Namah
Om Chatoergataye Namah
Om Chatoeràtmane Namah
Om Chatoerbhàvàyàya Namah
Om Chatoervedavide Namah
Om Ekapade Namah
Om Samàvartàya Namah
Om Nivrittàtmane Namah
Om Doerjayàya Namah
Om Doeratikramàya Namah
Om Doerlabhàya Namah
Om Doergamàya Namah
Om Doergàya Namah
Om Doeravàsàya Namah
Om Doeràrighne Namah
Om Shoebhàngàya Namah
Om Lokasàrangàya Namah
Om Soetantave Namah
Om Tantoevardhanàya Namah

Om Indrakarmane Namah
Om Mahàkarmane Namah
Om Kritakarmane Namah
Om Kritàgamàya Namah
Om Oedbhavàya Namah
Om Soendaràya Namah
Om Soendàya Namah
Om Ratnanàbhàya Namah
Om Soelochanàya Namah
Om Arkàya Namah
Om Vàjasantàya Namah
Om Shringine Namah
Om Jayantàya Namah
Om Sarvavijjayine Namah
Om Soevanabindave Namah

800

Om Akshobhyàya Namah
Om Sarvavàgieshvareshvaràya Namah
Om Mahàhradàya Namah
Om Mahàgartàya Namah
Om Mahàbhoetàya Namah
Om Mahànidhaye Namah
Om Koemoedàya Namah
Om Koendaràya Namah
Om Koendàya Namah
Om Parjanyàya Namah
Om Pàvanàya Namah
Om Anilàya Namah
Om Àmritàshàya Namah
Om Amritavapoeshe Namah
Om Sarvajnàya Namah
Om Sarvatomoekhàya Namah
Om Soelabhàya Namah
Om Soevratàya Namah
Om Siddhàya Namah
Om Shatroejite Namah
Om Shatroetàpanàya Namah
Om Nyagrodhàya Namah
Om Oedoembaràya Namah
Om Ashvatthàya Namah
Om Chànòeràndhranishoedanàya Namah
Om Sahasràrchishe Namah
Om Saptajihvàyàya Namah
Om Saptaidhase Namah
Om Saptavàhanàya Namah
Om Amoertaye Namah
Om Anaghàya Namah
Om Achintyàya Namah
Om Bhayakrite Namah
Om Bhayanàshanàya Namah

Om Anave Namah
Om Brihate Namah
Om Krishàya Namah
Om Sthoelàya Namah
Om Goenabhrite Namah
Om Nirgoenàya Namah
Om Mahate Namah
Om Adhritàya Namah
Om Svadhritàya Namah
Om Svàsyàya Namah
Om Pràgvamshàya Namah
Om VamshavardhanàYa Namah
Om Bhàrabhrite Namah
Om Kathitàya Namah
Om Yogine Namah
Om Yogieshàya Namah

850

Om Sarvakàmadaàya Namah
Om Aashramàya Namah
Om Shramanàya Namah
Om Kshàmàya Namah
Om Soeparnàya Namah
Om Vàyoevahanàya Namah
Om Dhanoerdharàya Namah
Om Dhanoervedàya Namah
Om Dandàya Namah
Om Damayitre Namah
Om Damàya Namah
Om Aparàjitàya Namah
Om Sarvasahàya Namah
Om Aniyantre Namah
Om Aniyamàya Namah
Om Ayamàya Namah
Om Sattvavate Namah
Om Sàttvikàya Namah
Om Satyàya Namah
Om Satyadharmaparàyanàya Namah
Om Abhipràyàya Namah
Om Priyàrhàya Namah
Om Arhàya Namah
Om Priyakrite Namah
Om Prietivardhanàya Namah
Om Vihàyasagataye Namah
Om Jyotishe Namah
Om Soeroechaye Namah
Om Hoetabhoeje Namah
Om Vibhave Namah
Om Ravaye Namah
Om Virochanàya Namah
Om Soeryàya Namah

Om Savitre Namah
Om Ravilochanàya Namah
Om Anantàya Namah
Om Hoetabhoeje Namah
Om Bhoktre Namah
Om Soekhadàya Namah
Om Naikajàya Namah
Om Agrajàya Namah
Om Anirvinnàya Namah
Om Sadàmarshine Namah
Om Lokàdhishtànàya Namah
Om Adbhoetàya Namah
Om Sanàn Namah
Om Sanàtanatamàya Namah
Om Kapilàya Namah
Om Kapaye Naman
Om Apyayàya Namah

900

Om Svastidàya Namah
Om Svastikrite Namah
Om Svastine Namah
Om Svastibhoeje Namah
Om Svastidakshinàya Namah
Om Araudràya Namah
Om Koendaline Namah
Om Chakrine Namah
Om Vikramine Namah
Om Qerjitashàsanàya Namah
Om Shabdàtigàya Namah
Om Shabdasaahàya Namah
Om Shishiràya Namah
Om Sharvariekaràya Namah
Om Akroeràya Namah
Om Peshalàya Namah
Om Dakshàya Namah
Om Dakshinàya Namah
Om Kshaminàm Varàya Namah
Om Vidvattamàya Namah
Om Vietabhayàya Namah
Om Poenyashravanakiertanàya Namah
Om Oettàranàya Namah
Om Doeshkritighne Namah
Om Poenyàya Namah
Om Doehsvapnanàshanàya Namah
Om Vieraghne Namah
Om Rakshanàya Namah
Om Santàya Namah
Om Jievanàya Namah
Om Paryavasthitàya Namah
Om Anantaroepàya Namah

Om Anantashriye Namah
Om Jitamanyave Namah
Om Bhayàpahàya Namah
Om Chatoerasràya Namah
Om Gabhieràtmane Namah
Om Vidishàya Namah
Om Vyàdishàya Namah
Om Dishàya Namah
Om Anàdaye Namah
Om Bhoerbhovevaya Namah
Om Laxmyai Namah
Om Soevieràya Namah
Om Roechiràngadàya Namah
Om Jananàya Namah
Om Janajanmàdaye Namah
Om Bhiemàya Namah
Om Bhiemaparàkramàya Namah
Om Aadhàranilayàya Namah

950

Om Adhàtre Namah
Om Poeshpahàsàya Namah
Om Prajàgaràya Namah
Om Qerdhvagàya Namah
Om Satpathhàchàràya Namah
Om Prànadàya Namah
Om Pranavàya Namah
Om Pranàya Namah
Om Pramànàya Namah
Om Prànanilayàya Namah
Om Prànabhrite Namah
Om Prànajievanàya Namah
Om Tattvaya Namah
Om Tattvavide Namah
Om Ekàtmane Namah
Om Janmamrityoejaràtigàya Namah
Om Bhoerbhovevahsvastarave Namah
Om Tàraya Namah
Om Savitre Namah
Om Prapitàmahàya Namah
Om Yajnàya Namah
Om Yajnapataye Namah
Om Yajvane Namah
Om Yajnàngàya Namah
Om Yajnavàhanàya Namah
Om Yajnabhrite Namah
Om Yajnakrite Namah
Om Yajnine Namah
Om Yajnabhoeje Namah
Om Yajnasàdhanàya Namah
Om Yajnàntakrite Namah

Om Yajnagoehyàya Namah
Om Annàya Namah
Om Annàdàya Namah
Om Aatmayonaye Namah
Om Svayamjätàya Namah
Om Vaikhànàya Namah
Om Sàmagàyanàya Namah
Om Devakienandanàya Namah
Om Srashtre Namah
Om Kshitishàya Namah
Om Pàpanàshanàya Namah
Om Shankhabrite Namah
Om Nandakine Namah
Om Chakrine Namah
Om Shàrngadhanvane Namah
Om Gadàdharàya Namah
Om Rathàngapànaye Namah
Om Akshobhyàya Namah
Om Sarvapraharanàyoedhàya Namah

1000

Om Sarvapraharanàyoedhàya Namah
Iti Shrievishnoesahasranàmàvalie Samàptà

Vertaling

Zie alfabetische lijst I, achteraan (in de hymne staan de Namen in de datief).

Om Antarjyotirbahirjyotih

Om Antarjyotirbahirjyotih
Pratyagjyotih Paràtparah
Jyotirjyotih Svayamjyotih
Aatmajyotih Sivosmyaham

Vertaling

Het innerlijk licht, het uiterlijk licht,
het eerste licht, het allerhoogste,
het licht van het licht, dat zijn eigen licht
en het licht van het Zelf is,
die Siva ben ik.

Omkàram

Omkàram Bindoe-samyoektam
Nityam Dhyàyanti Yoginah
Kàmadam Mokshadam Chaiva
Omkàràya Namò Namah

Vertaling

O letter Om, die samen is met Bindoe en waarop de Yogis altijd mediteren, Gij schenkt wat men begeert en Gij geeft ook de verlichting. Die letter OM groet ik.

II LIEDEREN

LAGALE PREMA IESHVARA SE

Lagàle Prema Ieshvara Se
Agara Toe Moksha Chàtà Hai
Nahie Vo Pàthàla Ke Anda
Nahie Vo Aakàshà Ke Roepa
Sadà Vo Pàsa Hai Tere
Kahà Doenda Ta Jàtà Hai

Vertaling uit het Hindi

O mens, richt je devotie op de Allerhoogste.
Als je bevrijding wenst.
Hij is niet ergens in het diepste van de aarde,
Noch ergens hoog in de lucht.
O beminde, Hij is altijd dicht bij jou.
Waarom ga je dan overal op zoek naar Hem?

LIED VAN DE VOORTDURENDE YOGA

HARI Bola Yetàn HARI Bola Jàtàn
Oetathàn Basathàn HARI Bola

HARI Bola Dethàn HARI Bola Ghethàn
Hasathàn Khelathàn HARI Bola

HARI Bola Ekanthi HARI Bola Lokanthi
Deha Tyajathàn Anthie HARI Bola
HARI Bola Janie HARI Bola Vanie
Eka Janardhani HARI Bola

Vertaling uit het Mahratti

Zing HARI terwijl je komt, zing HARI terwijl je gaat
Terwijl je opstaat of terwijl je neerzit zing HARI

Zing HARI terwijl je geeft, zing HARI terwijl je neemt
Terwijl je lacht of spreekt zing HARI

Zing HARI in eenzaamheid, zing HARI te midden van de wereld
Terwijl je op het einde je lichaam aflegt zing HARI

Zing HARI in de menigte, zing HARI in het woud (afzondering)
Aldus spoort Janardhana je aan zing HARI.

PREMA MOEDITA MANASE KAHO

1. Prema Moedita Manase Kaho
Ràma Ràma Ràm
Shrie Ràma Ràma Ràm (3 x)
2. Pàpa Kate Doehkha Mite
Leto Ràma Nàm
Bhava Samoedra Soekhadanava
Eka Ràma Nàm
3. Parama Shànti Soekhanidhàna
Divya Ràma Nàm
Niràdhàrako Adhàra
Eka Ràma Nàm
4. Parama Gopya Parama Ishta
Mantra Ràma Nàm
Santa Hridaya Sadà Vasata
Eka Ràma Nàm
5. Mahàdeva Satata Japata
Divya Ràma Nàm
Kàshie Marata Moekti Karata
Kahata Ràma Nàm
6. M àt à P it à Bandhoe Sakhà
Sabahie Ràma Nàm
Bhakta Janana Jievana Dhana
Eka Ràma Nàm

Vertaling

1. Herhaal de naam van Ràma (Ràmnam) met een geest vol van liefde en vreugde.
2. Door herhaling van de naam worden je fouten en je lijden uitgewist.
Ràmnam is de enige boot om de oceaan van dit zintuiglijk heelal over te steken.
3. Ràmnam is de verblijfplaats van de hoogste vrede en zaligheid.
Hij is de enige steun voor het steunloze.
4. Ràmnam is de meest geheime en vruchtbare Mantra.
Ràmnam verblijft altijd in het hart van de wijze.
5. Mahàdeva (Siva) zingt altijd Ràmnam. Hij verlost degenen die met Godbewustzijn
Ràmnam herhalen op het ogenblik van hun dood.
6. Ràmnam is moeder, vader, bloedverwant, vriend, alles in alles.
Ràmnam is de levensschat van alle zoekers.

Commentaar

Prema Moedita Manase Kaho bezingt "de glorie van Ràmnràm". Ràmnràm betekent: de naam van Ràma of God. De Ràmmantra is een van de Siddhamantras waarmee de Siddhas of wijzen de volmaaktheid bereiken. Mantra betekent: wat de geest beschermt en wat tegen de geest beschermt.

Er ligt een onvergankelijke Werkelijkheid aan de basis van alle dingen. Die werkelijkheid is God. Ze ligt voorbij de reikkracht van de spraak en het denken: namen en bepalingen zijn slechts wegwijzers ernaar.

Sommigen zeggen: "God is de innerlijke stilte. Hij is de transcendente werkelijkheid." Een Mantra die God op die manier duidt is: Om Namah Sivàya (Mijn groet aan Hem die voorspoed is). Anderen zeggen: "God is overal. Hij verblijft in het hart van alle wezens. Wij moeten Hem vereren in alle schepselen." Een Mantra die Hem op die manier voorstelt is: Om Namò Nàràyanàya

(Mijn groet aan degene die verblijft in alle wezens).

De voornaamste lettergrepen in Om Namò Nàràyanàya en Om Namah Sivàya zijn Rà en Ma. Als men deze lettergrepen weglaat heeft men: mijn groet aan degene die geen verblijfplaats heeft en mijn groet aan degene die geen voorspoed is. Voegt men de lettergrepen Rà en Ma samen dan bekommt men Ràma. Ràma betekent ook: genade.

Want God is geluk. God is zaligheid. God is vreugde. God is vrede.

De diepere betekenis van Namah is: niet (Na) mij (Mah): "Niet dit kleine ikje, maar de aldoordringende werkelijkheid ben ik."

Japa (herhaling) of Kiertan (zingen) van Ràmnràm zijn krachtige methodes van meditatie waarvan Swami Sivanandaji een groot propagandist was. Ramdas, een beroemd Yogi die de verlichting bereikte met Ràmnràm, vertelde het volgend verhaal:

Een man onderwierp een demon. Maar de demon stelde een voorwaarde. Hij zei: "Ik zal doen wat u verlangt op voorwaarde dat u mij onophoudelijk bezighoudt. Anders zal ik u verslinden."

De man gaf de demon het bevel hem een paleis te bouwen. In een oogwenk stond het er. Hij vroeg hem een park aan te leggen.

Onmiddellijk was het er. Na enkele ogenblikken kon de man echter niets meer bedenken. En in paniek vluchtte hij voor de demon naar een wijze. De wijze zei hem: "Steek deze stok in de grond. En vraag de demon er op en af te klimmen." De demon hield dit enkele uren vol en sloeg dan op de vlucht.

De demon symboliseert de geest. Hij doet alles voor jou, maar je moet hem onophoudelijk bezighouden, omdat hij je anders verslindt. De wijze is de Goeroe of spirituele leraar. De stok is de Mantra. Het op en af klimmen symboliseert de herhaling van de Mantra of Japa. Dit is slechts een verhaal, maar het beschrijft op een prachtige manier het effect van Mantra Japa.

DARSHANA DO GHANASHYAM NATHA

Shloka

Om Iti Jnànavastrena
Ràganirnejaniekritah
Karmanidràm Prapannosmi
Tràhi Màm Madhoesoedana

Gieta

Darshana Do Ghanashyàm Nàtha Morie
Akhiyà Pyàsie Re

1. Mana Mandira Kie Jyoti Jagà Do
Ghata Ghata Bàsie Re
2. Mandira Mandira Moerati Terie
Phira Bhie Na Dekhen Soerata Terie
Yoega Biete Na Aaie Milana Kie
Poeranamàsie Re
3. Dvàra Dayà Kà Jaba Toe Khole
Panchama Soera Mem Goengà Bole
Andhà Dekhe Langadà Chala Kara
Pahoenche Kàshie Re
4. Pànie Piekara Pyàsa Boejhàvoe
Nainana Ko Kaise Samajhàvoe
Aankhamichaulie Chhodo Aba To
Mana Ke Bàsie Re
5. Nirbala Ke Bala Dhana Nirdhana Ke
Toema Rakhavàre Bhakta Janana Ke
Tere Bhajana Mem Saba Koechha Pàvoe
Mite Oedàsie Re
6. Nàma Jape Para Toejhe Na Jàne
Oenako Bhie Toe Apanà Màmè
Terie Dayà Kà Anta Nahiem Hai
He Doekhanàshie Re
7. Aaja Phaisalà Tere Dvàra Para
Merie Jieta Hai Terie Hàra Para
Hàra Jieta Hai Terie Mai To
Charana Oepàsie Re
8. Dvàra Khadà Kaba Se Matavàlà
Mànge Toemase Hàra Toemhàrà
Narasie Kie Ye Binatie Soena Lo

Bhakta Nilàsie Re

9. Làja Na Loeta Jàye Prabhoe Terie
Nàtha Karo Na Dayà Mem Derie
Tienon Loka Chhoda Kar Aavo
Gagan Nibàsie He

Vertaling uit het Hindi

Shloka

O Madhoesoedhana, bescherm mij die, nadat hij het stof van gehechtheid had weggevaagd met de borstel van Omkàra (letter OM) in een diepe sluimer van daden viel.

Lied

O Heer, die de kleur van een regenwolk hebt, schenk mij uw Darshan (toon U). Mijn ogen smachten ernaar U te aanschouwen.

1. Houd de tempel van mijn hart verlicht. Gij zijt aanwezig in ieder hart.
2. Gij zijt de Moerti in elke tempel. Toch is een eeuwigheid voorbijgegaan zonder dat ik uw gezicht zag. De volle maannacht van onze ontmoeting is nog niet gekomen.
3. Als de deur van uw genade wordt geopend zullen de stommen zingen in Panchama Svava (een prachtige melodie), de blinden zien en de lamoen gaan en Kàshie bereiken.
4. Dorst kan worden gelest door water te drinken. Maar hoe moeten de ogen worden getroost? Verberg U niet langer voor mij.
5. Gij zijt de kracht van de zwakken en de rijkdom van de armen. Gij zijt de beschermer van de toegewijden. Door U te vereren zal ik alles verwerven, alle zorgen zullen verdwijnen.
6. Sommigen herhalen uw naam, maar kennen U niet. Gij maakt ze allen tot de uwen (aanvaardt ze). Uw genade kent geen grenzen. Gij zijt de vernietiger van alle lijden.
7. Vandaag geldt een vreemd verdikt aan uw deur: uw nederlaag is mijn overwinning. Zowel de overwinning als de nederlaag komen van U. Ik vereer eenvoudig uw voeten.
8. Hoelang nog moet ik, buiten mezelf, wachten aan uw deur en U om uw nederlaag smeken? O, verhoor de smeekbede van Narsi, Gij die degenen liefhebt die U vereren.
9. O Heer, O Meester, voel U niet schuchter, talm niet en schenk mij uw genade. Verlaat de drie werelden en kom tot mij, Gij die verblijft in de hemelen.

SHRIE KRISHNA HARE

Krishna Hare Shrie Krishna Hare
Doekhiyon Ke Doekha Doer Rare
Jaya Jaya Jaya Krishna Hare

1. Jaba Chàrom Tarapha Andiyàrà Ho
Aashà Kà Doer Kinàrà Ho
Aura Koie Na Jievana Bhavarà Ho
Phira Toehie Bedà Pàr Kare
2. Toe Chàhe To Saba Koechha Karade
Bisha Ko Bhie Amrita Karade
Poerana Karade Oesakie Aashà
Jo Bhie Terà Dhyàn Dhare

Vertaling uit het Hindi

O Krishna, O Hari, Gij verdrijft altijd de zorgen van degenen die lijden. Glorie zij U, O Krishna, O Hari.

1. Wanneer er overal duisternis heerst en de oever van de hoop veraf is en er niemand is om de levensboot verder te roeien, zijt Gij alleen het die de boot veilig naar de andere oever kunt roeien, die voorbij alle zorgen ligt.
2. Als Gij wilt kunt Gij alles doen. Gij kunt vergif veranderen in nectar. Gij kunt de begeerten vervullen van iedereen, die zijn geest op U richt.

Aadi Divya Jyotir

Aadi Divya Jyotir Mahà Kàlie Mà Namah
Màto Shoembha Mahesha Màrdini Mahà Shaktaye Namah
Brahmà Vishnoe Sivasvaroepa Tvam Na Anya Tà
Charàcharasya Pàlikà Namò Namah Sadà

Vertaling

Gij die in wezen goddelijk zijt, in wezen licht, kracht van de tijd, O Moeder, U groet ik, Gij die de doder van de demon zijt, de kracht van alle energie, in wezen Brahmà, Vishnoe en Siva, ongeëvenaard, aanwezig in alles wat beweegt en niet beweegt, U met het scherpe zwaard, groet ik telkens weer, onophoudelijk.

Commentaar

De krachten die de natuur bezielen worden verpersoonlijkt als schepper (Brahmà), onderhouder (Vishnoe) en vernietiger (Siva). Ook de vrouw speelt daarin een grote rol. Als gemalin van Vishnoe, of als het actief element van de scheppingskracht, wordt ze voorgesteld als voorspoed (Laxmie, Shrie). Als gemalin van Siva is ze energie (Shakti). Alle energie is haar manifestatie.

NADA BINDOE KALADI NAMO NAMAH

Shloka

Shadànanam Koenkoema-Rakta-Varnam Mahàmatim
Divya-Mayoera-Vàhanam
Roedrasya Soenoem Soerasainya-Nàtham Goeham
Sadàham Sharanam Prapadye

Lied

Nàda Bindoe Kalàdi Namo Namah
Veda Mantra Svaroepa Namo Manah
Jnàna Pandita Swàmie Namà Namah Bahoe Koti

Nàma Shambhoe Koemàrà Namo Namah
Bhoga Antari Pàlà Namo Namah
Nàga Bandha Mayoerà Namo Namah Para Shoera

Chheda Danda Vinodà Namo Namah
Gieta Kinkini Pàdà Namo Namah
Dhiera Sambhrama Vierà Namo Namah Giri Ràjà

Diepamangala Jyoti Namo Namah
Toeya Ambala Lielà Namo Namah
Deva Koenjari Bhàgà Namo Namah Aroel Tàrà-ie

Nàmàvalie

Soebrahmanya Soebrahmanya Soebrahmanya Pàhimàm
Kàrttikeya Kàrttikeya Kàrttikeya Rakshamàm

Vertaling uit het Tamil

Shloka

Ik zoek altijd een toevlucht in Goeha met de zes gezichten, die dieprood van kleur is en oneindige kennis bezit, die de goddelijke pauw als rijdier heeft en de zoon van Siva en leider van het leger van Devas is.

Lied

1. Gegroet zij Hij, die voorbij klank, tijd en ruimte is.
Gegroet zij Hij, die de vorm van Vedamantras heeft.
Gegroet zij Hij, die de koning der wijzen is.
Zijn aanzien is groot.
2. Gegroet zij Hij, die de zoon van Shambhoe is.
Gegroet zij Hij, die de innerlijke vrede beschermt.
Gegroet zij Hij, die rijdt op de pauwen de slang beheerst.
Hij is de allermoedigste.

3. Gegroet zij Hij, die de speer draagt.
Gegroet zij Hij, wiens enkelbellen een mooie klank hebben.
Gegroet zij Hij, de grote held.
Hij is de koning van de berg.
4. Gegroet zij Hij, die aanwezig is in het offerlicht.
Gegroet zij Hij, die danst in de arena van het hart van zoekers.
Gegroet zij Hij, die Deivayanai aan zijn zijde heeft.
Hij is de schenker van voorspoed en genade.

Commentaar

Het onderwerp van dit lied van Aroenagirinàthar is: God. Het drukt de extatische gevoelens van de wijze uit en geeft een beschrijving van zijn wonderbare filosofie.

Voor ons is het poëzie, literatuur; voor de wijze de uitdrukking van een ervaring. Hij maakt gebruik van zijn talent om ons zijn diepe devotie en vervoering mede te delen.

Hoe goed hij daarin slaagt, hangt af van de mate waarin wij er voor open staan. Wat je geeft is weinig: een beetje aandacht, een beetje tijd; wat je krijgt is veel: sereniteit en vrede van geest.

Voor de betekenis van de beeldspraak, zie Kandara Anobhoeti.

DE HOOFDZAAK: FIND THE KNOWER

"De Waarheid is één, de paden zijn talrijk, de verwarring is groot. Zeg ons daarom, Goeroedev, wat is de hoofdzaak, wat is de essentie van Yoga en Vedanta?"

Goeroedev Swami Sivanandaji zong:

Find the Knower
Find the Hearer
Find the Seer
Find the Smeller
Find the Taster
Find the Feeler!
You will attain Self-realisation!

III KENOPANISHAD

Een toneelstuk van Swami Sivananda

EERSTE BEDRIJF

(Een kleine Aashram aan de Ganges, 's morgens vroeg. De atmosfeer is koel, stil en geschikt om de geest kalm en sereen te maken.) Er worden Shànti Mantras gereciteerd (zie blz. 7).

(Komt op: Brahmananda, een Sannyàsin. Zijn gezicht weerspiegelt een grote innerlijke wijsheid. Zijn goed gebouwd lichaam getuigt van een regelmatige Yogabeoefening. Hij komt van de Ganges en gaat zitten op de veranda van zijn Koetir. Komt eveneens op: Vichara Chaitanya met enkele Vedische boeken in zijn handen.)

Vichara (buigt voor Brahmananda en zingt):

Chaitanyam Shàsvatam Shàntam Vyomàtietam Niranjanam
Nàdabindoekalàtietam Tasmai Shrie Goerave Namah
(Zie Goeroestotram)

(Hij reciteert de eerste woorden van de Kenopanishad in het Sanskriet en formuleert zijn vraag met de vertaling ervan.)

"Om Keneshitam Patati Preshitam Manah
Kena Prànah Prathamah Praitiyoektah
Keneshitàm Vàmhamimàm Vadanti
Chakshoeh Shrotram Ka Oe Devo Yoenakti (I 1)

Goeroe Mahàràj, wie zet de geest ertoe aan naar zijn objecten te gaan? Op wiens bevel functioneert de Pràna? Op wiens bevel spreken de mensen woorden? Welke intelligentie richt de ogen en oren op hun respectieve voorwerpen? Ik verlang die hoogste entiteit te kennen, die al deze bestuurt en leidt. U alleen kunt mij op deze punten verlichting geven."

Brahmananda: Vichara Chaitanya!
(Zingt:)

Shrotrasya Shrotram	Govinda
Manaso Manah	Govinda
Vàmcho Vàmcham	Govinda
Prànasya Prànah	Govinda
Chakshoesha Chakshoe (I 2)	Govinda

Govinda Govinda Govinda
Bhajo Govinda

Vichara: O vereerde Goeroe, werp meer licht op dit onderwerp.

Maak het duidelijker ..

Brahmananda: Zoals water in een kop zijn hitte ontleent aan de zon of aan vuur, zo ontlene ook de geest, de Pràna en de zinnen hun licht en kracht aan het Aatman of Brahman, de Eeuwige. Aatman is de bron van al deze zintuigen. Het oor hoort door het licht of de kracht van het Aatman, de tong spreekt door de kracht van het Aatman, de geest denkt door de intelligentie van het Aatman en de Pràna voert zijn functies uit door de kracht van het Aatman. Wie zou kunnen leven en ademen zonder het zelflichtend Brahman? Daarom wordt gezegd dat Brahman of Aatman het oor van het oor (Shrotrasya Shrotram), de geest van de geest (Manaso Manah) , de Pràna van de Pràna (Prànasya Prànah), de spraak van de spraak (Vàcho Vàcham) en het oog van het oog (Chakshoesha Chakshoe) is, en dat het de bestuurder is van oren, ogen, tong, geest, levenskracht enz.

Vichara: Vereerde leraar, dit is me nu duidelijk, maar gaat u verder.

Brahmananda: Vichara, "het oog gaat daar niet, noch de spraak, noch de geest. We weten dus niet hoe iemand erin te onderrichten. Het verschilt van wat gekend is en reikt ook voorbij het ongekende. Aldus hoorden we van de oude leraren, die het ons leerden.

Na Tatra Chakshoer Gachchati Na Våg Gachchati
No Mano Na Vidyo Na Vijaniemo
Yathaitadanoeshishyàt Anyadeva Tad Vidityadatho
Avidityadadhi Iti Shoeshroema Poerveshàm
Ye Nastad Vyàchachakshire (I 3)

Vichara: Dit begrijp ik niet, Goeroe Mahàràj. Het is uiterst verwarrend.

Brahmananda: De ogen zijn eindig. Ze kunnen slechts voorwerpen zien die dichtbij zijn. Hoe kunnen ze de ziener van het gezicht zien? Zo kan ook de spraak er niet gaan. Als u het woord "koe" uitspreekt verlicht dat woord het object "koe", dat er wordt door aangeduid. Dan zegt men dat het woord naar het object gaat. De bron of verblijfplaats van het woord en het orgaan dat het uitspreekt is Brahman of de Eeuwige. Daarom gaat de spraak of de mond daar niet, d.w.z. benaderen ze Brahman niet. Brahman kan geen object van waarneming zijn, want Hij is zonder delen, zonder eigenschappen, uiterst subtiel en ligt voorbij de reikkracht van de zinnen: Atiendriya (voorbij de zinnen), Adrishya (onzichtbaar). De zinnen en de geest kunnen slechts de uiterlijke voorwerpen van dit heelal waarnemen.

Vichara: De geest is heel machtig en heeft vele mogelijkheden. Hoe kunt u dan zeggen, vereerde Meester, dat ook de geest daar niet gaat?

Brahmananda: Ook de geest kan daar niet gaan. Hoe kan de geest de Kenner kennen? Zoals het vuur dat brandt en andere voorwerpen verlicht zichzelf niet kan verbranden noch verlichten, zo kan ook de geest, die de voorwerpen kent door de kanalen van de zintuigen, het Aatman of Brahman niet kennen, omdat Brahman ook de bron is van de geest en de geest grof, inert en eindig is. Hoe kan het eindige het Oneindige kennen? Brahman kan niet worden gekend zoals de voorwerpen van de wereld. Het kan ook niet worden verklaard met woorden alleen, zoals u aan anderen de aard van voorwerpen beschrijft met woorden. Brahman kan slechts intuïtief worden

gerealiseerd door meditatie.

Vichara: Vereerde leraar, u zei: "We weten niet hoe iemand erin te onderrichten." Hoe kan dat?

Brahmananda: Toch is het zo. Men kan anderen uitleg geven over voorwerpen die worden gekend met de zinnen, door een beschrijving te geven van hun eigenschappen, soort, gedrag enz. Maar dat is niet mogelijk in verband met Brahman. Brahman bepalen is Brahman loochenen. Sat-chid-ànanda (Bestaan-Bewustzijn-Zaligheid) is slechts een voorlopige definitie. Om die reden verklaren de Shroetis (Schriften) het Brahman met de Neti-neti-methode (d.w.z. door te zeggen wat het niet is; Neti: niet dat). De leraar moet zich zo hard mogelijk inspannen om instructies te geven. De discipel heeft een subtiel, scherp, zuiver en eenpuntig intellect nodig.

Het is niet mogelijk de leerling te doen geloven in het Aatman met instructies, met getuigenissen van de zinnen en andere bewijzen, maar het is heel goed mogelijk er hem in te doen geloven en het hem te doen begrijpen met behulp van de Shroetis of Schriften.

Vichara: O vereerde Meester, u zei dat Brahman verschillend is van het gekende en ook voorbij het ongekende ligt. Dat begrijp ik niet.

Brahmananda: Ik zal het u verklaren, mijn beste Vichara. Luister met grote aandacht. Brahman is verschillend van het gekende, van het gehele gemanifesteerde heelal en van het ongekende (Avyakta).

Wanneer wordt gezegd dat Brahman verschillend is van het gekende, dan zou het Avyakta of het ongekende voor Brahman kunnen worden genomen. Om die vergissing te voorkomen zegt de tekst dat Brahman ook voorbij het ongekende ligt.

Onwetende mensen denken misschien als ze lezen dat Brahman verschillend van het gekende en ook voorbij het ongekende ligt, dat Brahman slechts een niet-entiteit of een eigenaardig, denkbeeldig product of substantie van de Rishis (Zieners) en Vedantins is.

Wij zeggen dat het niet zo is. Brahman is de enige Werkelijkheid. Hij is de basis of bron van alles. Brahman is geen object. Hij is aldoordringend, geheimzinnig, onbegrijpelijk Chaitanya of zuiver bewustzijn. Hij moet worden gekend door intuïtie of Zelfkennis. Het is heel moeilijk de aard van Brahman te begrijpen, omdat daarvoor geen middelen of taal bestaan. De Rishis van weleer deden hun uiterste best om de discipelen Brahman te doen begrijpen op verscheidene manieren. Degenen die beschikken over een zuiver en subtiel intellect kunnen gemakkelijk de subtiële ideeën van de Oepanishads begrijpen. Voor wereldsgezinde mensen met al hun passies en hun onzuivere, naar buiten gerichte geest echter zijn de Oepanishads een gesloten boek. Het is allemaal Grieks en Latijn voor hen.

Vichara: Het is me nu heel duidelijk. U beschikt over een wonderbare kracht om iets uiteen te zetten, mijn beminde Goeroe. Verklaar me nu, zo verzoek ik u, hoe de zoeker dit wonderbaar en geheimzinnig Brahman kan realiseren.

Brahmananda: Vichara, aangezien Brahman voorbij de reikkracht van de Zinnen en de geest ligt moet de zoeker eerst een uitgebreid begrip van Brahman hebben door

de studie van de Oepanishads en de instructies van een verlichte leermeester. Hij moet zich uitrusten met de vier middelen (onderscheidingsvermogen, onthechting, verscheidene deugden en het verlangen naar verlichting) en ononderbroken meditatie beoefenen. Dan zal hij de kennis van Brahman verwerven. Hij zal Brahman even duidelijk realiseren als een vrucht in zijn handpalm. Al zijn twijfels en begoochelingen zullen verdwijnen.

Brahman kan slechts worden gekend door de instructies van een verlichte leraar of een zelf gerealiseerde wijze en niet door logische discussies, intelligentie, grote geleerdheid, uiteenzettingen, versterving, rituelen enz. Dit hebben we duidelijk gehoord van de leermeesters, die ons het Brahman onderwezen.

Vichara: O beminde Goeroe, ik smeed u, verlicht me in verband met de aard van Brahman, ten minste tot op een zekere hoogte.

Brahmananda: Wat door de spraak niet kan worden verlicht, maar wat de spraak verlicht, ken dat alleen als Brahman, en niet wat de mensen hier vereren.

De spraak kan het Brahman niet openbaren noch verlichten. Brahman ligt voorbij de reikkracht van de spraak. De spraak is eindig. De tong spreekt door de kracht van Brahman. Hoe kan de eindige spraak het Oneindige Brahman openbaren? Brahman is in de spraak en bestuurt de spraak.

Vichara: Dit geeft enig idee over Brahman. Maar beschrijft u Hem verder.

Brahmananda: Wat men niet kan denken met de geest, maar door wat, zo zeggen ze, de geest aan het denken wordt gezet, ken Dat alleen als Brahman en niet wat de mensen hier vereren.

Hij die niet kan worden gekend door de geest, maar die er de oorzaak van is dat de geest alle voorwerpen kent, ken Hem alleen als Brahman en niet wat de mensen hier vereren. De geest kan Brahman niet benaderen. De geest wordt verlicht door de intelligentie van Brahman, die in het innerlijke schittert. De geest functioneert door het licht en de kracht van Brahman. De geest kent de wereld of de voorwerpen door het licht of de intelligentie van Brahman.

Brahman is de stille getuige van de activiteiten van de geest.

De zinnen voeren de zintuiglijke indrukken of beelden van de voorwerpen naar de geest. De geest stelt ze voor aan het Zelf of Aatma of Poeroesha. De Poeroesha aanschouwt ze, staart ernaar, hecht er zijn zegel aan en geeft ze terug aan de geest, zoals de koning of Ràjah zijn zegel aan de document en hecht en ze dan teruggeeft aan de eerste minister of Dewan. Slechts dan wordt de kennis volmaakt of volledig.

Vichara: O vereerde leraar, ik heb nu een duidelijke opvatting over Brahman. Ik smeed u, beschrijf het mij nog duidelijker.

Brahmananda: Dat wat niet kan worden gezien door het oog, maar waardoor het oog kan zien, ken Dat alleen als Brahman en niet wat de mensen hier vereren.

Brahman richt het oog op kleuren en vormen. Brahman kan niet worden gezien door het oog, aangezien Hij geen object van waarneming is. Het oog is een eindig instrument dat de indrukken van voorwerpen, namelijk kleur, omvang, vorm, afmeting enz., naar de geest voert. Het oog ontleent zijn vermogen om te zien aan Brahman, zijn bron. Het oog wordt in beweging gezet, naar zijn object toe, door de verlichtende intelligentie van Brahman.

Brahman is de werkelijke ongeziene ziener van het gezicht. Hij is de stille getuige van de activiteiten van het oog. Door het licht van Brahman, dat verbonden is met de activiteiten van de geest, aanschouwt de mens de activiteit van de geest. Brahman is de Heer of Eigenaar van deze mentale fabriek. De ogen, oren enz. zijn de klerken. De geest is de hoofdklerk. Het intellect of Boeddhi is de Directeur.

Vichara: O vereerde leraar, gaat u verder. Het onderwerp is boeiend en belangrijk. Nooit hoorde ik van iemand waardevoller en verheffender instructies. Het zijn allemaal slechts Pandits (schriftgeleerden). Ze bezitten geen Zelfrealisatie. Wat ik nu hoor komt rechtstreeks van een Ziener of Maharshi.

Brahmananda: Dat wat niet kan worden gehoord door het oor, maar waardoor de oren kunnen horen, ken Dat alleen als Brahman en niet wat de mensen hier vereren. Brahman richt het oor op klanken. Het oor is een eindig instrument. Het voert de indrukken van geluiden naar de geest. De activiteit van het oor is verbonden met de activiteit van de geest. Het ontleent zijn vermogen om te horen alleen aan Brahman, zijn bron. Het oor wordt ertoe aangezet naar geluid, muziek enz. toe te bewegen door de verlichtende intelligentie van Brahman. Brahman is de werkelijke, onhoorbare luisteraar. Hij is de stille getuige van de activiteit van het oor.

Vichara: O beminde Meester, ik denk dat ook de Pràna zijn leven ontvangt van Brahman.

Brahmananda: Juist, mijn kind. Dat wat men niet inademt met de adem, maar waardoor de adem ademt, ken Dat alleen als Brahman en niet wat de mensen hier vereren. Hij die niet leeft door de Pràna, maar die aan de Pràna het vermogen geeft om leven te geven, ken Dat alleen als Brahman en niet wat de mensen hier vereren. De adem wordt ertoe aangezet voortdurend naar zijn objecten te gaan door de verlichtende intelligentie van Brahman.

(Zingt: Song of a Brahmajnànin, Lied van een Wijze:)

Hare Ràma Hare Ràma Ràma Ràma Hare Hare
Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare

There is one God, only one God, nameless is He, formless is He.
Er is één God, slechts één God, naamloos is Hij, vormloos is Hij.

Satchidànanda are His attributes, He pervades in all shapes and forms.
Bestaan-Bewustzijn-Zaligheid zijn zijn kenmerken, Hij doordringt alle namen en vormen.

Self-luminous, self-contained, self-created is He,
Zelflichtend, zichzelf genoeg, zijn eigen schepper is Hij,

Support of the world, mind of all minds) breath of all breaths, womb of Vedas,
Steun van de wereld, geest van alle geesten, adem van alle adem, moederschoot van de Vedas,

Eye of all eyes, ear of all ears, listener is He in all ears,

Oog van alle ogen, oor van alle oren, luisteraar is Hij in alle oren.

Silent witness, pure consciousness, indestructible, all-full is He,
Stille getuige, zuiver bewustzijn, onvernietigbaar, alvol is Hij,

Infinite Bliss, imperishable, infinite, inner Self is He,
Oneindige Zaligheid, onvergankelijk, oneindig, innerlijk Zelf is Hij,

Light of all lights, sun of all suns, king of all kings, Lord of all lords,
Licht van alle lichten, zon van alle zonnen, koning van alle koningen, Heer van alle Heren,

Indra of Vedas, Brahman of Upanishads, Hari of Purànas is He.
Indra van de Vedas, het Brahman van de Oepanishads, Hari van de Poerànas is Hij.

Him I worship, Him I glorify, Him I adore, Him I approach.
Hem vereer ik, Hem verheerlijk ik, Hem aanbid ik, Hem benader ik.

Lotus of the heart, on Him I Meditate as "Siva Kevaloham".
Lotus van het hart, op hem mediteer ik als "Siva Kevaloham".

(Vichara buigt. Doek neer.)

TWEEDE BEDRIJF

(Swami Brahmananda zit op de veranda van zijn hut. Vichara Chaitanya buigt voor hem en gaat zitten.)

Brahmananda: O Vichara, als u denkt: "Ik weet veel," dan bedoelt u in feite: weinig: de vorm van het Brahman zoals u zich Hem voorstelt, de vorm van de Devas enz. U moet verdergaan met uw onderzoek naar Brahman.

U kunt alleen van een voorwerp zeggen: "Ik ken dat ding goed."

U kunt niet zeggen: "Ik ken Brahman goed." Brahman is geen voorwerp van waarneming. Kennis van Brahman is intuïtief Zelfbewustzijn. Subject en object zijn hetzelfde voor de Kenner. Hij ziet overal slechts Brahman. Brahman kan men niet tot het voorwerp van de kennis van een ander maken, want buiten Hem bestaat er niemand die kent. "Ik ken Brahman goed," is een illusie, een foutief inzicht. Ik denk dat u nog altijd Brahman moet leren kennen door onderzoek. U bezit een weinig intellectuele kennis van Brahman of de Eeuwige. U bezit geen echte intuïtieve kennis van het Zelf.

Vichara: Ik denk niet dat ik Brahman goed ken, maar ook niet dat ik Het niet ken. Ik ken Het eveneens. Hij die Het kent, kent Het en ook weet hij dat hij niet weet.

Brahmananda: U kunt Brahman niet kennen zoals u een voorwerp kent. Brāhman wordt niet gekend of gerealiseerd zoals een voorwerp, maar als zuiver Zelfbewustzijn door intuïtie of een rechtstreekse innerlijke ervaring of verlichting.

Het is gekend door hem die denkt dat hij niet weet. Hij die denkt dat hij weet, weet niet. Het is niet gekend door degenen die weten en gekend door degenen die niet weten.

Vichara: O vereerde Meester, dit is verwarrend. Wees zo goed het mij uit te leggen.

Brahmananda: De wijze of kenner van Brahman weet heel goed dat Brahman niet kan worden gekend met de geest of het intellect of de zinnen zoals een voorwerp, maar slechts kan worden gerealiseerd door intuïtie als zijn eigen meest innerlijke Zelf (Antar Aatma). Dus kent hij Brahman goed.

De gedachte "Brahman is door mij gekend" komt nooit op in de geest van een wijze. Wie denkt dat hij Brahman niet kent, vervalt niet in de vergissing dat van Brahman een voorwerp van volledige mentale kennis kan worden gemaakt. Wie denkt dat hij Brahman kent, heeft geen idee van Brahman en begrenst Brahman als gevolg van de verkeerde opvatting dat Brahman volledig kan worden beredeneerd.

Vichara: Vereerde Meester, nu is het me duidelijk.

Brahmananda: Het Brahman, O Vichara Chaitanya, is goed gekend als Het wordt gekend als de getuige van elke toestand van bewustzijn en door die kennis wordt de onsterfelijkheid bereikt.

Brahman is het getuigende bewustzijn of subject. Hij is de getuige van de drie toestanden, waken, dromen en de diepe slaap.

Hij neemt alle waarnemingen van alle geesten waar, aangezien Hij Absolute Kennis is.

Beste zoeker, neem afstand van gedachten of mentale veranderingen, vereenzelvig u met de getuige van alle kennis, gedachten en bewustzijnstoestanden. De kennis dat Brahman de getuige is van alle bewustzijnstoestanden zal u onsterfelijk maken.

De kracht die wordt ontleend aan rijkdom, positie, volgelingen, soldaten, munitie en wapens kan de dood niet overwinnen, omdat deze kracht het gevolg is van zaken die zelf sterfelijk zijn. Ze is uiterlijk en voorbijgaand. De kracht echter die wordt verworven door de kennis van Brahman, de kracht van de ziel, is onuitputtelijk, omdat ze geen enkele hulp vereist. Ze is innerlijk en eeuwig, zichzelf genoeg.

De kenner van Brahman alleen bezit een enorme spirituele kracht. Echte kracht komt slechts van de kennis van Brahman.

De kenner van Brahman wordt volstrekt onbevreesd. Hij weet dat zijn Zelf niet in het minst wordt beïnvloed door uiterlijke omstandigheden. Hij is er zich ten volle van bewust dat het Zelf onkwetsbaar en onoverwinnelijk is. De kenner van Brahman kan de hele wereld bewegen.

Het hart van de rijken die mankracht en geldkracht hebben, maar die geen Zelfkennis bezitten, is gevuld met allerlei soorten van angst zoals angst voor verlies, angst voor ziekte, angst voor de dood, angst voor kritiek, angst voor vijanden enz.

Onsterfelijkheid (Amritam) is de natuur van Brahman zelf, zoals hitte de natuur is van vuur. Brahmā_Jnāna of kennis van het Zelf vernietigt onwetendheid, zoals licht duisternis vernietigt, en openbaart daardoor onze inherente onsterfelijke aard.

Vichara: O vereerde leraar, geef me nu uw uiteindelijke Oepadesh (Iering). U hebt mij verlichting gebracht.

Brahmananda (zingt: **Vedantic Lullaby**, Vedantisch Wiegeliied:)

Sietàràṃ Sietàràṃ Sietàràṃ Ràṃ
Ràdheshyàṃ Ràdheshyàṃ Ràdheshyàṃ Shyàṃ

Om Om Om Om Om Om Om Om Om Om OM
Om Om Om Om Om Om Om Om Om Om OM
Lulla Lulla Lulla Lulla Lulla Lullaby
Lulla Lulla Lulla Lulla Lulla Lullaby

Ik zal u nu een mooi Vedantisch slaaplied zingen; een lied dat u in een rustvolle en nieuwe soort van slaap zal wiegen:

Care not, fear not, worry not, you are immortal Aatman.
Tob niet, vrees niet, pieker niet, u bent onsterfelijk Zelf.

Regret not, trouble not, weep not, you are Chidànanda Brahman.
Treur niet, kwel u niet, ween niet, u bent Absoluut-Bewustzijn- Zaligheid.

Have Vivek, Vairàgya, Shadsampat and Mumukshutva.
Heb onderscheidingsvermogen, onthechting, zes deugden en een verlangen naar verlichting.

Hear, reflect, meditate, attain Self-realisation.
Luister, denk na, mediteer, bereik de Zelfrealisatie.

Burn the egoïsm and the senses and enjoy sleepless sleep.
Verbrand egoïsme en zintuiglijkheid en geniet de slaaploze slaap.

Burn the Vàsanas, Trishnas and enjoy Yoga Nidra,
Verbrand de begeerten en verlangens en geniet van de Yogaslaap,

The sleep that makes you fearless and deathless,
De slaap die u onbevreesd en onsterfelijk maakt,
The sleep that burns doubt, delusion and ignorance.
De slaap die twijfel, begoocheling en onwetendheid verbrandt.

It is not the twilight sleep, nor the deep Jada sleep.
Het is niet de sluimer in het schemerlicht, noch de diepe onbewuste slaap.

It is perfect awareness and pure consciousness.
Het is volmaakt gewaarzijn en zuiver bewustzijn.

It is Nirvikalpa Samàdhi or superconscious state.
Het is Nirvikalpa Samàdhi of de bovenbewuste toestand.

Now rest on, sleep on, He Saumya, fearlessly.
Rust nu, slaap nu, He Saumya, onbevreesd.

Lulla Lulla Lulla Lulla Lulla Lullaby.

No foes, no fear, no danger can touch Thee.
Geen vijanden, geen angst, geen gevaar kunnen u raken.

Lulla Lulla Lulla Lulla Lulla Lullaby.

Now rest on, sleep on, He Vipra, very joyfully.

Rust nu, slaap nu, He Vipra, in grote vreugde.

Lulla Lulla Lulla Lulla Lulla Lullaby.

There is fear only in the worldly duality,
Er is slechts angst in wereldse dualiteit,

There is none to disturb you in perfect non-duality.
Maar er is er geen om u te verstoren in volmaakte non-dualiteit.

Sietàràm ...

Als men Dat Brahman hier kent, bereikt men zijn echte doel.
Groot is de vernietiging als men Dat hier niet kent. De wijzen zien het ene Aatman in alle wezens, ze ontgroeien aan zintuiglijkheid en realiseren hun onsterfelijkheid.

Voor een mens die Brahman kent is er waarheid of onsterfelijkheid. Maar wie Brahman niet kent, wordt gegrepen in de ronde van geboorte en dood.

Een echte zoeker geeft dus de foutieve notie van "ik" en "mijn" op en keert zich met afkeer af van wereldlijkheid, aangezien alles hier vergankelijk, denkbeeldig en voorbijgaand is.

Hij mediteert op het Zelf en ziet de ene essentie, d.w.z. het Brahman, in alle voorwerpen. Slechts dan bereikt hij bewuste onsterfelijkheid. Wie in Brahman leeft, wie het Aatman heeft gerealiseerd, leidt waarlijk het ware leven. Zintuiglijk leven is onwaar. Het is denkbeeldig. De kenner van Brahman vindt bevrijding in dit leven zelf. Zodra de onwetendheid, die de oorzaak is van alle gebondenheid, wordt verdreven door de kennis van Brahman, wordt men terstond bevrijd.

Vichara (na een periode van diepe meditatie): Ik ben u ten zeerste dankbaar, O Goeroe. Door uw genade werden al mijn twijfels verdreven. Ik bereikte de verlichting en realiseerde de eenheid. Telkens weer buig ik voor u.

(Hij zingt: **Song of Vedanta**, Lied van Vedanta:)

Chidànanda Roepa Sivoham Sivoham
Chidànanda Roepa Sivoham Sivoham

I am knower of Oneness, king of kings, emperor of emperors,
Ik ben de kenner van Eenheid, koning van koningen, keizer van keizers,

Shah of Shahs, Lord of Lords, Mahàràj of Mahàràjas.
Shah van Shahs, Heer der heren, Mahàràj van Mahàràjas.

Brahman is one, without a name, without a form or colour.
Brahman is één, zonder naam, zonder vorm of kleur.

He is eternal, He is free, He is pure and perfect.
Hij is eeuwig, Hij is vrij, Hij is zuiver en volmaakt.

All life is one, the world is my home, I include, embrace all.
Alle leven is één, de wereld is mijn tehuis, ik omvat, omhels allen.

All is Brahman, all is Aatma, all is my own Self.
Alles is het Absolute, alles is het Zelf, alles is mijn eigen Zelf.

Chidànanda Roepa Sivoham Sivoham
Chidànanda Roepa Sivoham Sivoham

I am bodiless, I am sexless, I am all-pervading soul.
Ik ben zonder lichaam, ik ben geslachtsloos, ik ben aldoordringende ziel.

I am birthless, I am deathless, I am immortal Aatma.

Ik ben zonder geboorte, ik ben zonder dood, ik ben onsterfelijk Zelf.

I am above caste, creed, cult, race and all distinctions,
Ik sta boven kaste, geloof, sekte, ras en alle verschillen,

I am above love, hate, pleasure, pain, all good and bad.
Ik sta boven liefde, haat, plezier, pijn, alle goed en kwaad.

The Self is all in all, none else exists, I am That I am,
Het Zelf is alles in alles, niets anders bestaat, Ik ben die ben,

I am That I am, I am That I am, I am That I am.
Ik ben die ben, ik ben die ben, ik ben die ben.

Màyà's fetters I have broken right through and through,
Màyà's boeien heb ik gebroken door en door,

She cannot bind me, I know Her ways, forms and all Her tricks.
Ze kan me niet binden, ik ken haar methodes, vormen en al haar listen.

Honour, dishonour, censure or praise cannot touch me now,
Eer, schande, blaam en lof kunnen me nu niet raken,

The praiser and the praised, the censurer and the censured are now one.
Degene die prijst en kritiseert en degene die wordt geprezen en gekritiseerd zijn één.

Glory to Shankara, Dattàtreya and Sri Sanaka,
Ere zij Shankara, Dattàtreya en Shrie Sanaka,

Glory to Sananda, Sanatkumàra, Sanatsujàta.
Ere zij Sananda, Sanatkoemàra, Sanatsoejàta.

Chidànanda Roepa Sivoham Sivoham
Chidànanda Roepa Sivoham Sivoham

(Hij buigt voor zijn Goeroe.)
(Gordijn neer.)

DERDE BEDRIJF

Het laatste bedrijf illustreert de twee vorige. De Devas of goden (de zintuigen en de geest) wonnen de strijd tegen de Asoeras of demonen (verkeerde neigingen in de mens). Ze zijn hierop heel trots en beseffen niet dat ze hun overwinning danken aan Gods genade, m.a.w. de zintuigen en de geest ontlene hun licht en leven aan het hogere Bewustzijn. De Yaksha die hen verschijnt symboliseert een flits van inzicht in Brahman of het Absolute. Agni is het gezicht. Vayoe is de spraak. Ze slagen er niet in de Yaksha te doorgronden. Dat betekent dat het Absolute niet kan worden gezien noch geformuleerd. Ook Indra, de geest, slaagt er niet in Brahman te kennen. Oemà symboliseert het zuivere intellect, dat de zoeker leidt naar het inzicht dat Yoga betekent "loslaten wat men niet is en vinden wat men nooit verloor".

(Een luthof in Devaloka. Het is volop lente. Treden op: Agni, Vayoe en Indra. Ze zien er heel gelukkig en extatisch uit en zingen: **Song for developing Will**, Lied om de Wil te ontwikkelen:)

Bhajo Ràdhe Krishna Bhajo Ràdhe Shyàma
Bhajo Ràdhe Krishna Bhajo Ràdhe Shyàma

My will is powerful, I can blow up mountains.
Mijn wil is sterk, ik kan bergen opblazen.

My will is powerful, I can burn everything.
Mijn wil is sterk, ik kan alles verbranden.

My will is pure and strong, no one can resist.
Mijn wil is zuiver en sterk, niemand kan hem weerstaan.

I can influence people, I always get success.
Ik kan mensen beïnvloeden, ik heb altijd succes.

Indra (tot de anderen): Geprezen, geprezen zij onze moed. Wij behaalden een overwinning op de Asoeras. Onmeetbaar waarlijk is onze kracht. Wie in de drie werelden kan ons verslaan?
Kom, kom, laten wij ons verheugen.

(Er is een donderend geluid. Een geweldige Yaksha verschijnt vóór hen. Ze schrikken heftig.)

Indra: O Agni, ga en zie wie dat is!
(Agni benadert de Yaksha.)

Yaksha: Wie bent u?

Agni: Ik ben Agni, de Heer van het vuur. Ik kan alles in een oogwenk verbranden.

(De Yaksha legt een grassprietje vóór Agni.)

Yaksha: Verbrand dit.

(Agni probeert het te verbranden, maar slaagt er niet in.)

Agni (tot zichzelf): Wat betekent dit? Ik kan dit kleine grassprietje niet verbranden!

Geheimzinnig is deze geest. Laat ik terugkeren bij Indra.
(Hij vlucht naar Indra:) O Heer, ik weet niet wie die Yaksha is.

Indra (tot Vàyoe): O Vàyoe, ga en zie wie het is!
(Vàyoe benadert de Yaksha.)

Yaksha: Wie bent u?

Vayoe: Ik ben Vàyoe, de god van de wind. Ik kan alles wegblazen, zelfs bergketens.
(De Yaksha legt een grassprietje vóór hem.)

Yaksha: Blaas dit weg.
(Vàyoe probeert, maar slaagt er niet in.)

Vàyoe (tot zichzelf): Dit schijnt een machtige geest te zijn met geheimzinnige krachten. Ik ben bang. Ik keer terug bij Indra.
(Loopt angstig weg.)

Vàyoe (tot Indra): Ook ik kon niet ontdekken wie dat is, Heer.

Indra: Dan ga ik zelf!

(Hij gaat. De Yaksha verdwijnt plots. In zijn plaats staat er een mooie vrouw, goud van kleur: Oemà.)

Indra (tot Oemà): O Moeder, wie was die grote geest? Agni en Vayoe konden dat niet ontdekken. Toen ik kwam, verdween hij. Ik ben ten zeerste verrast en in verwarring door zijn verdwijning.
O Moeder van het heelal, beantwoord mijn vraag. U bent alwetend.

U bent de Oorspronkelijke Energie, waaraan de hele wereld ontsprong. U bent de grote Shakti (energie), die het heelal schraagt.
U bent de Verschrikkelijke, die alles vernietigt.

Oemà: O Indra, dat was Brahman. De overwinning op de Asoeras werd door Brahman behaald en door niemand anders. U en de andere Devas -Agni en Vàyoe- hadden de valse opvatting dat zij de overwinning hadden behaald, door eigen inspanning. Ook u was vervuld van trots. Om dit ego neer te halen verscheen Brahman als een Yaksha.

Hij toonde u dat u niet zo machtig bent als u voorgaf te zijn.

"DAT Brahman is waard te worden vereerd en wordt daarom Tadvana genoemd. Wie Hem aldus kent, wordt bemind door alle wezens."

Indra (valt aan haar voeten): O Moeder, u bent waarlijk Para Shakti. U bent voorwaar de bron van alle kennis. U verdrijft de duisternis van onwetendheid in uw volgelingen met de toorts van kennis, die u hoog houdt. Het is slechts door uw genade dat ik werd gezegend met de kennis dat die Grote Geest, de Almachtige, die de overwinning behaalde, Brahman was. Niets in de drie werelden is mogelijk zonder uw genade. Zonder uw genade verwerft niemand kennis van Brahman. Telkens weer groet ik u.

(Hij buigt nogmaals.)

(Gordijn neer.)

IV KANDAR ANOEBHOETI

Inleiding

Als ik terug denk aan mijn bezoek aan India in augustus '73 heeft een van de herinneringen die vanzelf naar voren springen betrekking op een groep zangers, die optraden in Sivananda Aashram in Rishikesh. De belangstelling was groot die avond. Iedereen verwachtte er blijkbaar heel wat van. En terecht, want het Tamil dat ze zongen was prachtig, meeslepend, geweldig. Ik zong de Kiertan "Moeroega, Moeroega ... " met alle enthousiasme mee. Later kwam ik van Swami Satchidanandaji te weten, nadat ik hem een beschrijving had gegeven, dat ze een beroemd lied hadden gezongen: "Kandar Anoebhoeti" of "Godservaring" van de Zuid-Indiase wijze Aroenagirinàthar. Hij reciteerde het voor mij op de band. De DLS had er een lijvig boek over uitgegeven, geschreven door Karttikeyan, een van de vaste Aashrambewoners.

Kandar Anoebhoeti is een gedicht dat bestaat uit 51 vierregelige strofen en een Aanroeping, die zoveel stof condenseren dat over ieder woord een bladzijde kan worden geschreven. Met Swamiji's hulp vatte ik de studie van het Tamil aan en begon de Kandar Anoebhoeti te bestuderen met behulp van Karttikeyans boek. Het is mijn bedoeling de Kandar Anoebhoeti te introduceren in onze Satsang. Om die reden laat ik hier een overzetting van de Tamiltekst met een vertaling en een minimum aan commentaar verschijnen.

Aroenagirinàthar was een Moeroegabhakta (vereerder van Moeroega), die wordt verondersteld te hebben geleefd in de 15de eeuw in Tiroevannamalai, Zuid-India. Er worden 16.000 Tiroepoegal- liederen aan hem toegeschreven (Tiroe: God; Poegal: glorie).

Kandar Anoebhoeti wordt beschouwd als zijn meesterwerk. Over Aroenagirinàthar weet men niet veel met zekerheid. Hij zou zijn geboren in een Brahmaanse familie, zou een gezin hebben gehad, zou een immoreel leven hebben geleid tot hij in een mystieke ervaring Moeroega of God vond.

Moeroega betekent: iemand die altijd mooi is. Aroenagirinàthar was een meester in het Tamil en het Sanskriet, die met zijn liederen heel Kandar Anoebhoeti werd geschreven nadat Aroenagirinàthar de Gods- ervaring had. Het is geschreven in de eerste persoon, vanuit het standpunt van een zoeker, zodat degene die het zingt voelt dat het zijn eigen verzen zijn. Het zou fout zijn te menen dat Aroenagirinàthar een god beschrijft naast vele andere goden. Neen, zijn Kandar of God is de Ene onvergankelijke Werkelijkheid, die hij beschrijft met alle kracht van zijn groot talent om in het hart van zoekers devotie op te wekken.

Het Tamilwoord Kandar is in het Sanskriet Skanda, wat betekent "iemand die werd uitgestuurd". Skanda is in de hindoemithologie de tweede zoon van Siva en de jongere broer van Ganesha. Siva is het Absolute of God. Ganesha symboliseert wijsheid. Skanda stelt actie voor. God verenigt in zich wijsheid in actie en actie in wijsheid. Andere namen voor Skanda zijn Shanmoekha (met zes gezichten), Kàrttikeya (gezoogd door zes godinnen), Goehan (grot, verborgen), Veelayoedhan (drager van de speer), Moeroegan

(altijd mooi).

Anoebhoeti is een Sanskrietwoord. Het betekent: ervaring, realisatie.

Dat het gedicht bestaat uit 51 strofen heeft een bepaalde betekenis. Het Sanskriet telt 51 letters van A tot Ksha). Een Mâtroekâ Poeshpa Mâlai is een gedicht met die 51 letters of een gedicht van 51 strofen. Het is een guirlande van letters (Akshara Mâlai). Aroenagirinâthar zegt in een van zijn liederen:

"Ik ben een toegewijde (Bhaktan) met de begeerte (Aasai) een guirlande (Mâlai) te offeren aan de Heer. Welk een guirlande? Een guirlande van verzen, geregen aan de draad van liefde (Bhakti), kunstzinnig gevormd door de tong, een geur van wijsheid verspreidend, schitterend in al zijn pracht, waarin de bijen van het intellect van de zuiveren (Sâdhoes) zich verheugen. De zegen zal ik kennen zo'n Mâtroekâ Poeshpa Mâlai (gedichtguirlande) te offeren aan uw koralen Voeten."

Deze guirlande wordt niet rond de schouders gehangen en heeft dus niet de bedoeling God te verheerlijken. Ze wordt aan zijn Voeten gelegd wat betekent dat zelfovergave wordt beoogd. De Voeten symboliseren Paramapâda, de hoogste Verblijfplaats.

Dit alles wordt uitgedrukt in de inleidende strofe, die Kâppoe of Aanroeping wordt genoemd.

Uitspraak van het Tamil
Zie hoofdstuk VII

Tamil tekst

KANDAR ANOEBHOETI

Kàppoe

Nenjak Kanakalloe Negir̄n Doeroegat
Thanjattharoel Shanmoeganek Kiyalseer
Senchor̄ Poenaimàlai Siṛanditavee
Panjak Karavànai Padam Panivàm

Noel

1. Aadoem Pariveel Aniseeval Enap
Pàdoem Paniyee Paniyà̀y Aroelvà̀y
Theedoem Kayamà Moeganaich Cheroevil
Sàdoem Thaniyà̀nai Sagodaraneē
2. Oellàsa Niràgoela Yoga Vidach
Challàba Vinodanoem Nie Yalaiyo
Ellàmaṛa Ennai Iranda Nalam
Sollà̀y Moeroegà Soerabhoe Pathiyee
3. Vàn̄o Poenal Pà̀r Kanal Màroedham̄o
Jnan̄o Dhayamo Navilnàn Maṛayo
Yàn̄o Manamo Yenaiyà̀nda Idam
Than̄o Poroelà̀vadhoe Shanmoeganeē
4. Valaipatta Kaim Màdhodoe Makkalenoem
Thalaipat Tariyath Thagoemo Thagoemo
Kilaipat Teroesoer Oeramoem Giriyoem
Tholaipat Toeroevat Thodoe Veelavaneē
5. Magamà̀yai Kalaindhida Vallapiràn
Moegamà̀roe Moṛindhoe Moṛindhilaneē
Agamà̀dai Madandhaiyar Enṛayaroem
Jagamà̀yaiyoel Niṅroe Thayangoevadhee
6. Thiniyà̀na Mangsilaimiedh Oenathà̀l
Aniyà̀r Aravindham Aroemboemadh̄o
Paniyà̀ Yena Valli Padham Paniyoem
Thaniyà̀ Adhimoga Dhayà̀paraneē
7. Kedoevà̀y Mananeē Gadhigeel Karavà̀dh
Idoevà̀y Vadiveel Iṛaithà̀l Ninaivà̀y
Soedoevà̀y Nedoevedhanai Thoel Padavee
Vidoevà̀y Vidoevà̀y Vinai Yà̀vaiyoemee
8. Amaroem Padhigeel Agamàm Enoemip
Pimarangkeda Meypporoel Peesiyavà̀

Koemaran Giriràsa Koemàri Magan
Samaramporoe Dhànavà Nàsaganeë

9. Mattoerkoeral Mangaiyar Maiyal Valaip
Pattoesal Padoem Parisenroriveen
Thattoedara Veel Sayilat Therjyoem
Nittoera Niràgoela Nirbbayaneë
10. Kàrmàmisai Kàlan Varil Kalabat
Theermàmisai Vandhedhirap Padoevà
Thàrmàrba Valàri Thalàri Enoem
Soermà Madiyat Thodoe Veelavaneë
11. Koegà Enaen Kilaikoedi Arap
Pogàvagai Meypporoel Peesiyavà
Nagàsala Veelava Nàloekavi
Thyàgà Soeraloga Sigàmaniyeë
12. Semmàn Magalaith Thiroedoem Thiroedan
Pemmàn Moeroegan Piṛavàn Iṛavàn
Soemmà Iroe Sollara Enṛaloemee
Ammà Poroel Onṛoem Aṛindhilaneë
13. Moeroegan Thaniveel Moeninam Goeroevenṛ
Aroelkondoe Aṛiyàr Aṛiyoen Tharamo
Oeroevanṛ Aroevanṛ Oelatanṛ Ilathanṛ
Iroelanṛ Oliyanṛ Enaninṛ Athoeveë
14. Kaivà Kadhir Veel Moeroegan Kaṛalpetṛ
Oeyvày Mananeë Orivày Orivày
Meyvày Viṛinàsi Yodoem Seviyàm
Aivày Vari Selloem Avàvinaiyeë
15. Moeroegan Koemaran Goehanenṛoe Moṛindh
Oeroegoem Seyalthandh Oenarvenṛ Aroelvày
Poroë Poenggavaroem Poeviyoem Paravoem
Goeroepoengava Engoena Panjaraneë
16. Peeràsai Enoem Piniyil Pinipatt
Orà Vinaiyeen Oeralath Thagoemo
Vierà Moedhoesoer Padaveel Eṛiyoen
Soerà Soeraloga Thoerandharaneë
17. Yàmōdhiya Kalviyoem Emmaṛivoem
Thameepera Veelavar Thandhadhanà
Pōemeel Mayalpoṛy Aṛameyppoenarvier
Nameel Nadavier Nadavier Iniyee
18. Oedhiyà Mariyà Oenarà Maṛavà
Vidhimàl Aṛiyà Vimalan Poedhalvà
Adhigà Anagà Abhayà Amarà
Vadhi Kàvala Soera Bhayangaraneë

19. Vadivoem Dhanamoem Manamoem Goenamoem
Koediyoem Koelamoem Koedi Poggiyavà
Adiyandham Ilà Ayil Veel Arasee
Midi Yenṛoroe Pavi Velippadinee
20. Aridhàgiya Meypporoeloeck Adiyeen
Oeridhà Oepadeesam Oenartthiyavà
Viridhàrana Vikrama Veelimaiyṛ
Poerithàraga Nàga Poerandharanee
21. Karoedhà Maṛavà Neṛikàna Enakk
Iroethàl Vanasanthara Enṛ Isaivày
Varadhà Moeroegà Mayil Vàgananee
Viradha Soerasoera Vipàdananee
22. Kàlaik Koemareesan Enak Karoedhit
Thàlaip Paniyat Tavam Eydhivavà
Pàlaikkoeraḷ Valli Padham Paniyoem
Veelai Soerabhoeṇpathi Meroevaiyee
23. Adiyaik Koeṛiyadh Aṛiyàmaiynàl
Moediyak Kedavṛ Moeṛaiyo Moeṛaiyo
Vadivikrama Veel Magipà Koeṛamin
Kodiyaip Poenaroem Goena Bhoedharanee
24. Koerveelviṛi Manggaiyar Konggaiyilee
Seerveen Aroel Seeravoem Ennoemadhṛ
Soerveerodoe Koenṛoe Tholaittha Nedoem
Porveela Poerandhàra Bhoepathiyee
25. Meyyee-ena Vevvinai Vàrvai Oegandh
Aiyṛ Adiyeen Alaiyath Thagoemo
Kaiyo Ayilo Karalo Moeroedhoem
Seyyoy Mayileeṛiya Sevaganee
26. Aadhàramileen Aroelaip Peṛavee
Niethàn Oroesattṛoem Ninaindhilaiyee
Veedhàgama Jnàna Vinṛdhamanṛ
Thiethà Soeraloga Sigàmaniyee
27. Minneenigar Vàrvai Viroembiya Yàn
Ennee Vidhiyin Payaninggidhoevo
Ponnee Maniyee Poroelee Aroelee
Mannee Mayileeṛiya Vànavanee
28. Aanà Amoedhee Ayilveel Arasee
Jnànàkaranee Navilath Thagoemo
Yànàgiya Ennai Viṛoenggi Veṛoem
Thànày Nilai Ninṛadhoe Thaṛparamee
29. Illee Enoem Màyaiyil Ittanai Nie

Polleen Aṛiyàmai Poṛoetthilaiyee
Malleepoeri Panniroe Vàgovil En
Sollee Poenaiyoem Soedar Veelavane

30. Sevvànoeroevil Thigaṛ Veelavan Aṇṇ
Ovvàdhadhena Oenarvittha Adhoe Than
Avvàṛ Aṛivàṛ Aṛigindrath Alàl
Evvàṛ Oroevarkk Isaivippadhoevee
31. Pàṛvàṛvoe Enoem Ippadoe Màyaiyilee
Vierṇvay Ena Ennai Vidhitthanaiyee
Thàṛvànavaṛ Seythanathàm Oelavò
Vàṛvày Ininie Mayilvànganane
32. Kalaiyee Pathaṛik Kathaṛit Thalaiyoedoe
Alaiyee Padoemàṛ Adhoevày Vidavo
Kolaiyee poeri Veedarkoelap Pidithoy
Malaiyee Malaikoeridoe Vàgaiyane
33. Sinthàkoela Illodoe Selvamennoem
Vinthadavi Enṇoe Vidapperoeveen
Mandhàkini Thàndha Varòdhayane
Kandà Moeroegà Karoenàkarane
34. Singgàra Madanthaiyar Thieneri Poy
Manggàml Enakkoe Varam Tharoevày
Sangkràma Sikhàvala Shanmoegane
Kanggànadhi Bàla Kripàkarane
35. Vidhikànoem Oedambai Vidà Vinaiyeen
Gadhikàna Malarkkaṛal Enṇ Aroelvày
Madhivànoedhal Valliyai Alladhoepin
Thoedhiyà Viradhà Soerabhoeopathiyee
36. Nàthà Koemara Namavenṇ Aranàṛ
Odhày Ena O_dhiyadh Epporoelthàn
Veedhàmoedhal Vinnavar So_edoemalarp
Pàdhà Koeramin Padhaseekharane
37. Girivày Vidoe Vikramaveel Iṛaiyòṇ
Parivàram Enoem Padham Meevalaiyee
Poerivày Manane Poraiyàm Aṛivàl
Arivày Adiyòdoem Aganthaiyaiyee
38. Aadhàliyai Onṇ Ariyeenai Aṛat
Thiedhàliyai Aandadhoe Seppoemathò
Koedhàla Kiràtha Koelikkiṛaivà
Veedhàla Ganam Poegaṛ Veelavane
39. Maveer Sananam Keda Màyaividà
Moeveedanai Enṇoe Moedinthidoemo
Kovee Koeramin Kodithòl Poenaroem

Dheevē Sivasangkara Dheesikanee

40. Vinaiyoda Vidoem Kathirveel Maṛaveen
Manaiyodoe Thiyanggi Mayanggidáo
Soenaiyod Aroevith Thoeraiyodoe Pasoem
Thinaiyod Ithanodoe Thirindavaneē
41. Sàgà Thenaiyēe Sarananggalilee
Kàkà Namanàr Kalagam Seyoenàl
Vàgà Moeroegà Mayil Vàgananeē
Yogà Sivajnàna Oepadheesikanee
42. Koeriyaik Koeriyàdhoe Koeritthariyoem
Neriyait Thani Veelai Nigart Thidaloem
Seṛivattr Oelagod Oerainthaiyoem Attr
Aṛivattr Aṛiyàmàiyoem Attradhoevee
43. Thoesà Maniyoem Thoegiloem Poenaivàl
Nesa Moeroegà Ninathanp Aroelàl
Aasà Nigalam Thoegalàyina Pin
Peesà Anoebhoeti Piṛandhadhoevee
44. Sàdoem Thaniveel Moeroegan Sharanam
Soedoempadi Thanthadhoe Solloemadho
Viedoem Soerarmàmoedi Veedhamoem Veem
Kàdoem Poenamoem Kamaoem Karalee
45. Karavàgiya Kalviyoelàr Kadai Senr
Iravàvagai Meypporoel Iegoevaio
Koeravà Koemara Koelisàyoedha Koeng
Jaravà Sivayoga Dhayàparaneē
46. Enthàyoem Enakkaroel Thantaiyoem Nie
Sinhàkoela Mànavai Thierthenai Yàl
Kandhà Kadir Veelavaneē Oemaiyàl
Maindhà Koemara Maṛainàyakaneē
47. Aaṛàṛaiyoem Niethth Adhanmeel Nilaiyaip
Peerà Adiyēen Peṛoemàr Oelatho
Sieṛàvaroeser Sithaivithth Imaior
Koerà Oelagam Koelirviththavaneē
48. Aṛivonṛaṛa Ninr Aṛivàr Aṛivil
Piṛivonṛaṛa Ninra Piràn Alaiyo
Seṛivonṛaṛa Vandh Iroelee Sithaiya
Veṛi Venṛavarod Oeṛoem Veelavaneē
49. Thannanthani Ninradhoe Thàn Aṛiya
Innam Oroevarkk Isaivippadhoeo
Minnoem Kadirveel Vigirdhà Ninaivàr
Kinnam Kalaiyoem Kripaisoer Soedaree

50. Madhikett Aṛavàdi Mayanggi Aṛak
Gadhikett Avamee Kedavō Kadaveen
Nadhipoetthira Jnànasoekhàdhipa Ath
Dhithi Poetthirar Vieradoe Seevaganeē
51. Oeroevày Aroevày Oelathày Ilathày
Maroevày Malarày Maniyày Oliyày
Karoevày Oeyirày Gathiyày Vidhiyày
Goeroevày Varoevày Aroelvày Goeganeē

Vertaling en commentaar

GODREALISATIE

Aanroeping

Zelfs een hart van steen wordt zacht en smelt
Door de genade van Shanmoekha, als men in Hem een toevlucht zoekt.
Voor de glorie van deze zoete guirlande van woorden tot Hem
Laat ons buigen aan de Voeten van de vijfarmige Heer.

Commentaar

De Kàppoe of Aanroeping is een gebed voor verwijdering van de hindernissen. De vijfarmige Heer (Sanskriet: Shrie Vighneshvara) is Ganesha, de god met zijn olifantenkop, die je aantreft in alle tempels van India. Deze wordt als eerste vereerd vóór enige andere godheid. De hindoeïgodheden worden voorgesteld op een zo vreemde manier, dat niemand de vergissing kan begaan ze letterlijk te nemen. Het zijn symbolen van principes of krachten, zoals bv. een letter van een bepaalde klank.

Als men succes verlangt -in wat dan ook- is één punt van enorm belang: we moeten helemaal in de onderneming zijn.

Meestal gaan onze gedachten een bepaalde richting uit, maar volgen onze gevoelens niet, of omgekeerd, en zijn bovendien ook onze woorden niet in overeenstemming. En daarom zijn zo weinig mensen succesvol. De olifantenkop symboliseert integriteit of eenheid van spreken, denken en handelen: de hersenen, het centrum van het denken, de mond of spraakorgaan, en de slurf, die gedrag en handeling voorstelt, zijn samen: denken, spreken en handelen, zijn niet langer drie tegenstrijdige krachten, maar vormen één gebundelde energie. Om die reden mediteert iedere hindoe eerst op Ganesha alvorens iets te ondernemen: hij brengt zijn geest, hart en hand in overeenstemming.

Wanneer in de oude tijd een karavaan door de jungle trok gingen de olifanten vooraan om de hindernissen op te ruimen. Dit is een meer godsdienstige visie: de gelovige smeekt God de hindernissen van zijn pad te verwijderen.

Ook de aanspreking als vijfarmige Heer heeft een diepe filosofische betekenis. Je zou kunnen denken dat er vele goden zijn. Je hebt vijf zintuigen, maar in ieder zintuig is dezelfde levenskracht, hetzelfde bewustzijn actief. De goden worden in het Sanskriet Devas genoemd. Deva betekent: schitterende, stralende. Het zijn de bezielende krachten die werkzaam zijn in de schepping. In de kleinste natuurkracht is in feite de totaliteit van de gehele natuur aanwezig. Om dit duidelijk te maken wordt Ganesha voorgesteld met vijf armen en draagt hij in iedere hand het symbool van zijn functies. Uit de aard van die functies blijkt duidelijk dat Ganesha een voorstelling is van de Ene onvergankelijke Werkelijkheid of God. Die vijf symbolen zijn:

1. Een naaldvormige schrijfstift die de schepping symboliseert.
2. Een bal gekneet voedsel, symbool van de voortzetting, want God onderhoudt de schepping. Hij is het voedsel en Hij eet het voedsel.
3. Een prikkel of instrument om vee te leiden: zinnebeeld van vernietiging.
4. Een koord, zinnebeeldige voorstelling van het feit dat God zich verbergt achter of voor onwetendheid.
5. De slurf is de vijfde arm en betekent dat God de schenker van genade is.

In de Aanroeping zegt Aroenagirinàthar dat de hymne gewijd is aan Shanmoekha (met zes gezichten). Shanmoekha is de Senapatti of leider van het leger van de Devas, die de Asoeras of demonen of krachten van de duisternis doodde met zijn Veel of speer, die Jnàna Shakti voorstelt. Shakti betekent: energie. Jnàna betekent: wijsheid. In de Skanda Poeràna (het woord Poeràna betekent: het is oud, maar toch altijd nieuw) wordt verteld dat Shanmoekha de dochter van Indra huwt. Indra of de koning van de goden stelt zinnebeeldig de geest voor. Deivayanai, Indra's dochter, is Kriyà Shakti, de energie die alle activiteit mogelijk maakt.

Later huwde Shanmoekha ook Valli Devi, de verpersoonlijking van Ichchhà Shakti. Ichchhà betekent: wil. De krachten van de kennis, handeling en willen zijn afkomstig van God. Het gaat om een en dezelfde energie, maar het is de menselijke geest die het onderscheid schept.

De zes gezichten van Shanmoekha hebben verscheidene betekenissen:

1. Ze zijn gericht naar het noorden, zuiden, oosten en westen, opwaarts en neerwaarts en duiden dus aan dat God alomtegenwoordig is.
2. De zes gezichten stellen voor: Jnàna (wijsheid), Vairàgya (onthechting), Kierti (faam), Aishvarya (weelde), Shrie (voorspeed, schoonheid) en Bala (kracht). Wij bewonderen iemand die heel wijs of volstrekt onthecht of beroemd of schatrijk of heel gelukkig of heel sterk is. In God zijn deze eigenschappen in oneindige mate aanwezig.
3. De zes gezichten symboliseren ook de zes Chakras. Meestal spreekt men over zeven Chakras. Dit is echter een vergissing, want Sahasràra is geen Chakra in de echte betekenis van het woord.
4. De zes gezichten vertegenwoordigen eveneens: Ganesha, Brahmà (de Schepper), Vishnoe (de Onderhouder), Roedra, Mahesvara en Sadàsiva (de laatste drie worden meestal met elkaar vereenzelvigd en stellen Siva voor als Vernietiger).

Vers 1

"De dansende pauw, de speer en de mooie haan,"
Dit te zingen, gun mij als heilige taak dit dienstbetoon,
o broeder van weergaloze Vinàyaka, die doodde in de strijd
De zoekende Asoera Gajamoekha met zijn olifantenkop.

Commentaar

De dansende pauw

Het eerste woord van deze strofe, Aadoem, bevat de letters A, Oe en M en is dus OM.

Als woord betekent het: dansende pauw.

De pauw is het symbool van OM. In zijn pluimen herkent men het Sanskrietteken voor OM.

De pauw is het rijdier van Shanmoekha.

De speer

De speer of Veel is Shanmoekha's wapen. Het symboliseert zuivere kennis. Het is veelbetekenend dat er een bijvoeglijk naamwoord staat bij pauw (dansend) en haan (mooi), maar niet bij speer, die het symbool is van zuivere kennis, want zuivere kennis bezit geen eigenschappen, maar is zelf alle eigenschappen. Ze is het enige wapen dat doordringt tot in het hart van alle onwetendheid.

De mooie haan

Shanmoekha wordt Seeval of haan genoemd, omdat Hij de dageraad aankondigt. Waar Hij zich manifesteert, verdwijnt de duisternis.

In de eerste regel is Shanmoekha's Mantra verborgen: "OM Veeloem Mayiloem Toenai. De speer en de pauw zijn (mijn) bescherming."

Dit te zingen

De wijze Aroenagirinàthar verheerlijkt hier Japa of de herhaling van de Naam van God. Swami Sivananda noemde dit Nàmopatie en verheerlijkte het als de krachtigste geneeskunde.

Alle leven wordt gekenmerkt door trilling. In ziekte of negatieve toestanden bewegen de trillingen van de cellen van het lichaam en de gedachten tegen de richting van de wijzers van het uurwerk in. Door herhaling of Japa van een Mantra beginnen ze echter te bewegen in de richting van de wijzers van het uurwerk.

De geest is dan helder en evenwichtig en het lichaam functioneert perfect.

Je kunt de geest ook vergelijken bij een vuil wit hemd en Japa bij een methode van droogkuis: door middel van trillingen laat het vuil het hemd los. Zo ook veroorzaakt de Mantra trillingen waardoor negatieve gedachten en stemmingen verdwijnen.

Een andere vergelijking: de geest is als een rijkbeladen kersenboom. Negatieve gedachten en stemmingen zijn als kraaien. Als je de Mantra zingt, slaan ze op de vlucht.

Wanneer de geest vrij van spanningen is, zie je in welk een vreugde er schuilt in herhaling van de Naam, omdat het je duidelijk wordt dat alle dualiteit een zinsbegoocheling is.

Broeder van Vinàyaka

Vinàyaka, een naam van Ganesha, betekent: verwijderaar van hindernissen.

Gajamoekha

Gajamoekha was een demon of Asoera, die zijn naam dankte aan het feit dat hij de kop (Moekha) van een olifant (Gaja) had. Je herinnert je dat de olifantenkop integriteit of eenheid van spreken, denken en handelen voorstelt. Maar Gajamoekha is een Asoera, een demonische kracht. Sommige ideeën zien er positief en goed uit, maar bewerken in feite je ondergang. Gajamoekha had door versterving onsterfelijkheid verworven; hij kon door geen enkel wapen worden gedood. Sommige ideeën werden door langdurige herhaling zo hardnekkig dat ze onmogelijk kunnen worden verdreven.

Toch ging Ganesha de demon te lijf. Hij brak een van zijn slagstanden af -op duidelijke afbeeldingen zie je dat een van zijn slagstanden afgebroken is- en slingerde hem met kracht naar Gajamoekha. De slagtang kliefde de demon, maar doodde hem niet.

Om zich te verdedigen nam hij de vorm aan van een bandicoot (spreek uit: bandikoet). Hij viel Ganesha aan, maar deze maakte echter van de bandicoot zijn voertuig.

Het Engelse woord bandicoot is een verbastering van Pandi-Kokkoe (taal: Teloegoe) en betekent: varkensrat. Het is een rat zo groot als een konijn, die veel schade berokkent aan de landbouw. De demon toont dus in de strijd zijn ware aard. De rat symboliseert het intellect in zijn vorm van twijfel. Een bibliotheek is een bron van kennis. Muizen of ratten kunnen op korte tijd boeken onherstelbaar beschadigen. Zo kan ook twijfel je gemakkelijk op allerlei dwaalsporen doen belanden. De methode?

"Zet er een olifant op," zegt de Yogi: bundel je woorden, gedachten en daden tot één kracht en richt ze op de zaligheid die je ware aard is. Je kunt het intellect niet doden, je kunt het zuiveren. Het is dan een instrument dat tot je beschikking staat. Dit is de betekenis van het feit dat Ganesha de rat als rijdier gebruikt. Het intellect maakt je verschillend van het dier; het maakt je echter niet noodzakelijk beter, vaak maakt het je veel slechter. Wat ons beter maakt is deugd, goedheid.

Vers 2

Zijt Gij niet, O Heer, zaligheid, vrij van lijden, Yoga,
Die het goede wenst, het goede spreekt en ook de doener van Lielà,
Het goede dat alles stopt el! waarin ik mezelf verlies?
Ik smeed U, onderricht mij erin, O Moeroega, O Heer van Devaloka.

Commentaar

In dit vers beschrijft Aroenagirinàthar het doel, dat God zelf is. Het is zaligheid in wezen, lijden heeft er geen plaats, want het is Yoga of eenheid, zonder enige dualiteit, die slechts goedheid kent, zoals de zon alleen licht kent en geen benul heeft van duisternis. Yoga is afgeleid van de Sanskrietwortel Yoej, verenigen.

Lielà

Het is onmogelijk dat God een bedoeling heeft of een begeerte koestert, want dan zou Hij onvolmaakt zijn. Om die reden zegt Aroenagirinàthar dat we de schepping slechts Gods Lielà of spel kunnen noemen, als we er dan toch iets over willen beweren.

Hij stopt alles

Wie de Werkelijkheid realiseert, vindt bevrediging van al zijn begeerten. Aan zijn gehechtheid en egoïsme komt vanzelf een einde.

Devaloka

Devaloka betekent: wereld van de Devas of goden. Aan de basis van alle materie ligt één enorme energie. Achter de grofstoffelijke wereld staat een energiewereld. Alle energie is de manifestatie van één enkele kracht.

Vers 3

Is het aarde, water, vuur, ether of lucht?
Is het zintuiglijke kennis of de vier gesproken Vedas?
Is het het ik-beginsel, de geest of de plaats
Waar ik werd aanvaard, O Shanmoekha? Wat is Werkelijkheid?

Commentaar

Is het ...

Aroenagirinàthar onderzoekt in dit vers de aard van de Werkelijkheid, die schittert in alle dingen.

Aarde, water, vuur, ether en lucht zijn de vijf elementen. De materie verschijnt voor onze zintuigen in vijf vormen: vast, vloeibaar, in de vorm van hitte, etherisch of als leegte en gasvormig. Ook nemen we de stof waar met vijf zintuigen: wij proeven ze, wij ruiken ze, wij zien ze, wij horen ze, wij voelen ze. Al deze zaken zijn dus niet de onvergankelijke Werkelijkheid, want ze veranderen onophoudelijk.

Vóór de geschreven Vedas (Schriften) bestonden er gesproken Vedas. De Werkelijkheid ligt voorbij de reikkracht van woorden. Woorden zijn als wegwijzers: ze wijzen slechts de weg naar de ervaring (Anoebhoeti) van de Werkelijkheid.

Is de Werkelijkheid dan het ik-beginsel of ego of is het de geest? Beslist niet: als je diep in jezelf kijkt zul je geen ik vinden. Het ik of ego is een onbegrijpelijk iets. Even onbegrijpelijk als de duisternis voor het licht. De geest zinkt in depressie. Hij zet uit in geluk. Hij is nu eens rustig, dan onrustig. Hij verandert onophoudelijk. Hoe kan hij dan de Werkelijkheid zijn?

Of is het de plaats waar ik werd aanvaard, de plaats of toestand waarin Gij me verscheen als mijn Goeroe of leraar?

De geest en de spraak kunnen het antwoord niet geven. Ze keren gefrustreerd uit het domein van het Onkenbare terug. "O Shanmoekha," smeekt de zoeker, "wat is die Werkelijkheid?"

Vers 4

Gevangen in de kluisters van vrouwen familie,
Moet ik te gronde gaan? O Heer, is het billijk, is het betamelijk?
Tegen de berg en Soera's hart, die met heel zijn gevolg tegen U opstond,
Liet Gij uw speer gaan, Veelayoedha, en doorboorde hen.

Commentaar

Met het gevoel te kort te schieten en niet rijp te zijn kampen alle zoekers. "O Heer," zegt hij, "Gij deed zoveel in zoveel moeilijker omstandigheden, waarom dan niet voor mij?"

De berg en Soera 's hart

Soerapadma was een machtige demon. Hij symboliseert de onwetendheid (Avidyà) of het ego. Hij werd beschermd door een berg.

Deze stelt zinnebeeldig het Karma of onze hele schuldenlast voor.

Veelayoedha

Veelayoedha betekent: drager van de speer of Veel. De speer is het symbool van zuivere kennis of wijsheid (Jnàna). De Veel doorboorde de berg en trof de demon in het hart.

In dit vers worden de hindernissen beschreven.

Vers 5

De Heer kan de Mahàmàyà vernietigen.
Ofschoon ik zijn naam Shanmoekha heb herhaald,
Denk ik nog met verlangen aan huis, weelde en vrouwen
En ben ik nog niet bevrijd van dit vreselijk lijden van Màyà.

Commentaar

Mahàmàyà

Mahà betekent groot. De geest werd geschapen met naar buiten gaande neigingen. De zintuigen worden hierdoor voortdurend in beslag genomen door de zintuiglijke voorwerpen. De mens vergeet wie hij in wezen is en vereenzelvigd zich met zijn lichaam en geest. Dit is Màyà. Het woord Màyà betekent letterlijk: niet-dat. Slechts het licht kan de duisternis verdrijven. Zo kan ook slechts het hoogste Bewustzijn de onwetendheid vernietigen. De zoeker herhaalde de Naam van Shanmoekha maar het was nog teveel lippendienst: zijn geest en hart waren er niet ten volle bij.

Vers 6

Op de harde rots van mijn hart
Zal de prachtige lotus van uw Voeten bloeien?
Vragend naar haar bevelen, buigt Gij aan Valli's voeten,
O Heer van onblusbare liefde, O belichaming van genade.

Commentaar

Valli

Valli is het scheppend aspect van God. Ze wordt de universele Moeder van alle dingen genoemd. Men kan niet zeggen dat God iets doet. Hij is het Absolute. Hij is ondoorgrondelijk, onbeweeglijk, onveranderlijk. Waarom zou Hij dan de dingen hebben geschapen? Dit is een transcendentale vraag. Niemand heeft er ooit een antwoord op gegeven. "But you will know it when you realize," zegt Swami Sivananda: "Je zult het weten als je de waarheid realiseert." Elke manifestatie van energie is als het ware een trilling van zijn wezen. Hijzelf is neutraal. Hij doet niets. Maar Hij is degene die alles mogelijk maakt door zijn aanwezigheid.

De idee van de zoeker in dit stadium van zijn evolutie is:

"O Heer, Valli Devi kent de graad van ontwikkeling van alle zoekers en Gij informeert bij Haar wie rijp is om dit Samsàra of zintuiglijk heelal te verlaten. Want Gij doet niets liever dan waardige zoekers op te nemen in uw zaligheid, want liefde is uw wezen. Wanneer zult Gij U in mijn hart manifesteren?"

Aroenagirinàthar schreef Kandar Anoebhoeti nadat hij de verlichting had bereikt. Dit vers is geen uiting van wanhoop van een onwetende. In zijn lied geeft de wijze een relaas van zijn spirituele ervaringen, maar bovendien stelt hij zich op het standpunt van een zoeker, zodat iedereen het lied kan zingen alsof het om zijn eigen verzen zou gaan.

Vers 7

Middelen tot verlossing, O ellendige geest, luister:
Geef zonder voorbehoud, denk aan de Voeten van Veel-Moeroegan,
Vernietig aldus dit langdurig lijden.
En wordt spoedig voor eeuwig vrij van alle Karmas.

Commentaar

Geef zonder voorbehoud

Swami Sivananda zei: "Dien, bemin, geef." De bedoeling is: leer een ander egoloos standpunt innemen.

Veel - Moeroegan

Moeroegan betekent: iemand die altijd mooi is. De Veel of speer symboliseert zuivere wijsheid of Jnàna.

Denk aan de Voeten

Dit betekent: beoefen overgave.

Aroenagirinàthar schrijft de geest hier twee methodes voor: leer geven zonder voorbehoud, helemaal, en geef je ten volle over.

Vers 8

Het lichaam waarin men verblijft en zijn familie beschouwen als "van mij",
Om deze begoocheling te verdrijven sprak Gij over de hoogste werkelijkheid,
O Koemara, O zoon van Himavans dochter,
O vernietiger van Asoeras, die U bevochten om U te overwinnen.

Commentaar

Koemara

God bezit de eeuwige jeugd. Hij was nooit jong en wordt nooit oud,
Hij is eeuwig. Koemara betekent ook dat Hij het kwaad vernietigt,
omdat het onverenigbaar is met zijn wezen, zoals licht duisternis vernietigt.

Zoon van Himavans dochter

Shanmoekha is de zoon van Siva en Pàrvatie. Siva is het Absolute zelf. Pàrvatie of zijn gemalin is zijn scheppend aspect. Pàrvatie betekent: dochter van de berg (denk aan Parvatànàsana: Berghouding) of Himavan, de koning van de bergen of Himalayas. De woorden dochter, gemalin, zoon, enz. hebben hier niet de gewone menselijke betekenis, maar worden gebruikt omwille van de symbolische voorstelling. Woorden zijn beperkt. De relaties die hier worden verwoord bestaan alleen in de geest van de zoeker. De Werkelijkheid transcendeert alle beperkingen. Er is dualiteit in de eredienst, maar het doel ligt voorbij de reikkracht van woorden en beperkingen. In de gedachten die door zijn liefde werden teweeggebracht proeft de zoeker de zaligheid van Gods onvergankelijke Werkelijkheid.

Vers 9

Gevangen in het net van verblinding van vrouwen met welriekende haren
En daardoor opgewonden, wanneer zal die benarde toestand ophouden,
O Heer, die uw speer liet gaan om de berg te doorboren,
En die fel en zonder lijden, onverschrokken en groot zijt?

Commentaar

Die uw speer liet gaan

De speer, symbool van zuivere kennis, doorboorde de berg, zinnebeeldige voorstelling van het Karma, waarachter de demon van onwetendheid zich verborg. Zie vers 4.

Vers 10

Wanneer Yama me benadert gezeten op een zwarte buffel,
Verschijn dan op uw pauw met zijn prachtige veren en zegen mij.
O drager van guirlandes, O werper van de speer, die prachtig kliefde
De Soeraboom, de Valandoder, Indra's vijand.

Commentaar

Yama

Yama is de god van de dood. Hij wordt voorgesteld met een zwarte buffel als rijdier.

Pauw

De pauw, zinnebeeld van evenwicht, harmonie, OM is Shanmoekha's rijdier.

Drager van guirlandes

Hij wordt veel vereerd en draagt dus vele guirlandes. Zijn guirlandes getuigen ook' van zijn vele overwinningen.

Drager van de speer

Hij hanteert zuivere kennis of Jnàna als wapen.

Die kliefde

Vala was een demon, die van Siva de gunst had verworven dat zijn lichaam bij zijn dood zou veranderen in negen edelstenen. Hij versloeg Indra in de strijd. Indra stond aan zijn overwinnaar een gunst toe. Maar Vala weigerde en zei: "Ik wens geen gunst van u, maar sta u integendeel toe er een te vragen." Indra greep de onverhoopte kans om zijn vijand te vernietigen met beide handen aan. Hij antwoordde: "Word mijn offerkoe." Vala, die zijn woord moest houden, willigde Indra's wens in. Terstond doodde Indra de koe. Het lichaam van Vala veranderde in negen edelstenen. Omdat hij Vala had gedood op een onrechtvaardige manier moest Indra groot lijden ondergaan ten gevolge van de aanvallen op zijn koninkrijk door Soerapadma en zijn leger. Indra symboliseert de geest. Soerapadma is de onwetendheid of het ego.

Shanmoekha vernietigde Soerapadma's leger. Alleen de demon bleef ten slotte over. Het uur van zijn dood was gekomen. Maar omdat hij grote verdiensten had verworven toonde Shanmoekha hem zijn Vishvaroepa of kosmische vorm. Maar onmiddellijk daarna vergat Soerapadma, verpersoonlijking van het ego, alles over Gods wezenlijke aard en kosmisch wezen en opende hij opnieuw de aanval. Hij nam in de strijd allerlei vormen aan, o.a. veranderde hij zich in een enorme mangoboom. Shanmoekha kliefde deze boom met zijn speer.

Dit vers wordt vaak herhaald ter bescherming tegen doodsangst.
Het middel dat erin wordt voorgeschreven is overgave.

Vers 11

Mijn familieleden rond mijn bed, jammerend;
Om niet zo te sterven onderrichtte U mij in de hoogste Waarheid,
O dichter van vier dichtvormen, O Veelayoedha,
O Heer van Nàgàsala, O kroonjuweel van Devaloka.

Commentaar

Zo sterven

Wie Shanmoekha's onderricht ontvangt sterft niet als een gewone sterveling, maar verlaat de wereld als een verlichte wijze.

Vier

De vier dichtvormen zijn:

1. Gedichten over een bepaald onderwerp.
2. Stemmingsgedichten.
3. Gedichten die worden uitgebeeld met tekeningen.
4. Epische gedichten. Shanmoekha is de bron van alle inspiratie. Hij ligt aan de basis van alle poëzie.

Hij bezit geen schoonheid zoals bv. een gedicht. Hij is de schoonheid zelf.

Veelayoedha

Drager van de speer: zuivere kennis of Jnàna is zijn wapen.

Nàgàsala

Nàgàsala is een plaats in Zuid-India. Shanmoekha heeft er op een bergtop een schrijn waarin een afbeelding van Hem wordt vereerd. Dit bedevaartsoord was een van de lievelingsplaatsen van Aroenagirinàthar. Hij vermeldt Nàgàsala in vele liederen.

In een ervan zegt hij: "O, waarom gaf de Schepper mij geen duizend ogen om de Heer te zien in Nàgàsala?"

Kroonjuweel van Devaloka

Devaloka is de wereld van de goden. Het grofstoffelijke heeft als achtergrond en ruggengraat een wereld van energie. Ieder centrum van energie of iedere Deva is een manifestatie van dezelfde Werkelijkheid.

Vers 12

De dief, schaker van Valli uit een rood hert geboren,
Die glorierijke Moeroegan, onsterfelijk en ongeboorn,
Toen Hij me woordeloos onderrichtte: "Wees stil,"
O wonder, kende ik zelfs niet één voorwerp.

Commentaar

Schaker van Valli

Tengevolge van een vervloeking door Rishi Kanva, dwaalden Vishnoe en Laxmie door een woud als Sivamoeni, een doofstomme wijze, en een rood hert. Op zekere dag zag Sivamoeni het hert en voelde zich tot haar aangetrokken. Zij beantwoordde zijn gevoelens en door hun wederzijdse blikken van liefde schonk het hert het leven aan een mensenkind van het vrouwelijk geslacht. Toen het hert zag hoezeer het kind van haar verschilde, liet ze het achter in een put. Het werd daar gevonden door een jager, Nambirajan van naam, die het kind Valli noemde, omdat hij het vond nabij een struik van klimplanten, Vallikkodi genoemd in het Tamil. Hij was buiten zichzelf van vreugde, want hij had zelf geen kinderen. Vanaf haar kinderjaren ontwikkelde Valli een grote liefde voor Moeroegan. Ze was vastbesloten niemand anders toe te behoren.

Devarshi Nàrada, de boodschapper tussen de verscheidene werelden, bracht het nieuws over aan Moeroegan.

Valli bewaakte het korenveld van haar stiefvader. Ze verjoeg er de vogels. Het is daar dat Moeroegan haar opzocht en haar devotie testte. Hij vermomde zich hiervoor eerst als een jager en dan als een oud man. Tenslotte openbaarde hij haar zijn identiteit en beloofde hij haar te zullen huwen. Valli wachtte dag en nacht op Moeroegan. Eindelijk kwam Hij. Hij schaakte Valli om middernacht.

Omdat Hij Valli's hart stal en haar schaakte wordt God door Aroenagirinàthar dief en schaker van Valli genoemd. Ook dat Hij haar schaakte om middernacht heeft een betekenis: Valli is het individuele Zelf dat smacht naar vereniging met het universele Zelf of de aldoordringende Werkelijkheid. Om middernacht slaapt alles en is het stil. Het is nacht voor de zinnen en de geest.

"Zijn woordeloze onderrichting aan mij," zegt Aroenagirinàthar, "was stil te zijn. En in die totale stilte was zelfs niet één voorwerp aanwezig."

De doofstomme wijze symboliseert het Bewustzijn. Het hert stelt de rusteloze geest voor. Uit beiden wordt het individuele Zelf geboren, dat opgroeit onder jagers, mensen van heel lage kaste. Het individuele Zelf verlangt naar eenheid met zijn oorsprong.

Vers 13

Moeroegan, Heer met de weergaloze speer en onze Goeroe,
Kan Dat worden gekend, tenzij door genade?
Niet met vorm, niet zonder; niet zijn, noch anderszins;
Geen duisternis, noch licht; aldus is het Absolute.

Commentaar

Speer en onze Goeroe

De Veel of speer symboliseert zuivere kennis of Jnàna. Moeroegan zelf is onze Goeroe of spirituele leraar. Hij verschijnt als onze Goeroe.

Vers 14

Moeroegan met zijn schitterende speer in hand, zoek zijn Voeten
En word gered, O geest! Geef op, geef spoedig op
De begeerten die door de vijf zinnen stromen,
Het lichaam, de mond, de ogen, de neus en de oren.

Vers 15

"Moeroegan, Koemaran, Goehan," dit te uiten en smelten
En het goddelijke ervaren, wanneer zult Gij me dit vergunnen,
O verheven Goeroe, die devoot wordt vereerd door Devas
En ook stervelingen, O verblijfplaats van acht deugden?

Commentaar

Moeroegan, Koemaran

"Moeroegan, Koemaran, Goehan" is een Mantra of Naam van de aldoordringende Werkelijkheid of God. Als geest en hart versmelten in de Japa of herhaling van de Mantra is Zelfrealisatie of Godservaring het resultaat. Moeroegan en Koemaran betekenen dat God schoonheid en eeuwigheid in wezen is.

Goehan

Goehan betekent: grot. De aldoordringende Werkelijkheid wordt zo genoemd omdat ze verborgen is. Ze verbergt zich voor onwetendheid. Ze verbergt zich achter onwetendheid. Sommige zaken zijn gekend. Andere zaken zijn nog onbekend. God echter is het Onkenbare of Goehan, want Hij is de Kenner zelf.

Verheven Goeroe

Elke Goeroe of spirituele leraar heeft zelf een Goeroe. God is de eerste Goeroe; Hij is wijsheid in wezen.

Vereerd door Devas

Hij wordt vereerd door Devas of goden, omdat Hij hun licht en leven is. Deva betekent: stralende. Ieder zintuig is een licht: het werpt licht op een bepaald voorwerp. Het oog is een licht. Het oor is een licht. Maar het Bewustzijn is het Licht der lichten. Ieder zintuig wordt voorgesteld door een Deva. De energie waardoor het oog ziet is dezelfde energie als die die werkt in het oor.

Vereerd door stervelingen

Degenen die bewust worden van het relatieve van wereldse dingen, de zieken, de verdrukten, degenen die hun wereldse zekerheden zien wankelen enz. richten zich automatisch tot een Hoger iets.

Verblijfplaats van acht deugden

De acht kenmerken van God zijn volgens de Tamilschriften:

1. Volstrekte onafhankelijkheid.
2. Niets kan Hem deren.
3. Hij begrijpt alles zonder enige inspanning.
4. Hij is alwetend, aangezien Hij Bewustzijn zelf is.
5. Hij is vrij van gehechtheid aangezien Hij volmaakt is.
6. Zijn genade kent geen grenzen, aangezien Hij geen dualiteit of egoïsme kent.
7. Hij is almachtig.
8. Hij is onbegrensde Zaligheid.

Vers 16

Getroffen door de dodelijke ziekte van onblusbare begeerte,
Is het billijk dat ik lijd, die van boze daden en zonder onderscheidingsvermogen ben,
O moedige, die onverschrokken zijn speer wierp
Om de eeuwenoude Soera te vernietigen, O beschermer van Devaloka?

Commentaar

De eeuwenoude Soera

De demon Soerapadma, symbool van onwetendheid, werd gedood door Moeroegans speer, zinnebeeldige voorstelling van zuivere wijsheid of Jnàna.

Beschermer van Devaloka

Alles in de natuur is slechts een manifestatie van energie. Een centrum van energie wordt gekenmerkt door schittering, kracht en intelligentie en wordt als het ware voorgezeten door een Deva. Devaloka betekent: wereld van de Devas of stralenden. God is de beschermer van Devaloka: Hij is er het licht en leven van; en bovendien is Hij degene die spontaan alle storingen in de huishouding van de energie bestrijdt.

De betekenis van vers 16 is: "O Heer, ik word onweerstaanbaar op sleeptouw genomen door mijn begeerten. En deze worden veroorzaakt door onwetendheid. Ik heb dit niet zelf gekozen; is het dan billijk dat ik zo moet lijden? Gij kunt mij verlossen, want Gij zijt de doder van onwetendheid."

Vers 17

De opvoeding die we kregen en ook ons innerlijk begrip
Werd ons door Veelayoedha, uit eigen beweging, verleend,
Laat dus je wereldse begoocheling los en houd vast aan de Waarheid,
Zing met je tong, zing zijn glorie van nu af aan.

Commentaar

Veelayoedha

Drager van speer. Hij hanteert wijsheid of Jnàna als wapen.

Vers 18

Ongeboren en onsterfelijk, niet-denkend en niet-vergetend,
Onbekend zelfs voor Schepper en Onderhouder, afstammeling van het Altijd-Zuivere,
O machtige, O smetteloze, O toevlucht, O beschermer
Van Amaràvati, O Soerapadma's schrik en terreur.

Commentaar

Ongeboren

Hij wordt door niets beperkt.

Onbekend zelfs voor ...

De Poerànas beschrijven alle een bepaalde godheid, bv. Brahmà (de schepper), Vishnoe (de onderhouder van de schepping), Siva (de vernietiger); ze verheerlijken die godheid en bedelen de andere goden een mindere rol toe. Dit is een veelbetekenend feit: de Poerànas prediken niet het bestaan van vele goden. Met behulp van verhalen doen ze geleidelijk aan de overtuiging postvatten dat er voorbij namen en vormen, voorbij het gekende en het niet-gekende één onvergankelijke Werkelijkheid is. De Poerànas verheerlijken de godheid die ze beschrijven, tot het tenslotte duidelijk wordt dat ze de weg wijzen naar het onkenbare Absolute, de Kenner en onveranderlijke Getuige van alle dingen.

Alles heeft een begin, duurt een tijd en eindigt dan. Maar vóór het begin, tijdens de voortzetting en na het einde is er het tijdloze, beginloze en eindeloze Ene. Je waakt, je droomt, je slaapt. Maar in waken, dromen en slapen is er het onveranderlijke Ene Bewustzijn, Het is die Eenheid in de verscheidenheid die het onderwerp is van de Poerànas. De verscheidene goden zijn slechts facetten van dezelfde Werkelijkheid, zoals waken, dromen en slapen van hetzelfde bewustzijn.

De Skanda Poeràna beschrijft Skanda (Sanskriet voor het Tamil-woord Kandar of Shanmoekha). Skanda is de zoon van Siva en de broer van Ganesha. Siva wordt door Aroenagirinàthar de Altijd- Zuivere (Vimalan) genoemd. Hij is het Absolute. Zijn twee afstammelingen zijn wijsheid en actie, zinnebeeldig voorgesteld door Ganesha en Shanmoekha. In de Skanda Poeràna komt een verhaal voor waarnaar Aroenagirinàthar verwijst in vers 18 met de woorden "Onbekend zelfs voor schepper en onderhouder": Brahmà, de schepper, en Vishnoe, de onderhouder van de schepping, hadden een discussie over het feit wie van hen beiden de grootste was. Ze besloten het uit te vechten en begonnen een oorlog, die jaren duurde. Siva, die een einde wou stellen aan het gevecht, verscheen voor hen in de vorm van een enorme zuil van licht. Brahmà en Vishnoe staakten de strijd om de zuil te bekijken. Siva sprak tot hen: "Waarom vecht u? Alleen Siva kent uw kracht. Wie de oorsprong van deze zuil van licht vindt is de grootste."

Onmiddellijk nam Vishnoe de vorm aan van een geweldige beer en begon te graven in de aarde om het begin van de zuil van licht te zoeken. Brahmà veranderde zich in een reusachtige zwaan en vloog hoog de lucht in op zoek naar het uiteinde van de zuil. Na lang zoeken keerden beiden terug, doordrongen van hun beperktheid. De enorme zuil van licht condenseerde zich tot de berg Aroenàchala (Achala betekent: berg, Aroena: rood) in

Tiroevannamalai, Zuid-India. Het is op de flank van die berg dat bv. Ramana Maharshi verbleef en zijn Aashram heeft. Op die manier zijn vele plaatsen in India verbonden met verhalen over goden en godinnen.

Beschermer van Amaràvati

Amaràvati is de hoofdstad van Svarga of de hemel van de Devas. De demon Soerapadma, zinnebeeldige voorstelling van de onwetendheid of het ego, overrompelde Amaràvati. Shanmoekha versloeg Soerapadma en plaatste Indra, symbool van de geest, opnieuw op de troon. Soerapadma beschouwde in het begin Shanmoekha slechts als een kleine jongen en zond zijn zoon Banoekopan. Maar deze werd onmiddellijk verslagen. Dan zond Soerapadma zijn broers, Simhamoekha en Tarakàsoera. Toen ook dezen werden verslagen trok de demon zelf ten strijde. Maar Shanmoekha vernietigde al Soerapadma's wapens (Astras); sommige met anti-wapens en andere met behulp van meditatie. Om die reden wordt Shanmoekha door Aroenagirinàthar de schrik en terreur van Soerapadma of onwetendheid genoemd. Vers 18 is het enige vers in de hele Kandar Anoebhøeti dat slechts Shanmoekha verheerlijkt. Alle andere verzen bevatten vermaningen, verzuchtingen, raadgevingen, enz.

Vers 19

Schoonheid, weelde, geest, goede eigenschappen,
Goede afkomst en familieprestige, alle vergaan, helaas,
O koning met de scherpe speer, beginloze en eindeloze,
Als armoede, de zondaar, zich in iemand toont.

Commentaar

De zondaar

Aroenagirinàthar noemt armoede een zondaar, want het is duidelijk dat ze iemand berooft van schoonheid, welstand, enz. Maar het vers betekent meer, want dat de woorden Pàvi (zondaar) en Velippadin (als zich manifesteert) zijn samengevoegd, wijst erop dat vooral Avidyà (onwetendheid) of spirituele armoede wordt bedoeld. Ook de aanspreking "koning met de scherpe speer (Veel)" is hiermee in overeenstemming. Een koning kan gemakkelijk iemands armoede verdrijven. Maar Veel-Moeroega, de koning der koningen, doodt spirituele armoede met Jnàna of wijsheid. Wijsheid is zijn scherpe speer.

Vers 20

Die hoogste Werkelijkheid, uiterst moeilijk te bereiken,
Verwierf deze dienaar door uw ervaring Oepadesh,
O grote boot, O beminde, O Heer van kracht en macht,
O Pranava, naar wie de Devas verlangen, O beschermer van de hemel.

Commentaar

Oepadesh

Oepadesh betekent: onderrichting, lering. Aroenagirinàthar zegt dat hij werd onderricht door ervaring.

Grote boot

Het zintuiglijk heelal is als een oceaan. Wijsheid is de veiligste boot. Het is een grote stevige boot, die niet kan kapseizen of vergaan. Hij is volstrekt veilig en biedt ook bescherming tegen de sterkste ondieren.

Pranava

Het Sanskrietwoord Pranava en het Tamilwoord Thàraga betekenen OM. OM is samengesteld uit de letters A, Oe en M. A symboliseert het begin, Oe de voortzetting en M het einde. Vóór het begin, tijdens de voortzetting en na het einde is er de basisklank, de basistrilling. A is de waaktoestand. Oe is de droomtoestand, M is de diepe slaap. Maar OM is het bewustzijn dat van die drie toestanden de basis of het substraat is. A is Brahmà, de schepper, Oe is Vishnoe, de onderhouder, M is Siva, de vernietiger. Maar aan de schepping, het geschapene en de vernietiging ligt Brahman, het Absolute, ten grondslag. Aroenagirinàthar spreekt Shanmoekha aan als Pranava, omdat deze alles bevat en omvat.

Naar wie de Devas verlangen

Hij is het licht en leven van alle energie.

Beschermer van de hemel

In Hem heeft onwetendheid geen plaats. Hij beschermt de innerlijke hemel van degenen die de stilte zoeken, die even onverenigbaar is met lijden als licht met duisternis.

Vers 21

Om de toestand van niet-denken en niet-vergeten te bereiken,
Wanneer zult Gij me vergunnen uw twee Lotusvoeten te bereiken,
O schenker van gaven, O Moeroega, O berijder van de pauw,
O beschermer, O verschrikkelijke Soerapadmakliever?

Commentaar

Uw Lotus voeten bereiken

De lotus symboliseert het Bewustzijn: het Bewustzijn is in de wereld maar is niet van de wereld. De lotus groeit in de modder, maar wordt er niet door bezoedeld. De hele schepping ontspringt als het ware aan de navel van God als een lotus. Dit betekent dat God de bron is van alles.

Devas, de zinnebeeldige voorstelling van de verscheidene facetten van de scheppingskracht, worden voorgesteld op een lotus. Het bereiken van de Lotusvoeten betekent: volledige overgave. Dit is de voorwaarde voor het realiseren van de Werkelijkheid, die de geest transcendeert.

Berijder van de pauw

De pauw symboliseert OM of evenwicht.

Moeroega

Hij is de schoonheid in wezen.

Soerapadmakliever

Soerapadma stelt Avidyà of onwetendheid voor. Deze wordt door Shanmoekha's speer, symbool van Jnàna of wijsheid gedood.

Vers 22

Op U mediteren, O Heer, als Koemareesan, van eeuwige jeugd,
En aan uw Voeten buigen, hoe heb ik die grote Tapas verdiend,
O Heer, die buigt aan de voeten van lieflijke Valli,
O Moeroega, O leider van de Devas, groot als de Meroeberg?

Commentaar

Op U mediteren

Aroenagiri mediteert op Shanmoekha als Kàlai. Koemaran Isan Kàlai betekent: van eeuwige jeugd. Koemaran betekent in dit verband: vernietiger van begoocheling of Màyà. Isan is de Heer van alles.

Aan uw voeten buigen

Overgave is een grote Tapas of een moeilijk te verwerven iets, evenals meditatie. Tapas betekent letterlijk: laaien als vuur, omdat het zuivert en verlicht.

Valli

Valli is de tweede gemalin of Shakti (energie) van Shanmoekha.

Ze symboliseert Ichchhà Shakti of de energie die aan de basis ligt van alle willen en begeren. Het feit dat Shanmoekha voor Valli buigt betekent dat Hij tegemoet komt aan degenen die Hem oprecht zoeken, die Hem echt begeren.

Meroeberg

Meroe is de grootste berg, de as van de wereld.

Leider van Devas

Shanmoekha wordt voorgesteld als de generaal van de Devas: Hij is volmaaktheid in actie. Hij is het licht en leven van alle energie.

Vers 23

Niet op uw Voeten mediterend uit onwetendheid,
Moet ik volledig verloren gaan; is het billijk, is het rechtvaardig,
O Heer met de speer scherp en dapper, Gij die de jageres omhelsde,
Die schitterende kruipplant, O berg van deugden?

Commentaar

Niet mediterend

Het lijden wordt veroorzaakt door niet te mediteren op de aldoordringende Werkelijkheid en niet te leven in overgave eraan.

De speer scherp en dapper

De wijsheid of Jnàna die Shanmoekha hanteert doodt alle onwetendheid.
"Daarom is het onmogelijk dat Gij mij zult verloren laten gaan," zegt de zoeker met Aroenagirinàthars woorden.

De jageres

Zie vers 12. Valli, symbool van het individuele Zelf, is van goddelijke oorsprong. Ze werd opgevoed door de jager Nambirajan, iemand van heel lage kaste. D. w. z. dat het individuele Zelf diep zinkt in zintuiglijkheid en wereldlijkheid, maar toch nooit ten volle zijn oorsprong vergeet. Valli wachtte dag en nacht tot Moeroega tenslotte verscheen te middernacht om haar te schaken. Dat Hij Valli omhelst betekent dat Hij degenen aanvaardt die in Hem een toevlucht zoeken.

Schitterende kruipplant

Valli wordt vergeleken bij een kruipplant en Moeroega bij een berg. De kruipplant groeit op de flanken van de berg, omhelst en siert hem als het ware en vindt er een steun en levensbron.

Berg van deugden

Moeroega is een berg of belichaming van deugden.

Vers 24

Op de borsten van vrouwen mijn doordringende blik
Gevestigd, zult Gij eraan denken uw genade op mij te vestigen,
O Heer met de speer lang en strijdlustig,
Die de Soera en de berg doorboorde, O koning van Devaloka?

Commentaar

Speer

"Ik ben uw genade niet waardig, maar de wijsheid die Gij hanteert faalt nooit, want ze doorboorde de demon Soerapadma (onwetendheid) en vernietigde zijn bescherming, de berg (berg van Karma), o licht en leven van alle energie (koning van Devaloka: verzen 2, 11 e.a.)."

Vers 25

Het leven, van meedogenloze Karmas, voor werkelijkheid nemend en genietend,
Moet ik ronddwalen en her en der worden geslingerd? Is het betamelijk?
Niet slechts uw handen, speer en voeten, maar uw hele wezen
Is rood van kleur, O moedige Heer, berijder van de pauw.

Commentaar

Rood van kleur

Zijn handen die in Abhaya Karangal (Sanskriet: Abhaya Moedrà, symbool dat "Vrees niet!" uitdrukt) worden gehouden, zijn rood door voortdurend geven. Zijn speer is rood van het bloed van de demon Soerapadma, verpersoonlijking van onwetendheid. Zijn voeten zijn rood door de voortdurende eredienst van zoekers. Zijn handen geven bescherming, zijn speer geeft wijsheid, zijn voeten geven Moksha of verlichting. Zijn hele lichaam is rood, wat de kleur van het leven, de liefde, oprechtheid, grootheid en schoonheid is.

Berijder van de pauw

De berijder is de meester van het rijdier. De pauw symboliseert harmonie, volmaakt evenwicht, OM.

Vers 26

Mij, die steunloos ben, uw genade te schenken,
Daaraan hebt Gij nog geen ogenblik gedacht.
Vedas, Aagamas, kennis, handeling en zelfs de geest,
Al deze transcendeert Gij, O kroonjuweel van de hemel.

Commentaar

Steunloos

Aroenagirinàthar bedoelt: "Ik baseer me op niets dan op U."

Geen ogenblik

Aroenagiri bedoelt: "Mocht Gij er zelfs maar één enkel ogenblik aandacht aan hebben besteed, dan zou ik uw genade hebben ontvangen. "

Vedas en Aagamas

Vedas en Aagamas zijn Schriften. God transcendeert alle Schriften, want woorden kunnen ten hoogste wegwijzers naar Hem zijn.

Vers 27

O, het leven dat kort is als de weerlicht begeerde ik vurig.
En waarom? Is het hier zo tengevolge van mijn noodlot,
O goud, O edelsteen, O waarheid, O belichaming van genade,
O koning, O grote voorzienigheid die de pauw berijdt?

Commentaar

Waarom ?

De zoeker vraagt zich af hoe hij zolang de Werkelijkheid heeft kunnen negeren, die zeldzaam is als goud, schittert als een edelsteen, die genade zelf is, de enige echte koning, die alles regelt en volmaakte harmonie is (de pauw berijdt).

Noodlot

Dit vers is een hulp om neerslachtigheid en depressie te overwinnen. Het leven is kort en er zijn talrijke hindernissen, maar door meditatie op Moeroega verzinken ze in het niets.

Vers 28

O goddelijke nectar die nooit oververzadigt, O koning met de scherpe speer,
O belichaming van wijsheid, wat moet er meer worden gezegd?
Dat wat was, het individuele ik ten volle verzwelgend,
Als louter zijn, was de transcendenten Werkelijkheid zelf.

Commentaar

In dit vers worden de drie eindstadia van de meditatie beschreven. De Werkelijkheid van de dingen wordt ervaren als:

1. Nectar die nooit oververzadigt: het geluk en genot die afkomstig zijn van zintuiglijke voorwerpen veranderen heel snel in vergif.
2. Koning met de scherpe speer: de speer of Veel (wijsheid of Jnàna) doodt alle onwetendheid.
3. Belichaming van wijsheid: God hanteert geen wijsheid, Hij bezit wijsheid niet als eigenschap, Hij is wijsheid zelf.

Scherpe speer

Moeroegans speer (Veel), symbool van Jnàna of wijsheid, heeft een lange schacht, de speerpunt is breed in het midden en scherp aan de top: als ze de onwetendheid doodt, wordt het denken diep, de visie breed en het begrip scherp.

Dat wat was als louter zijn

De basis van de dingen is geen niet-intelligent iets (Jadatva), het is integendeel Bewustzijn in wezen, het is Satchidànanda: Bestaan-Bewustzijn-Zaligheid.

Vers 29

In deze Màya , die in feite onwerkelijk is, hebt Gij mij geduwd.
Helaas, hebt Gij mij, van slecht gedrag, mijn onwetendheid niet vergeven.
Op uw twaalf machtige schouders, sterk in de strijd,
Draagt Gij de guirlande van mijn lied, O Heer met de schitterende ogen.

Commentaar

Twaalf schouders

Shanmoekha wordt voorgesteld roet zes gezichten en dus twaalf schouders. Hij keert zich naar het noorden, zuiden, oosten, westen, opwaarts en neerwaarts, wat symboliseert dat Hij alomtegenwoordig is.

Guirlande

De bedoeling van het vers is dat de zoeker in de wereld wordt geplaatst met een bepaalde opdracht. Van Aroenagirinàthar wordt verwacht dat hij Shanmoekha's lof zingt.

Vers 30

Veelayoedhan, vuurrood als de hemel, gaf me die dag
Die unieke goddelijke ervaring; als die vreugdevolle belevenis
Niet zelf werd ervaren -de enige manier-
Hoe kan ze dan aan een ander worden medegedeeld? Is het mogelijk?

Commentaar

Veelayoedhan

Drager van de speer. Degene die wijsheid als wapen hanteert.

Vuurrood als de hemel

De rode hemel bij zonsondergang doet denken aan Shanmoekha, want rood is de kleur van bloed en dus van de liefde en het leven.

Vers 31

In dit vergankelijk leven van sterfelijke Màya,
Helaas, deed Gij mij vallen en ten ondergaan.
Zijn er daden van mij laag en zondig,
O Heer die de pauw berijdt? Lang zult Gij leven.

Commentaar

Màyà

Màyà is de illusie waardoor men vergeet wie men in wezen is en zich vereenzelvigd met het lichaam.

Heer die de pauw berijdt

Dat Shanmoekha van de pauw zijn rijdier heeft gemaakt betekent dat hij de pauw heeft getemd. Deze stelt evenwicht, volstreekte harmonie voor. De keuze van deze aanspreking in verband met de gedachte die in vers 31 wordt uitgedrukt, betekent dat wordt aanvaard dat Shanmoekha's motieven zijn ontstaan uit harmonie.

Vers 32

Opgewonden schreeuwen wat in de Schriften staat en een intellect
Waarvoor golven van verwarring gaan, moet ik ze worden,
O minnaar van de wijfjesolifant van de kaste van de jagers,
O berg-doorborende, moedige Heer, O grote Skanda?

Commentaar

Minnaar

Valli is de zinnebeeldige voorstelling van het individuele Zelf; dat van goddelijke oorsprong is, maar zichzelf vergeet in zintuiglijkheid, terwijl het toch altijd blijft verlangen naar zijn oorsprong. Valli werd opgevoed door de kaste van de jagers (zie vers 12). Dit is een wrede kaste. Maar Valli zelf was zachtaardig als een wijfjesolifant. De wrede jagers zijn de geest en de zinnen.

Berg

De berg is het Karma waarachter de onwetendheid bescherming zoekt.

Skanda

Skanda betekent: iemand die wordt uitgezonden.

Vers 33

Zorgen om familie, rijkdom en goud die de geest benauwen,
Wanneer zal ik worden bevrijd uit dit dichte woud,
O voorspoedige en heilige gift van Mandhàkini,
O Heer Skanda, O Moeroega, O belichaamd mededogen?

Commentaar

Mandhàkini

De Devas of goden werden bedreigd door de Asoera Soerapadma: de zintuigen en de geest worden gekweld door onwetendheid. Ze vragen Siva, het hogere Bewustzijn, om hulp. Siva nam uit medelijden zijn vorm aan met zes gezichten en uit het derde oog van ieder gezicht flitste een krachtig licht te voorschijn, dat de hele oneindigheid vulde. Siva trok het dan terug en overhandigde het aan de windgod en de vuurgod en vroeg ze het in de rivier Ganges (ook Mandhàkini genoemd) te werpen.

Toen de Ganges het ontving veranderde ze in een vijver, Sharavana- pogai genoemd, (Skanda wordt daarom ook Sharavanabhava genoemd), waar het licht de vorm aannam van zes baby's op zes lotussen. Dit is de gift van Mandhàkini, de Avatàra van Skanda of degene die werd uitgestuurd.

De Skanda Avatàra symboliseert de manifestatie van het Absolute in de vijf elementen en het ontwaken van het spiritueel bewustzijn in de zoeker, die wordt gekweld door onwetendheid. Skanda wordt ook Moeroega genoemd, omdat Hij altijd mooi is.

Woud

Aroenagirinàthar vergelijkt een leven in de wereld bij de Vindhya-bergen in centraal India. Deze altijdgroene bergen zijn prachtig en aantrekkelijk, maar wie erin verdwaalt, vindt zijn weg niet meer terug en wordt verscheurd door wilde dieren.

Vers 34

Niet verloren gaan in de boze strikken van publieke vrouwen
En worden geruïneerd, gun me deze gift van genade,
O Heer Shanmoekha, die op de vurige pauw ten strijde trekt,
O goddelijke zoon van de rivier Ganges, O belichaming van genade.

Commentaar

Strikken

Aroenagirinàthar was, voor hij tot Yoga kwam, een vaste klant van publieke vrouwen. Hij geeft zoekers met vers 34 een gebed tegen lust.

Vers 35

Mijn daden zijn van aard dat ik het Karma-ervarend lichaam niet verlaat.
Om Moekti te bereiken, wanneer zult Gij me uw Lotusvoeten gunnen!
Buiten Valli, met een gezicht dat straalt als de maan,
Is het uw gelofte niemand anders te loven, O Heer van de hemel.

Commentaar

Lotusvoeten

De betekenis is dat de voorwaarde om Moekti of verlichting te bereiken overgave is of het verdwijnen van alle egoïsme.

Valli

Valli Devi heeft een voorhoofd dat schittert als de maan door haar eenpuntige devotie voor Moeroega. Moeroegans gelofte alleen Valli te loven betekent dat Hij slechts degenen aanvaardt die hun hart alleen aan Hem geven.

Vers 36

"Gegroet, O Heer Koemara!" toen Siva, de grote, dit zei en
U smeekte om uw Oepadesh, welk geheim hebt Gij dan gegeven?
Brahmà en de goden dragen op hun hoofd uw Lotusvoeten,
O Heer, Gij siert uw hoofd met de Voeten van de jagers.

Commentaar

Welk geheim

Hoe Skanda Oepadesh (onderrichting) gaf aan Siva wordt verhaald in de Skanda Poeràna: Brahmà en de andere goden gingen eens naar de berg Kailàsa om eer te bewijzen aan Siva. Ze gingen door de verblijfplaats van Skanda, die er -een kleine jongen nog- speelde met andere jongens. Brahmà, de schepper, ging hoogmoedig voorbij. Skanda wilde hem een les leren. Hij riep Brahmà en vroeg: "Nat is uw werk?" "Scheppen," antwoordde Brahmà. "Hoe doet gij het scheppingswerk?" "Met de hulp van de Vedas." "Kent gij de Vedas," vroeg Skanda. "Ja," antwoordde Brahmà. "Herhaal ze dan," zei Skanda. Brahmà begon de Rigveda te herhalen beginnend met OM.

"Stop!" zei Skanda, "kent gij de betekenis van OM?" Brahmà probeerde het uit te leggen, maar slaagde er niet in. Skanda gaf terstond het bevel om Brahmà aan te houden en nam het scheppingswerk zelf over op grond van het feit dat iemand die niet ten volle de betekenis van OM begrijpt niet geschikt is voor het scheppingswerk. De goden die Brahmà hadden vergezeld zochten Siva op en smeekten Hem om hulp. Siva gaf Skanda het bevel Brahmà te bevrijden. Met tegenzin, maar gehoorzaam aan de wens van zijn vader, liet Skanda Brahmà vrij. Brahmà en de andere goden begrepen nu Skanda's grootheid en plaatsten zijn Voeten op hun hoofd en vroegen dan zijn toelating om zich naar hun respectieve verblijfplaats te begeven. Daarom zegt Aroenagirinàthar: "Brahmà en de andere goden dragen op hun hoofd uw Lotusvoeten."

Siva nam daarop Skanda op zijn schoot en vroeg Hem de betekenis van OM te verklaren. Maar Skanda antwoordde dat het geheim van OM niet in het openbaar mag worden verklaard, maar moet worden overgeleverd in het geheim aan een waardige discipel. Onmiddellijk nam Siva de vorm aan van een discipel en vroeg om onderrichting met de

begroeting: "Gegroet, O Heer Koemara. Nàthà Koemara Nama." Skanda fluisterde het geheim in het oor van Siva.

Siva was tevreden, omdat Skanda het juist op dezelfde manier deed als Hijzelf het had gedaan tegenover Skanda. Hij zei: "Gij hebt gelijk. Soebrahmanyom Sadàsivom: wij beiden zijn OM in wezen. Slechts omdat Gij mijzelf zijt, kent Gij het geheim van OM. Van alle Yogis is slechts de wijze Agastya waardig om het geheim te vernemen. Onderricht hem en laat aldus deze Parampara (lijn van instructie) voortduren."

Jageres

De jageres is Valli, het individuele Zelf, die werd opgevoed door jagers, symbool van de geest en de zinnen. Alvorens Valli te aanvaarden testte Moeroega haar op verscheidene manieren. Daarna schiep Hij er genoeg in aan haar voeten te buigen. Dit betekent dat God de slaaf wordt van degenen die Hem oprecht beminnen.

Vers 37

De Heer die zijn machtige speer wierp naar de berg,
Zijn Parivàram (bondgenoot) ben ik. Deze status te bereiken
Verlang daarnaar, O geest. Met kennis die sereniteit wordt genoemd.
Dood het ego, met wortel en al.

Commentaar

Machtige speer

Zijn speer is het symbool van wijsheid of Jnàna. De berg is het Karma, waarachter de onwetendheid zich verbergt.

Aroenagirinàthar zegt: "Ik wil hierin met Hem meewerken of hierin zijn bondgenoot zijn en het ego doden met de kennis die sereniteit wordt genoemd." Dit vers geeft als meditatie "Aham Brahma_Asmi. Ik ben het Absolute zelf." In het Tamil is dit "(Naan) Iraiyan Parivàram. (Ik) behoort toe aan God."

Vers 38

Onwetend, niets kennend en, erger nog,
Slecht van aard, zo aanvaardde Gij mij. Wat hierover te zeggen,
O Gij die omkranst zijt met Koedhàla, O Heer van de jageres,
O Heer Veelayoedha, bezongen door ontelbare geesten?

Commentaar

Koedhàla

Koedhàla is een bergplant, met bloemen die niet mooi zijn en geen goede geur verspreiden. Dit vers geeft hoop aan iedereen.

Jageres

Zie vers 32, 36 e.a.

Veelayoedha

Drager van de speer. Zie vers 30.

Vers 39

Opdat de zeven grote levens ten einde lopen
Wanneer zullen de drie Eshanas, onafscheidelijk van Màyà, ophouden,
O koning , O minnaar van Valli de tedere jageres,
O grote Goeroe van Shankara, van voorspoedige vorm?

Commentaar

Zeven grote levens

De zeven soorten van levens zijn: planten, waterdieren, kruiddieren, vogels, zoogdieren, mensen, Devas. Ze worden groot genoemd, omdat in iedere soort een enorme verscheidenheid bestaat.

Eshanas

Je drie Eshanas of begeerten die de essentie van Màyà (illusie) vormen zijn:

1. de begeerte naar bezit of rijkdom,
2. het verlangen naar voortplanting,
3. de begeerte naar naam en faam.

Tedere jageres

Zie vers 32, 36, 38 e.a .

Goeroe

Zie commentaar bij vers 36. Shankara is Siva.

Vers 40

De Karma-verdrijvende, schitterende speer zal ik niet vergeten.
Kan ik dan verward en verbijsterd worden door dit vergankelijk leven,
O Heer, die de bron, de waterval en het gierstveld,
En naast al deze plaatsen ook de waakplaats bezocht?

Commentaar

Speer

Dit vers beschrijft de ware aard van de Veel of speer. Ze is heel wat meer dan Shanmoekha's wapen: ze is Bewustzijn zelf.

De bron

Skanda ging op zoek naar Valli, zinnebeeldige voorstelling van het individuele Zelf. Ze stond in het gierstveld om de vogels te verdrijven, soms ging ze naar de bron om te drinken of naar de waterval om te baden; maar dit alles deed ze overdag. Vóór zonsondergang keerde ze naar het dorp terug. Skanda wist dit, maar toch ging Hij op zoek naar haar op deze plaatsen als ze al naar huis was. Waarom deed Hij dit? Het was voor Hem een spel, een Lielà, een daad van genade. Het betekent dat de wereld voor Hem Màya, een illusie, is, die Hem niet bindt.

Vers 41

Red me van leven en dood en onder uw Lotusvoeten
Bescherm me, bescherm me wanneer Yama de ziel scheidt,
O drager van overwinningsguirlandes, O Moeroega, O berijder van de pauw,
O Heer van Yoga, O opperste Goeroe, schenker van Sivajnàna.

Commentaar

Yama

God van de dood.

Sivajnàna

Kennis van het Absolute of Zelfkennis.

Vers 42

Het hoogste Voorwerp kennen door te denken zonder te denken,
Zodra deze toestand -de weergaloze speer- wordt gegeven
Stoppen wereldse relaties en, O, stoppen ook de spraak en de geest
Stopt het intellect en, O, stopt ook de onwetendheid.

Commentaar

Voorwerp

Het voorwerp van meditatie (Koerie; Sanskriet: Lakshya) wordt gerealiseerd. Die toestand is Moekti, de verlichting. Het is de weergaloze Veel of speer, die het hart van de onwetendheid doorboort.

Denken zonder te denken

Dit is Aroenagirinàthars manier om uit te drukken dat de Waarheid voorbij de reikkracht ligt van woorden en dus niet afdoend kan worden geformuleerd. De meditatie of Samàdhi waarover hij spreekt is geen denken, maar het is evenmin een onbewuste toestand. Woorden zijn slechts wegwijzers ernaar. Hij moet worden ervaren. Er is geen andere methode.

Vers 43

O van haar die zuivere kleren en sieraden droeg
De beminde, O Moeroega, toen uw liefde-genade
De keten van begeerte tot stof herleidde,
Werd de Sprakeloze Ervaring geboren, allergrootst voorwaar.

Commentaar

Van haar de beminde

Shanmoekha is de beminde van Valli. Valli symboliseert het individuele Zelf. Ze werd opgevoed door jagers, zinnebeeldige voorstelling van de geest en de zinnen. Jagersvrouwen dragen vuile kleren en sieraden. Valli was echter altijd keurig verzorgd.

Vers 44

Moeroegan, de grote, met de vernietigende, weergaloze speer,
Gunde mij dat ik werd gekroond met zijn Voeten. O, wat te zeggen!
De verlichting, de glorierijke hoofden van de goden en de eeuwige Vedas,
Het hete woud en ook het veld schitteren met die Voeten.

Commentaar

Voeten

De Voeten symboliseren de Waarheid, die de zoeker ten volle opslorpt als hij zich eraan overgeeft. Die Waarheid schittert in Moksha (verlichting), op de hoofden van de Devas (manifestaties van de scheppingskracht), in de Vedas of Schriften, in het hete woud en in het gierstveld (zie vers 40). Valli hield de vogels weg van het gierstveld of verbleef soms in het woud. Haar devotie trok Skanda aan naar dat veld en dat woud. De wereld is als een veld of woud. God manifesteert zich op de wereld in degenen die Hem met eenpuntige devotie begeren.

De vernietigende, weergaloze speer

De Veel of speer is de wijsheid die de onwetendheid vernietigt. Ze is Thani, d.w.z. ze is het Absolute zelf.

Vers 45

Geen mensen te benaderen die hun geleerdheid verbergen,
En van hen te bedelen, wilt Gij me eeuwige wijsheid schenken,
O Heer, O Koelisàyoedha, O Koemara, O spirituele leraar,
O Heer van Deivayanai, O schenker van Yoga, O volheid van genade?

Commentaar

Verbergen

Aroenagirinàthar verlangt slechts de hoogste wijsheid en wil niet bedelen aan de deur van geleerden die hun kennis voor zichzelf houden. Ook Swami Sivananda zei: "Er is geen copyright, geen alle-rechten-voorbehouden in verband met goddelijke wijsheid." Waarom verbergen sommige mensen hun kennis? Omdat kennis hun handel is.

Koelisàyoedha

De Koelisà (Sanskriet: Vajra) is een van de wapens van Shanmoekha, waarmee hij o.a. de demon Simhamoekha doodde (zie commentaar bij vers 18). Om die reden wordt hij drager van Koelisà genoemd.

Deivayanai

Dit is het enige vers waarin Shanmoekha's tweede gemalin wordt vermeld. Deivayanai is de dochter van Indra. Indra symboliseert de geest en Deivayanai de kracht tot handeling of Kriyà Shakti (zie commentaar bij de Aanroeping).

Koemara

Hij is eeuwig jong.

Vers 46

Gij zijt mijn Moeder en Mijn Vader die me zegent,
O, aanvaard mij en verwijder al mijn geestelijke moeilijkheden,
O Skanda, O Heer met de schitterende speer, O lieveling van Oemà,
O Koemara, O glorierijke Heer van de onsterfelijke Vedas.

Commentaar

Oemà

Skanda is de zoon van Oemà, de gemalin van Siva, de Tejas of het licht dat uit het derde oog van Siva kwam (zie commentaar bij vers 33) en dat de vorm van Skanda aannam. (Skanda betekent daarom: degene die werd uitgezonden.)

Vers 47

Zesendertig transcenderend, de toestand daar voorbij,
Ben ik gezegend met Dat als mijn groot geluk?
Door Soerapadma te vernietigen, die U in toorn bevocht,
O Heer, koelde Gij de hemel en gaf hem aan de Devas.

Commentaar

Zesendertig

Volgens sommige filosofische scholen bestaat de schepping uit 36 Tattvas of principes. Aroenagirinàthar noemt daarom de natuur zes-zes, d.w.z. zesendertig. Je eenvoudige betekenis is dat God de natuur transcendeert, dat Hij de Werkelijkheid is voorbij of aan de basis van de dingen.

Soerapadma

De demon Soerapadma is de onwetendheid die de geest en de zinnen (Devas) berooft van hun hemel of vrede. Hij steekt het hart in brand. Shanmoekha doodde de demon, bluste de brand en schonk de hemel terug aan de Devas.

Vers 48

Als alle kennis stopt van wie U kent, O Heer,
Staat Gij dan niet onafscheidelijk in het bewustzijn?
Hun relaties tot nul herleid en de duisternis vernietigd,
O Veelava, verblijft Gij in degenen die hun begoocheling overwonnen.

Vers 49

Dat wat op zichzelf bestaat, moet men zelf realiseren.
Kan dat dan aan een ander worden geopenbaard,
O Heer met de fonkelende licht-speer, verscheiden van vorm,
Verdrijver van lijden van wie denkt, O luisterrijke, in genade gehuld?

Commentaar

Van wie denkt

Hij verdrijft het lijden van degenen die aan Hem denken.

Speer

De speer of de absolute Werkelijkheid (Kadir-Veel) schittert (Minnoem) en neemt verscheidene vormen aan (Vigirdhà): Minnoem Kadir-Veel Vigirdhà.

In genade gehuld

Het Atman of Zelf (Soedar) is van genade (Kripai) omgeven (Soer): Kripai Soer Soedar.

Vers 50

De rede verward, opgewonden en in diepe begoocheling,
Het doel van een goed leven verliezend, zal ik verloren zijn,
O zoon van de Ganges, almachtige Heer van wijsheid-zaligheid,
Vernietiger van de dapperheid van Dhithi's zonen, O machtige Heer?

Commentaar

De rede verward

Zelfs na jaren zijn twijfels mogelijk: "Ik beoefen al zolang Yoga en ik heb nog niets bereikt. Is het pad dat ik bewandel wel het juiste? Heb ik wel de juiste Goeroe? Ga ik vooruit of bedrieg ik mezelf?" Het doel van een goed leven is Anoebhoeti of Zelfrealisatie. "Het is onmogelijk," zegt Aroenagirinàthar, "dat ik zal verloren gaan." :De namen waarmee hij Shanmoekha aanspreekt getuigen van zijn vertrouwen:

Zoon van de Ganges

De Ganges stroomt onophoudelijk neer en bevrucht de vlakte. Zo stroomt ook Gods genade onophoudelijk neer (zie ook verzen 33 en 34).

Heer van wijsheid en zaligheid

Hij is de Heer van Jnàna (wijsheid) en Soekha (zaligheid).

Dhithi 's zonen

De demon Soerapadma (onwetendheid) en zijn broers waren zonen van Dhithi, de moeder van Asoeras of demonen.

Vers 51

Met vorm en vormloos, wat niet is en wat is,
Bloem en welriekendheid, juweel en schittering,
Lichaam en ziel, verlossing en regels van rechtvaardigheid,
O Goeha, kom als Goeroe en geef uw zegen.

Commentaar

Dit prachtig vers is de uitdrukking van een wijze die de Peesà Anoebhoeti, de sprakeloze ervaring bereikte (zie verzen 43 en 44). Voor zo'n wijze verliezen begrippen als met vorm en zonder vorm, zijn en niet-zijn, aangenaam en onaangenaam en een onderscheid als lichaam en ziel en noties als verlossing en regels van rechtvaardigheid hun betekenis.

Goeha

Goeha betekent grot. God verblijft in de grot van het hart. Hij is verborgen. Hij verbergt zich voor onwetendheid. Hij verbergt zich achter onwetendheid. Aroenagirinàthar eindigt met de smeekbede: "O Goeha, manifesteer U als Goeroe en geef uw zegen! Goeroevày Varoevày Aroelvày Goeganeel!"

V KIERTAN

Inleiding

Alles verandert en vergaat. Iets begint, duurt een tijd en eindigt. Maar vóór het begin, tijdens de voortzetting en na het einde is er de onvergankelijke werkelijkheid of God, die de basis is van alle namen en vormen. Die werkelijkheid is onzichtbaar. Maar dank zij Haar ziet het oog (zie blz. 54 e.v. in Swami Sivananda's toneelstuk). De geest wordt begrensd door tijd, ruimte en oorzakelijkheid en kan dus die eeuwige, oneindige, oorzaakloze werkelijkheid niet begrijpen. Maar dank zij Haar denkt de geest. Ze is zijn licht en leven. Woorden kunnen die werkelijkheid niet bepalen. Ze bepalen is ze loochenen. Maar dank zij Haar functioneert de spraak. Die werkelijkheid is dus dichterbij jou dan je oog, je Geest, je spraak, dichterbij je zelf dan jij zelf. Het is in die werkelijkheid dat je rust in de diepe slaap. Het is die werkelijkheid -je ware aard- die je vergeet als je wakker wordt, ten gevolge van het feit dat je je vereenzelvigd met je lichaam en je geest en met ontelbare namen, vormen en relaties. De Bhagavad Gietà zegt: "In dat waarin de wijze waakt, slapen de mensen en dat waarin de mensen waken, is nacht voor de wijze die ziet." Je bent niet het lichaam, je bent zelfs niet de denkende geest. Je moet voorbij lichaam en geest gaan, naar dat wat er de getuige van is, naar de werkelijkheid die je BENT.

Die werkelijkheid is één, maar de wijzen geven haar vele namen .

Kiertan is het zingen met gevoel (Bhava), liefde (Prema) en geloof (Shraddhà) van die Namen (Nàmàvalie, reeks van Namen), die je iets zeggen over je oorsprong, bron, doel, echte Goeroe, de zin van je leven en de betekenis van de woorden die ik hier gebruik; en dat niet alleen intellectueel. Ze doen veel meer: hun klank of trilling roept een bepaalde kwaliteit, een bepaalde ervaring op, die de naar buiten gaande neiging van de geest stopt, zodat je je niet langer vereenzelvigd met "wat je nooit was en realiseert wat je altijd geweest bent en vindt wat je in feite nooit verloor".

Kiertan wordt niet meerstemmig gezongen: het is geen koorzang . Volg de voorzanger.

"Er moet één ritme (Tàla) en één toon (Svara) zijn. Slechts dan volgt er vreugde, zaligheid en vervoering van de geest," schrijft Swami Sivananda in zijn "Practice of Bhakti Yoga". hij zei ook: "Een leven zonder Kiertan, is als een tuin zonder bloemen. " In dit hoofdstuk werd een prachtige reeks van Namen voor Kiertan samengebracht. Succes ermee!

OPENINGSKIERTAN

Mangalam Dishatoe Me Vinàyako
Mangalam Dishatoe Me Sarasvatie
Mangalam Dishatoe Me Maheshvarie
Mangalam Dishatoe Me Sadàsivah

Vertaling

Mogen Vinàyaka, Sarasvatie, Maheshvarie en Sadàsiva mij voorspoed brengen.

Goeroerbrahmà Goeroervishnoer Goeroerdevo Maheshvarah
Goeroe Sàkshàt Param Brahmà_Tasmai Shrie Goerave Namah

Vertaling

Zie Goeroestotram, blz. 12

Sarvamangala Màngalye Sive Sarvārtha Sàdhike
Sharanye Trayambake Gauri Nàràyani Namostoete

Vertaling

Gegroet, O Pàrvatie, gemalin van Siva, die succes en voorspoed schenkt en zoekers beschermt, O drieogige Doergà.

Lokàh Samastàh Soekhino Bhavantoe

Vertaling

Moge de hele wereld gelukkig zijn.

Jaya Ganesha Jaya Ganesha Jaya Ganesha Pàhimàm
Shrie Ganesha Shrie Ganesha Shrie Ganesha Rakshamàm

Jaya Sarasvatie Jaya Sarasvatie Jaya Sarasvatie Pàhimàm
Shrie Sarasvatie Shrie Sarasvatie Shrie Sarasvatie Rakshamàm

Jaya Shrie Laxmie Jaya Shrie Laxmie Jaya Shrie Laxmie Pàhimàm
Jaya Shrie Doerge Jaya Shrie Doerge Jaya Shrie Doerge Rakshamàm

Jaya Goeroe Siva Goeroe Hare Goeroe Ram
Jagadgoeroe Paramgoeroe Sadgoeroe Shyàm
Om Aadigoeroe Advaitagoeroe Aanandagoeroe Om
Chidgoeroe Chidghanagoeroe Chinmayagoeroe Om

Sadgoeroe Jaya Sadgoeroe Jaya Sadgoeroe Jaya Pàhimàm
Sadgoeroe Jaya Sadgoeroe Jaya Sadgoeroe Jaya Rakshamàm

Ràm Goeroe Jaya Ràm Goeroe Jaya Ràm Goeroe Jaya Pàhimàm
Ràm Goeroe Jaya Ràm Goeroe Jaya Ràm Goeroe Jaya Rakshamàm

Shyàm Goeroe Jaya Shyàm Goeroe Jaya Shyàm Goeroe Jaya Pàhimàm
Shyàm Goeroe Jaya Shyàm Goeroe Jaya Shyàm Goeroe Jaya Rakshamàm

Om Goeroe Jaya Om Goeroe Jaya Om Goeroe Jaya Pàhimàm
Om Goeroe Jaya Om Goeroe Jaya Om Goeroe Jaya Rakshamàm

Ràjaràjeshvarie Ràjaràjeshvarie Ràjaràjeshvarie Pàhimàm
Tripoerasoendarie Tripoerasoendarie Tripoerasoendarie Rakshamàm

Sharavanabhava Sharavanabhava Sharavanabhava Pàhimàm
Soebrahmanya Soebrahmanya Soebrahmanya Rakshamàm

Veel Moeroegà Veel Moeroegà Veel Moeroegà Pàhimàm
Veelàyoedhà Veelàyoedhà Veelàyoedhà Rakshamàm

Aanjaneya Aanjaneya Aanjaneya Pàhimàm
Hanoemanta Hanoemanta Hanoemanta Rakshamàm

Aadityàya Aadityàya Aadityàya Namah Om
Bhàskaràya Bhàskaràya Bhàskaràya Namah Om

Gangà Rànie Gangà Rànie Gangà Rànie Pàhimàm
Bhàgirathie Bhàgirathie Bhàgirathie Rakshamàm

Hare Ràma Hare Ràma Ràma Ràma Hare Hare
Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare

Namah Sivàya Namah Sivàya Namah Sivàya Pàhimàm
Namah Sivàya Namah Sivàya Namah Sivàya Rakshamàm

Om Shakti Om Shakti Om Shakti Pàhimàm
Brahmà Shakti Vishnoe Shakti Siva Shakti Rakshamàm

Ichchhà Shakti Kriyà Shakti Jnàna Shakti Pàhimàm
Aadi Shakti Mahà Shakti Parà Shakti Rakshamàm

Sarvanàma Sarvaroepa Sarvesha Pàhimàm
Sarvajnàna Sarvaroepa Sarvesha Rakshamàm

Om Tat Sat Om Tat Sat Om Tat Sat Om
Om Shàntih Om Shàntih Om Shàntih Om

Mahàmantra

Hare Ràma Hare Rama Ràma Ràma Hare Hare
Hare Krishna Hare Krishna Krishna Krishna Hare Hare

GOEROE

Vande Goeroedeva Jaya Jaya Goeroedev
Jaya Shrie Sivànanda Jaya Jaya Goeroedev

Sharanam Sharanam Sadgoeroe Sharanam

Satchidànanda Goeroe Satchidànanda
Shrie Goeroe Jaya Goeroe Satchidànanda
Jaya Goeroe Jagadgoeroe Satchidànanda
Param Goeroe Om Goeroe Satchidànanda

DEVIE

Gaurie Gaurie Gange Ràjeshvarie
Gaurie Gaurie Gange Bhoevaneshvarie
Gaurie Gaurie Gange Maheshvarie
Gaurie Gaurie Gange Mateshvarie

Gaurie Gaurie Gange Mahàkàlie
Gaurie Gaurie Gange Mahàlaxmie
Gaurie Gaurie Gange Pàrvatie
Gaurie Gaurie Gange Sarasvatie

KRISHNA

Bhajo Ràdhe Govinda Gopàla Tera Pyàra Nàma Hai
Gopàla Tera Pyàra Nàma Hai
Nandalàla Tera Pyàra Nàma Hai

Vertaling uit het Hindi

Vereer Ràdhà en Govinda. Zijn lieflijke naam is Gopàl. Zijn lieflijke naam is Nandalàla.

Shrie Krishna Govinda Gopàla Hare
Hari Nàràyana Hari Nàràyana
Siva Shankara Hara Siva Shankara
Siva Shankara Shambho Siva Shankara

Om Namò Bhagavate Vàsòedevàya

Krishnam Vande Jagadgoeroem Shrie
Krishnam Vande Jagadgoeroem

Krishna Krishna Moekoenda Janàrdana
Krishna Govinda Nàràyana Hare
Achyòetànanda Govinda Màdhava
Satchidànanda Nàràyana Hare

Shrie Krishna Chaitanya Prabho Nityànanda
Hare Ràma Hare Krishna Ràdhe Govinda

Shrie Krishna Govinda Hare Moeràre
He Nàtha Nàràyana Vàsòedeva

1. Ràma Krishna Hari Moekoenda Moeràri
Pàndoeranga Pàndoeranga Pàndoeranga Hari
2. Makara Koendala Dhàri
Bhakta Bandhoe Shauri
Moekti Dhàta Shakti Dhàta
Viththala Nara Hari
3. Toelasidhàra Kandara
Bhakta Hridaya Mandira
Mandaràdhi Dhara Moekoenda
Indiresha Shrie Hari
4. Ràjasa Soekoemàra
Mohana Kàra
Karoena Sàgara
Achyòeta Shrie Hari
5. Jagatreya Jievana
Keshava Nàràyana
Màdhava Janàrdana
Aananda Ghana Hari
6. Poendarieka Varada
Pandarinàtha Shoebhada
Andajavàhana Krishna
Pàndoeranga Hari

7. Jnànadeva Samstoeta
Nàmadeva Kiertita
Toekaràma Poejita
Dàsa Keshava Sannoeta

RAMA

Ràmachandra Raghoeviera Ràmachandra Ranadhiera
Ràmachandra Raghoenàtha Ràmachandra Jagannàtha
Ràmachandra Raghoe Ràma Ràmachandra Paramdhàma
Ràmachandra Mama Bandho Ràmachandra Dayàsindho

Ràma Ràma Bolo Sieyà Ràma Bolo

Ràma Ràghava Ràma Ràghava Ràma Ràghava Pàhimàm
Krishna Keshava Krishna Keshava Krishna Keshava Rakshamàm

Raghoepati Ràghava Ràja Ràm Patita Pàvana Sietà Ràm
Jaya Raghoenandana Jaya Sieyà Ràm Janakie Vallabha Sietà Ràm
Ràma Ràma Jaya Ràja Ràm Ràma Ràma Jaya Sietà Ràm

SIVA

Shambho Mahàdeva Chandrashoeddha
Shankara Sàmba Sadàsiva
Gangàdhara Hara Kailàsa Vàsa
Pàhimàm Pàrvatie Ramana
Sivàya Sivàya Sivàya Namah Om
Sivàya Namah Om Namah Sivàya
Sivàya Namah Om Haràya Namah Om

Hara Hara Mahàdeva Shambho
Kàshie Amarnàtha Gange
Hara Hara Mahàdeva Shambho
Kàshie Vishvanàtha Gange
Kàshie Amarnàtha Gange
Kàshie Vishvanàtha Gange

Jaya Siva Omkàra Jaya Jaya Bhava Siva Omkàra
Brahmà Vishnoe Sadàsiva Hara Hara Hara Hara Mahàdeva

Namah Sivàya Namah Sivàya
Namah Sivàya Namah Japore
Namah Sivàya Kiertan Karore
Namah Sivàya Nartan Karore
Namah Sivàya Bhajan Karore

Namah Sivàya Poejan Karore
Namah Sivàya Archan Karore
Namah Sivàya Vandan Karore
Namah Sivàya Manan Karore
Namah Sivàya Dhyànam Karore
Namah Sivàya Seva Karore
Namah Sivàya Aatman Karore

Vertaling

O, doe Japa en Kiertan van Om Namah Sivàya, dans (Nartan) en zing (Bhajan) Om Namah Sivàya, doe Poejan (ritueel) , Archan (aanbidding), Vandan (verering), overdenking Manan), meditatie (Dhyàna), dienstbetoon (Seva), Zelfbewustzijn (Aatman) met Om Namah Sivàya.

Sivàya Namah Om Sivàya Namah
Sivàya Namah Om Namah Sivàya
Siva Siva Siva Siva Sivàya Namah Om
Hara Hara Hara Hara Namah Sivàya
Siva Siva Siva Siva Sivàya Namah Om

Bhoem Bhoem Bhoem Bhoem Namah Sivàya
Siva Sàmba Sadàsiva Sàmba Sadàsiva
Sàmba Sadàsiva Sàmba Siva
Siva Siva Shankara Hara Hara Shankara
Jaya Jaya Shankara Namàmi Shankara

Om Siva Om Siva Omkàra Siva
Oemà Maheshvara Tava Sharanam
Namàmi Shankara Bhavànie Shankara
Girijà Shankara Tava Sharanam
Bhavànie Shankara Mridànie Shankara
Paràtparah Siva Tava Sharanam
Gaurie Shankara Mridànie Shankara
Shambho Shankara Tava Sharanam

Aroenàchala Siva Ramanàchala Siva

ADVAITA

Akhanda Ràm Ràm Anàda Ràm Ràm
Advaita Ràm Ràm OM OM OM

Chidghana Ràm Ràm Chinmaya Ràm Ràm
Chidroepa Ràm Ràm OM OM OM

Asanga Ràm Ràm Akarta Ràm Ràm
Abhokta Ràm Ràm OM OM OM

Vibhoe Ràm Ràm Vishoeddha Ràm Ràm
Vyàpaka Ràm Ràm OM OM OM

SWAMI SIVANANDA'S UNIVERSAL PRAYER

O Adorable Lord of Mercy and Love!
Salutations and prostrations unto Thee.
Thou art Satchidànanda.
Thou art Omnipresent, Omnipotent, Omniscient;
Thou art the Indweller of all beings.
Grant us an understanding heart,
Equal vision, balanced mind,
Faith, devotion and wisdom.
Grant us inner spiritual strength
To resist temptations and to control the mind.
Free us from egoism, lust, anger, greed, hatred and jealousy.
Fill our hearts with divine virtues.
Let us behold Thee in all these names and forms.
Let us serve Thee in all these names and forms.
Let us ever remember Thee.
Let us ever sing Thy Glories.
Let Thy Name be ever on our lips.
Let us abide in Thee for ever and ever.

SHANTIMANTRAS

1. Om Tryambakam Yajàmahe Soegandhim Poeshtivardhanam
Oervàroekamiva Bandhanàn Mrityormoekshieya Màmritat
2. Om Sarveshàm Svastir Bhavatoe Sarveshàm Shàntir Bhavatoe
Sarveshàm Poernam Bhavatoe Sarveshàm Mangalam Bhavatoe
3. Om Sarve Bhavantoe Soekhinah Sarve Santoe Niràmayàh
Sarve Bhadràni Pashyantoe Mà Kashchid Doehkhabhàgbhavet
4. Om Asato Mà Sadgamaya
Tamaso Mà Jyotir Gamaya
Mrityor Mà Amritam Gamaya
5. Om Poernamadah Poernamidam Poernat Poernamoedachyate
Poernasya Poernamàdàya Poernamevavashishyate

Vertaling

1. Om. Wij vereren de drie-ogige, die welriekend is en alle wezens voedt. Moge Hij ons verlossen van de dood en de onsterfelijkheid geven, zoals men de komkommer losmaakt (van zijn ranken).
2. Om. Mogen allen welzijn kennen. Mogen allen vrede kennen. Mogen allen volwaardig zijn. Mogen allen voorspoedig zijn.
3. Om , Mogen allen gelukkig zijn. Mogen allen vrij van ziekte zijn. Mogen allen het goede in de anderen zien. Moge niemand zorgen kennen.
4. Leid mij van het onwerkelijke naar het Werkelijke, leid me van de duisternis naar het Licht, leid me van de dood naar de Onsterfelijkheid.
5. Zie Shàntipàthah 5

SARVAM BRAHMARPANAM

1. Kàyena Vàchà Manasendriyairvà
Boeddhyàtmanà Và Prakriter Svabhàvət
Karomi Yadyat Sakalam Parasmai
Nàràyanàyeti Samarpayàmi
2. Tvameva Mātà Cha Pità Tvameva Tvameva Bandhoesh Cha Sakhà Tvameva
Tvameva Vidyà Dravinam Tvameva Tvameva Sarvam Mama Devadeva
3. Anyathà Sharanam Nàsti Tvameva Sharanam Mama
Tasmāt Karoenyà Bhàvena Raksha Raksha Mahàprabho
OM OM OM

Vertaling

ALLES ZIJ HET ABSOLUTE GEOFFERD

1. Wat ik ook doe met mijn lichaam, mijn geest, mijn zintuigen, mijn intellect, mijn Aatman of door de neigingen van de natuur, alles draag ik op aan Nàràyàna.
2. Gij alleen, O God der goden, zijt mijn moeder, mijn vader, mijn bloedverwant, mijn vriend, mijn wijsheid, mijn weelde, mijn alles.
3. Er is geen andere toevlucht, Gij alleen zijt mijn toevlucht. Heb daarom medelijden en bescherm mij, almachtige Heer.

What is the matter?

What is the matter?
Are you alright?
Salutations to the Lord.
It does not matter, it does not matter.
Go there, go there, go there.

YOGA OF SYNTHESIS

Swami Sivananda

Serve, love, give, purify, meditate, realize.
Be good, do good. Be kind, be compassionate.
Bear insult, bear injury, highest Sàdhana.
Enquire: "Who am I?"
Know thy Self and be free.
You are not this body, not this mind,
Immortal Self you are.
Realize this and be free.
This is your foremost duty.
Never postpone,
But do it now.
Thus says Sivananda.

You came alone (weeping), will go alone (weeping),
No one will follow.
Do Japa, do Kirtan
This will follow.

Why do you fight in vain with your brothers (sisters)?
Fight with the mind and the Indriyas (senses).
Life is short, time is fleeting.
Many obstacles.
Therefore practice Yoga now.

VI
VERHALEN en GEDICHTEN
van SWAMI SIVANANDA

I. 5 SPIRITUELE VERHALEN VAN SWAMI SIVANANDA

1. DE ONTBREKENDE TIENDE

Tien mensen staken een rivier over.
Ze telden hun aantal
Om na te gaan of ze allen
Veilig aan de overkant waren geraakt.
Degene die de anderen telde
Vergat zichzelf mee te tellen.
Ze geloofden allen vast
Dat een van hen werd vermist.
Degene die telde kwam aan het getal negen.
Het feit ontging hem
Dat degene die telde zelf de tiende persoon was.
Ieder van hen, ofschoon zelf de tiende,
Dacht dat de tiende niet te zien was
En er dus niet was.
De begoocheling is het gevolg van onwetendheid.
Dit wordt Aavarana of sluier genoemd.
De teller kwam tot het besluit
Dat de tiende man verdronken was.
Hij begon bitter te wenen.
Ook dit is het gevolg van onwetendheid
Het wordt Vikshepa genoemd.
Terwijl deze mensen bitter aan het wenen waren,
Kwam er een eerbiedwaardig man voorbij,
Op wiens woord men kon vertrouwen.
Hij kende de oorzaak van hun droefheid
En verzekerde hen dat ze nog met tien waren.
Ze aanvaardden zijn bevestiging.
De kennis betreffende het bestaan van de tiende man,
Die wordt afgeleid van deze bevestiging,
Kan Paroksha of onrechtstreeks worden genoemd.
De eerbiedwaardige vriend telt hun aantal,
En toont zodoende aan dat ieder van hen
Verzuimd had zichzelf mee te tellen en
Werkelijk de tiende persoon was.
Ze zagen allen de waarheid van deze bewijsvoering in,
Verheugden zich en hielden op met wenen.
De kennis in dit geval is Aparoksha of rechtstreeks.

Zo ook verklaart de Aapta Poeroesha of gerealiseerde Wijze
Eerst aan de zoeker:
"Je bent niet dit lichaam, je bent het onsterfelijk Zelf."
Dit is de Paroksha Jnàna of onrechtstreekse kennis.
Dan zegt hij: "Tat Twam Asi. Gij zijt Dat."
Dit is de Aapta Vākya (getuigenis van de wijze).
De zoeker mediteert en realiseert
De waarheid van de Mahà Vākya (grote zin).
Dit is de Aparoksha Jnàna of rechtstreekse kennis van Brahman.

2. EEN LANGE BAARD IN EEN NACHT

Ràma was verslaafd aan Bhang (een drug).
Hij ging naar een winkel om tien uur 's avonds
En vroeg om acht Annas amandelen.
Hij legde een Roepie op de toonbank.
De winkelier zei: "Ik ben aan het sluiten,
Kom morgen terug."
Ràma antwoordde: "Maar ik heb ze nodig."
De winkelier gaf Ràma amandelen,
Maar betaalde hem niets terug, omdat hij geen wisselgeld had.
Er lag een stier voor de winkel.
Ràma baseerde zich op dit teken om de winkel te herkennen.
De volgende morgen ging hij naar de winkel
Om zijn geld te halen.
De stier lag nu voor de winkel van de kleermaker.
Rama ging er binnen en vroeg zijn wisselgeld.
De winkelier zei: "Maar ik deed geen zaken met u."
Ràma antwoordde: "U liegt.
Schaamt u zich niet, u hebt zelfs uw
Baard laten staan; en dat voor enkele munten?"

3. MILK, DOED, PAL, KSHIERAM

Vier mensen hadden ruzie.
De ene sprak Engels.
De andere sprak Hindoestani.
De derde sprak Tamil.
De vierde sprak Sanskriet.
De Engelsman vroeg milk.
De Hindoestani vroeg Doed.
Degene die Tamil sprak vroeg Pàl.
Degene die Sanskriet sprak vroeg Kshieram.
Een taalkundige die de vier talen kende

Bracht ze allen een glas melk.
Ze dronken de melk uit en de ruzie eindigde.
Zo ook vechten onwetende mensen
Die de essentie van de verscheidene religies niet kennen.
De hoofdzaken zijn in alle religies gelijk.
Wees verdraagzaam, wees universeel.
Respecteer alle religies en alle profeten.
Ken de essentie en geniet van de hoogste vrede.

4. HET VERHAAL VAN EEN VARKEN

Rishi Nàrada voelde eens medelijden met een varken en zei:
"Kom met mij naar de hemel, vriend,
Je zult er het eeuwig geluk vinden en er
In hemelse wagens rijden en aanzitten aan hemelse feesttafels.
Je zult er genieten van hemelse muziek en dans.
Hemelse dames zullen je er altijd bedienen."
Het varken antwoordde: "O eerbiedwaardige Rishi,
Zijn er daar verse uitwerpselen?"
De Rishi zei: "Er is daar geen afval."
"Dan kom ik niet mee," zei het varken.
O onwetende wereldlingen, gedraag je niet zoals dit varken.
Zeg niet: "Wat kan Moksha (verlichting) me geven?
Welk nut heeft het in Nirvikalpa Samàdhi te gaan?
Waarom zou men zijn eigen persoonlijkheid verliezen?
Welk nut heeft het als een blok steen in Samàdhi te zitten?
Welke kracht kan Yoga me geven?
Welk nut heeft het de wereld te verzaken?"
O onwetende mens, de vreugde van de drie werelden,
Is slechts een druppel in de oceaan van de zaligheid van Brahman.
Deze wereld is een bal van vuur en vol van lijden.

5. DE KONING EN DE WIJZE

Een koning ontmoette een wijze aan de oever van de Ganges.
De wijze droeg slechts een lendendoek.
Hij was vol van zaligheid en blijgezind.
Zijn gezicht straalde.
De koning was hoogst verwonderd.
Hij begon een gesprek met de wijze:
"O wijze, wat is de oorzaak van uw geluk? U bezit geen schat."
De wijze antwoordde: "Ik heb in het geheel geen begeerten.
Waarom heb ik dan een schat nodig?"
De koning zei: "U hebt geen leger."
De wijze antwoordde: "Ik heb geen vijanden,
Waarom is er dan een leger nodig?"

De koning zei: "U hebt geen paleis."
De wijze antwoordde: "Mijn paleis is groot en prachtig:
De hele wereld is mijn paleis.
De hemel is het baldakijn.
Het gras is mijn fluwelen tapijt.
Mijn armen zijn het hoofdkussen.
De windstreken zijn mijn gewaad."
De koning zei: "U hebt vrouw noch zoon."
De wijze antwoordde: "Shànti (vrede) is mijn mooie vrouw.
Brahma_Jnàna (kennis van het Absolute) is mijn zoon."
De koning was diep bewogen door het antwoord van de wijze.
Hij verzaakte zijn koninkrijk en werd een discipel van de wijze.
Onthechting en verzaking maken van iemand een koning van koningen.

II. 45 GEDICHTEN van SWAMI SIVANANDA

1. MIJN RELIGIE

Ik verzaakte alle sekten.
Ik verzaakte alle geloven en dogma's.
Mijn religie is de religie
Van waarheid en liefde.
Mijn religie is de religie van het hart.
Mijn religie is de religie
Van Oepanishads en Vedanta.
Mijn religie is de religie van OM.
Mijn religie is de religie
Van dienstbetoon, offerzin en onthechting.
Mijn religie is de religie
Van goedheid, vriendelijkheid en verdraagzaamheid.

2. ALLEN ZIJN GELIJK

Eén ziel verblijft in allen.
Er is één mensheid.
Er is één broederschap.
Er is één Aatma-schap.
Niemand is hoog.
Niemand is laag.
Allen zijn gelijk.
Ijdel is alle onderscheid.
Barrières door de mens gemaakt
Moeten meedogenloos worden neergehaald.
Dan alleen zal er vrede zijn op deze wereld.

3. WAAROM WEEN JE NIET?

Als een mens weent,
Vraag je hem: "Waarom ween je?"
Je vraagt niet aan iemand:
"Waarom ween je niet?"
Wenen is het gevolg van een illusie.
Wenen ontstaat uit onwetendheid.
Wenen is niet onze ware aard.
Zaligheid alleen is onze wezenlijke aard.
Zaligheid is Brahman of de eeuwigheid.
"Gij zijt Brahman. Tat Twam Asi. "
Realiseer Brahman en wees vrij.

4. WIJSHEID

Geef Ahamta en Mamata,
Ik-heid en mijn-heid op.
Zie het Aatman in allen.
Zie je Zelf in allen.
Zie je Zelf als de wereld.
Dit is Jnàna of wijsheid.

5. BEREIK DE VERLICHTING

Breng een lamp,
De duisternis verdwijnt.
Breng een lamp,
De slang in het touw verdwijnt.
Het beven stopt.
Angst valt van je af.
Ontsteek het licht van de Zelfkennis,
De duisternis van onwetendheid zal verdwijnen.
Angst, lijden, zorgen, begoocheling zullen verdwijnen.

6. ONTWIKKEL INTUITIE

Rede en logica zullen je niet helpen
De Zelfrealisatie te bereiken.
Het intellect is een begrensd en zwak instrument.
De rede kan werken binnen tijd-ruimte.
Maar het Aatma reikt voorbij tijd en ruimte.
Alleen intuïtie kan het Aatma kennen.
Geef daarom het argumenteren en logische haarklieverijen op.
Ontwikkel intuïtie door meditatie.

7. WEES RUSTIG EN WEET

O, mens,
Je bent de rechtmatige erfgenaam van God.
Verheug je,
Je bent niet gebonden.
Loof Hem,
Van wie alle zaligheden voortvloeien.
Hij vult je eigen wezen.
Wees stil, wees rustig en weet.

8. NIEMAND IS GELUKKIG OP DEZE WERELD

Een rijk man heeft veel geld,
Maar hij heeft geen kinderen
En dat knaagt aan zijn hart.
Een arm man heeft veertien kinderen,
Maar hij heeft niets te eten
En daarom voelt hij zich ellendig.
Een man heeft geld en kinderen.
Maar zijn zoon is een nietsnut
En daarover maakt hij zich zorgen.
Een man heeft geld en goede zonen,
Maar zijn vrouw is twistziek.
Niemand tenzij een wijze is gelukkig op deze wereld.

9. JE KWAM ALLEEN

Je kwam alleen.
Je zult alleen vertrekken.
Je kwam wenend.
Je zult wenend vertrekken.
Je kwam met lege handen.
Je zult met lege handen vertrekken.
Wees goed, dien, bemin, geef,
Wees koel, wees onthecht.
Onderzoek, mediteer en realiseer.

10. KIJK NAAR BINNEN

Als je oren hebt om te luisteren, luister.
Als je ogen hebt om te zien, zie.
Als je een hart hebt om te voelen, voel.
Als je een geest hebt om te denken, denk.
Sluit de uiterlijke instrumenten af.
Leer naar binnen kijken.
Ontwikkel het oog van de intuïtie.
Rust in Satchidànanda Aatma
(Het Zelf dat Bestaan-Bewustzijn-Zaligheid is).
Geniet de blijvende vrede van de eeuwigheid.

11. ZOEK HET EEUWIGE

Het is niet zeker dat je vanavond nog zult leven.
Denk niet dat deze wereld eeuwig is.
Wil je iets goeds doen, doe het dan nu.
Want wie weet wat er morgen gebeurt.
Een dokter telefoneert
En sterft als hij de trap opgaat.
Zo onzeker is hier het leven.
Zoek het eeuwige.
En wees altijd gelukkig.

12. DE ONSTERFELIJKE VRUCHT

Ik heb de vrucht,
Die het leven vruchtbaar en onsterfelijk maakt.
Het is een onsterfelijke vrucht,
Die volmaaktheid en vrijheid schenkt.
In mijn hart
Groeit de boom van Brahman,
Die emancipatie als vrucht draagt.
Ik eet de nectarachtige vrucht.
Kom vrienden, voeg je bij mij
En proef deze goddelijke vrucht nu.

13. MAN IN VROUW

Christine Jorgensen,
Vroeger George Jorgensen, 26 jaar,
Gewezen Amerikaanse G.I.,
Veranderde in een vrouw
Na een reeks van plastische operaties
En een hormonenbehandeling in een Kopenhaagse kliniek.
Hij kreeg 2000 inspuitingen in twee en een half jaar.
Zijn lichaam ontwikkelde rondingen, zijn boezem groeide,
Huid en spieren werden zachter,
Zijn baard verdween geleidelijk.
Hij draagt vrouwenkleren,
Zijn handschrift veranderde aanzienlijk,
Hij kreeg vrouwelijke heupen,
Hij gebruikte poeder, lippenstift en parfum.
Volgens mij is de volledige verandering
Van een man in een vrouw,

Of omgekeerd, een onmogelijkheid.
Slechts als er eierstokken en een baarmoeder zijn
Kan men spreken van vrouwelijke organen
En zeggen dat een man in een vrouw veranderde.
En wat is tenslotte het nut van zo'n verandering?
Tatà kim tatà kim tatà kim (wat dan wat dan)?
Kan dit eeuwige zaligheid geven?
Dit is een andere list of bedrog van Màyà.
Verander jezelf in Brahman
Door devotie, zelfonderzoek en meditatie.
Hiervoor zijn geen plastische chirurgie
Of hormonale inspuitingen nodig.
Je zult de eeuwige zaligheid genieten.

14. TREK ME AAN

Ik kan dicht bij jou komen,
Maar je moet me aantrekken
Door je geloof en devotie.
Ik wil de troon in je hart bestijgen,
Maar je moet het onkruid van onzuiverheid
Uit je hart verwijderen.

15. BOOR DE BRON AAN

Er is een licht dat nooit verduistert.
Er is een schoonheid die nooit verwelkt.
Er is een drank die onsterfelijk maakt.
Er is een stilte die altijd welsprekend is.
Er is een vriend die eeuwig is.
Er is een vrede die altijd vertroost.
Er is een zaligheid die nooit vergaat.
Er is een rijk dat geen grenzen kent.
Er is een eeuwig leven dat altijd vreugdevol is.
Het is Aatma, je meest innerlijke Zelf, bewoner,
De bron van de hele schepping.

16. EINDIG VOORONDERSTELT ONEINDIG

Eindig vooronderstelt oneindig.
Verandering vooronderstelt onveranderlijkheid.
Gevolg vooronderstelt oorzaak.
Wet vooronderstelt wetgever.
Brahman is oneindig, onveranderlijk en zonder oorzaak.
Realiseer de onveranderlijke oneindigheid.
En wees altijd gelukkig.

17. SLUIT DE DEUR VAN JE HART NIET AF

De dokter kwam met geneesmiddelen enz.
Om de patiënt te behandelen.
Hij stond aan de deur,
Maar de patiënt sloot de deur aan de binnenzijde af.
Zal de patiënt geholpen worden? Neen.
Zo kwam ook de Goeroe naar de zoeker toe
Om spirituele instructies te geven.
Maar de zoeker schonk er geen aandacht aan.
Hij was zelfgenoegzaam en zorgeloos.
Hij sloot de deur van zijn hart af.
En zoals de patiënt werd hij niet geholpen.

18. DIT IS DE WEG

Ik ben in deze tijd verschenen
Om de weg te wijzen aan de mensen.
De weg is:
Vereenvoudig je leven.
Zuiver je hart.
Dood je egoïsme en je trots.
Cultiveer kosmische liefde.
Beoefen zelfbeheersing.
Dien allen, bemin allen.
Luister, denk na, mediteer.
Onderzoek en ken je Zelf.
Leef in de eeuwigheid.

19. WEES GOED, DOE GOED

Wees goed, doe goed.
Spreek goed, denk goed ...
Doe al het goede dat je kunt.
Met zoveel middelen als je kunt.
Op zoveel manieren als je kunt.
Zo vaak als je kunt.
Voor zoveel mensen als je kunt.
Zolang je kunt.

20. IK BEN U ZELF

O aanbiddelijke Heer van medelijden,
Als Gij de Himalayas zijt,
Een ik het trillend atoom.
Als Gij de tuin zijt,
Ben ik de bloem.

Als Gij de oceaan zijt,
Ben ik de druppel of de vis.
Als Gij de Viràt (heelal) zijt,
Ben ik de kleine cel.
Als Gij de zon zijt,
Ben ik de ster of de straal.
Als Gij alwetend zijt,
Ben ik het intellect,
Als Gij de lotus zijt,
Ben ik het bloemblad.
Ik ben altijd U zelf.
Ik ben altijd in uw Zelf.

21. GIJ ZIJT SCHOONHEID EN LELIJKHEID

O Heer, Gij zijt in de kerk,
In de moskee en de Mandir (tempel),
Gij zijt de Yogi en de dwaas,
Gij zijt de rivier en de oceaan,
Gij zijt de hemel en de zon,
Gij zijt de weldoener en de moordenaar,
Gij zijt de schoonheid en de lelijkheid,
Gij zijt de rechter en de dief.

22. IK STA AAN JE ZIJDE

O kind van de onsterfelijkheid,
O nectars zoon,
O mijn spirituele vriend,
Waarom ben je bang?
Want ik sta aan je zijde.
Ik zal bij jou, met jou, in jou zijn.
Voel je mijn nabijheid niet?
Ik verblijf in je hart.
Ik leef om je te dienen.
Wees moedig, wees blijgezind.
Meditateer, realiseer en wees vrij.

23. BHAKTI

Bhakti is het kruid
Dat onsterfelijkheid geeft.
Sadgoeroe is de spirituele dokter.
Shraddhà of geloof is het geneesmiddel,
Dat de devotie stimuleert.

24. HET PALEIS VAN MIJN KONING

De Heer is mijn koning.
Hoe wonderbaar is zijn paleis.
Het is versierd met edelstenen,
Met goud, diamanten en parels.
Hoe verrukkelijk is zijn paleis.
De muren zijn gemaakt van zaligheid.
Het is altijd koel en schitterend.
De zon en de maan zijn de lampen.
Het ligt aan de Jnàna Ganga (De rivier van wijsheid).

25. MIJN WELRIEKENDE TUIN

Ik zaaide goddelijke liefde in de tuin van mijn hart.
Ik begoot ze met tranen.
Ik gaf de mest van Japa en Kiertan.
Ik wiede het onkruid van lust, toorn en hebzucht.
Ik omheinde hem met onthechting.
Mijn hart is nu een welriekende tuin.
Waar in mijn Heer altijd verblijft.

26. LIEFDE IS GODDELIJK

Liefde lijdt lang.
Liefde verdraagt.
Liefde benijdt niet.
Liefde faalt niet.
Liefde verwacht niet.
Liefde bedingt niet.
Liefde wrekt niet.
Liefde is goddelijk.
Liefde is Prem.
Liefde is nectar.
Liefde is onsterfelijk.
Liefde is zaligheid.
Liefde is schoonheid.
Liefde is Ràsa, essentie.
Liefde is zoetheid.

27. IK GROET U ALLEN

O Ganges, mijn moeder,
O Himàlayas, mijn vader,
O Aarde, mijn Bhoe Devie,
O Zon, mijn Goeroe,

O Hemel, symbool van Brahman,
O Bloem, mijn zuster,
O Voedsel, mijn leven,
O Wind, mijn vriend,
O Vuur, mijn broeder,
Ik groet u allen met gevouwen handen.

28. IK BEN ONBEVREESD

Laat de hele wereld mij bestrijden.
Laten allen veranderen in vijanden van mij,
Laten al mijn vrienden en discipelen mij verlaten,
Laat ik in de gevangenis worden geworpen,
Laat ik levenslang worden verbannen,
Laat ik levend worden verbrand,
Laat ik van honger sterven,
Laat ik worden vergiftigd of gekruisigd,
Laat ik in stukken worden gehakt,
Laten de mensen mij komen neersteken of kelen,
Laat ik zonder enige hulp blijven,
Laat de donder op mijn hoofd neerkomen,
Laat ik in zee worden geworpen,
Laat ik worden vertrappeld onder de poten van een olifant,
Laat ik naar beneden worden geworpen van de hoogste berg,
Er is geen angst in mijn hart. Niet meer.
Ik verpulverde de dood, Màyà en haar effecten.
Ik ben het onsterfelijke Zelf, Sivoham, Sivoham!

29. KIJK EN VIND MIJ

O, kijk naar de kop thee,
Daar zul je Mij vinden.
Kijk naar de zon,
Daar ben Ik.
Kijk naar de bloem,
Daar zul je Mij vinden.
Kijk naar de rivier,
Daar ben Ik.
Kijk naar het vuur,
Daar zul je Mij vinden.

30. IK BEN SIVA

De hele wereld is mijn lichaam.
De rivieren zijn mijn bloedvaten.
De oceaan is mijn blaas.
Zon en maan zijn mijn twee ogen.

De bergen zijn mijn beenderen.
De Ganges ontspringt aan mijn hoofd.
Afrika en Zuid-Amerika zijn mijn benen.
Engeland is mijn hoofd.
Duitsland en Canada zijn mijn borst.
Ik dans op de golven van de oceaan.
Ik ben Siva, ik ben Siva!
Sivoham, Sivoham!

31. DE BERG VAN VEDANTA

Ik sta op de hoogten van de berg van Vedanta.
Ik trad binnen in het hart van Bhoema of de oneindige Wijsheid.
De meester van het lot ben ik.
Geen kwaad, geen menselijk element,
Geen lijden, geen zorgen zijn hier.
Er zijn hier oneindig goed, volmaaktheid en vrijheid,
Eeuwig vrede, verheven vreugde en zoete harmonie.
Het is het land van volheid, geluk en zaligheid.
De wet van oorzaak en gevolg opereert hier niet.
Er is hier zonsopgang noch zonsondergang.
Er is hier overal zonneschijn en schittering.
Er is hier geen spoor van geest, egoïsme of intellect.
De zinnen zijn verbrand tot as.
Zuiver bewustzijn heerst hier oppermachtig.
Er is hier ik-heid, noch "jij", noch "hij",
Hier noch daar, vandaag noch gisteren.
Het is een verblijf van Aananda Ghana
(Massa van zaligheid),
Vijnàna Ghana, Prajnàna Ghana
(Een massa van zuivere intelligentie en bewustzijn).

32. WIE IS EEN WIJZE ?

Een wijze is iemand
Die iedereen ziet met
Een gelijkmatige visie,
Die zijn handen vouwt voor iedereen
Met diepe eerbied,
Die jegens niemand
Kwade gevoelens koestert,
Die zonder ego, zonder begeerten,
Zonder passie, zonder toorn is.

33. FAMILIE VAN DE YOGI

Shanti (vrede) is zijn vrouw.
Geduld is zijn moeder.
Moed is zijn vader.
Dharma is zijn dochter.
Medelijden is zijn broer.
Zelfbeheersing is zijn zuster.
Wijsheid is zijn zoon.
Vergevensgezindheid is zijn vriend.
Waarheid is zijn familielid.
Dit is de glorierijke familie van de Yogi.

34. IK BEN MUZIEK

Ik verhef, inspireer en verlevendig.
Ik vertroost, kalmeer en beurt mensen op
Als ze teneergedrukt zijn.
Ik vertroost de eenzamen en de bedroefden. ben de oudste van de kunsten.
Ik ben in de wind en de golven.
Ik ben in de nachtegaal.
Ik ben in filmsterren en muzikanten.
Ik ben in concerten, orkesten en theaters.
Ik ben het medium voor de uitdrukking van gevoelens.
Ik ontsteek liefde en beziel met hoop.
Ik heb ontelbare stemmen en instrumenten.
Ik ben in het hart van alle mannen en vrouwen.
Ik ben op hun tong.
Ik ben in de Sama Veda en de radio.

35. DE VROUW

De vrouw is Griha Laxmie (godin van het huis).
Ze is een geheimzinnig mengsel
Van zachtheid, vriendelijkheid en bevalligheid.
Ze is een samenstelling van
Dienstvaardigheid, geduld en liefde.
Ze is een combinatie
Van meer vet, meer glans en minder haar,
Meer hart, weer emotie en meer tranen,
Meer rondingen, meer curves, meer geflonker.
Ze is Màyà's verleidelijke charme en magie.
Ze vertroost en beurt
Haar man, kinderen en gasten op.
Zelfs Brahmà, de schepper,
Slaagde er niet in haar ten volle te beschrijven.

Ze is een geheimzinnig iets,
Dat charme aan deze wereld geeft.
Ze is Doerga, Kàlie en Pàrvatie.
Zonder haar is deze wereld leeg
En ziet niets er groot uit.

36. OORZAKEN VAN ZIEKTE

Ziektes beginnen in de geest.
Ze zijn Aadhi (mentaal)
Als ze zich manifesteren in het lichaam
Zijn ze Vyàdhi (lichamelijk; ontstaan uit Aadhi).
Zelfzucht, toorn, haat, jaloersheid
Zijn de echte oorzaken van ziekte.
Vernietig ze aan de wortel
Door Vichàra (zelfonderzoek), Japa, meditatie en liefde.
Je zult een wonderbare gezondheid hebben.

37. EEN GROTE FAMILIE

Er is slechts één grote familie;
Het is de familie van God.
Vogels en dieren behoren tot deze familie.
Bomen en rivieren behoren tot deze familie.
Afrikanen en Amerikanen behoren tot deze familie.
Dames en heren behoren tot deze familie.
Schorpioenen en slangen behoren tot deze familie.

38. RAMA OF RAHIEM

Ràma of Rahiem is dezelfde voor mij.
Krishna of Kariem is dezelfde voor mij.
God of Allah is dezelfde voor mij.
Ahoera Mazda is dezelfde voor mij.
Christus of Krishna is dezelfde voor mij.
Ik aanvaard en respecteer alle heiligen en profeten.
Ik respecteer alle Goeroes en monniken.
Ik vind de Waarheid in alle religies.

39. DEUGD ZEGEVIERDE

Angst klopte aan de deur.
Moed opende ze.
Zie, angst was er niet.
Onwetendheid klopte aan de deur.
Wijsheid opende ze.
Zie, onwetendheid was er niet.

Passie klopte aan de deur.
Onderscheidingsvermogen opende ze.
Zie, passie was er niet.

40. DE OFFERENDE BOOM

Kijk naar de boom.
Hij geeft schaduw aan reizigers.
Hij geeft vruchten.
De stam is nuttig.
De gom die hij uitzweet is nuttig.
De droge takken worden gebruikt als brandstof.
Van de stam worden planken gezaagd.
De boom leeft slechts om anderen to dienen.
O zelfzuchtige mens, leer lessen van de boom.

41. DENK NA VOOR JE HANDELT

De dokter zei:
"Goed schudden voor het gebruik."
De oppasser schudde de patiënt verscheidene keren.
De zwakke patiënt stierf onmiddellijk.
Wees altijd op je hoede.
Luister naar de instructies met grote aandacht. Denk na voor je handelt.

42. GOD, BELICHAMING VAN INTELLIGENTIE

Sommige ratten gaan in een val,
Eten alles netjes op en komen er terug uit.
Ze zijn bijzonder intelligent.
De aap Ràjagopàl neemt iemands bril weg
In een oogwenk
En geeft hem terug voor een beetje brood.
Hardwar-apen stelen schoenen
En geven ze terug voor wat nootjes.
Wandluizen zuigen bloed op een heel intelligente manier.
Muskieten doen hetzelfde;
Ze spuiten malariakiemen in als een ervaren chirurg.
De postmeester steelt geld uit het postkantoor
Op een heel intelligente manier,
Zelfs als er bewakers zijn.
Hij die licht aan het intellect geeft, is God of Brahman.
Hij is een belichaming van intelligentie.
Vernietig het verdorven intellect.
Ken Hem en wees vrij.

43. STILTE

Een zoeker van stilte ben ik.
In stilte zijn kracht, wijsheid
Rijkdom, vrede, rust, vreugde en zaligheid.
In stilte zijn eeuwig licht,
Vrijheid, volmaaktheid en onafhankelijkheid.
Stilte is het centrum, ideaal en doel.
Stilte is diep en onpeilbaar.
Stilte is Brahman en stilte is Absoluut.

44. DE MAAG, EEN BRIEVENBUS

Voor vele mensen is de maag
Een brievenbus.
De brievenbus wordt gevuld met
Kaarten, brieven, pakjes enz.
Vele mensen kennen geen maat in eten en drinken.
Ze eten niet op vaste tijdstippen.
Ze eten alles op ieder ogenblik.
Ze vullen de maag tot de nek.
Hun maag krijgt nooit rust.
Ze ontwikkelen allerlei ziekten.

45. GODS NAAM IS LEVEN

De vis kan niet leven zonder water.
Een vrouw kan niet leven zonder haar man.
Er kan geen tempel zijn zonder licht.
Er kan geen bron zijn zonder water.
Er kan geen tuin zijn zonder bloemen.
Er kan geen koninkrijk zijn zonder schat.
Er kan geen lotus zijn zonder zon.
Zo kun je ook niet leven zonder Gods Naam.

VII UITSPRAAK

1. VAN HET SANSKRIET

Klinkers

a kort, zoals in want

à lang, zoals in raam

i kort, zoals in dit

ie: lang, zoals in lied

oe: kort, zoals in oef

oe: lang, zoals in roeren

o : altijd lang, zoals in roos

e : altijd lang, zoals in veel

au: zoals in blauw

ai: zoals in waaien

Medeklinkers

j : dzj, zoals in jazz

y : j, zoals in jaar

g ; zoals in het Frans

letters zoals kh, gh, ph, bh, chh enz.: de k, g, p, b en ch enz. worden gevolgd door een licht aangeblazen h

h : zoals in het Nederlands

ch: tsj, zoals in tsjilpen

s : zoals in studie

sh: sj, zoals in sjerp

Klemtoon

Spreek elke lettergreep uit zonder klemtoon. Er ontstaat dan een natuurlijke klemtoon. Voorbeeld: Aasana; splits in lettergrepen: Aa-sa-na; spreek ze afzonderlijk uit. Spreek ze daarna op dezelfde manier na elkaar uit; je hebt dan de juiste uitspraak.

Enkele opmerkingen

1. Siva zou in feite moeten geschreven worden als Shiva. Omdat ze echter zozeer ingeburgerd is, behielden we de oude schrijfwijze Siva.
2. Sita en Rama spelden we als Sietà en Ràma. De namen verliezen immers hun welluidendheid als je de lange klinkers kort uitspreekt, zoals vele beoefenaars hier doen.
3. De à hebben we als hoofdletter Aa gespeld, bv. Aananda, Aatma.
4. Spreek de r uit zoals in het Nederlands en niet op zijn Engels of Amerikaans, wat nogal eens gebeurt onder invloed van fonoplaten.
5. De verandering van de uitgang van een woord (ah in o, oe in o, i in e enz.) gebeurt volgens de regels van de welluidendheid.
6. De uitgangs a wordt vaak niet uitgesproken; in Kiertan vooral is dat van belang; voorbeeld: Ràma wordt soms gewoon Ràm.
7. Je letter Jn wordt niet uitgesproken als dzjn, een fout die veel wordt gemaakt, maar als gnj; voorbeeld: Jnàna; spreek uit: gnjàna.
8. Enkele liederen zijn in het Hindi of Mahratti, talen die afgeleid zijn van het Sanskriet. Volg dezelfde uitspraakregels.
9. Een voorbeeld van de verscheidene naamvallen. De verbuiging van Ràma:

"Ràmo Ràjamanih Sadà Vijayate.
Ràma, de beste der koningen, overwint altijd.
Ràmam Hamesham Bhaje.
Ik vereer Ràma, de Heer van Sietà.
Ràmenàbhihatà Nishàcharachamoe.
Legers van demonen werden door Ràma gedood.
Ràmàya Tasmai Namah.
Aan Ràma mijn groet.
Ràmàt Nàsti Paràyanam Parataram.
Er is geen betere toevlucht dan Ràma.
Ràmasya Dàsosmyaham.
Ik ben een dienaar van Ràma.
Ràme Chittalayah Sadà Bhavatoe Me.
Moge mijn geest altijd rusten in Ràma.
Bho Ràma, Màmoeddhara!
O Ràma, verlos mij."

2. VAN HET TAMIL

Als men in het Sanskriet geleerd heeft de lettergrepen uit te spreken, dan kan men alle teksten juist lezen: waar een lettergreep ook voorkomt, altijd wordt ze uitgesproken op dezelfde manier.

In het Tamil is dat niet het geval. Verscheidene klanken worden geschreven met dezelfde letter. Wij deden een ernstige poging de uitspraak zo juist mogelijk weer te geven, zonder evenwel de zaak nodeloos ingewikkeld te maken.

a, i, o, oe, e: kort

à, ie, o, oe, ee: lang

ai, y, j: zoals in het Sanskriet

r: zoals in het Nederlands

ṛ: rollender

r met de tong opgerold, zodat de tongpunt het zachte verhemelte aanraakt; deze r is eerder moeilijk om uitspreken; het is een karakteristieke klank in het Tamil.

WOORDENLIJSTEN

De Namen van de Shrie Vishnoe Sahasra Nàma (hoofdstuk I) werden alfabetisch gerangschikt:

I. SHRIE VISHNOE SAHASRA NAMA; ALFABETISCHE LIJST.

Andere Namen en woorden werden samengebracht in een afzonderlijke lijst:

II. ALGEMENE WOORDENLIJST.

(T) na een woord betekent: Tamil.

Deze woorden komen uit Kandar Anoebhoeti (hoofdstuk IV), Nàda Bindoe Kalàdi Namò Namah (hoofdstuk II) en de Openingskiertan (hoofdstuk V).

De andere woorden behoren tot het Sanskriet.

Een woord kan in een tekst een andere uitgang hebben dan in beide woordenlijsten. Dit is het gevolg van de toepassing van de regels van welluidendheid of van het feit dat het anders verbogen is. Sivàya bv. is de datief van Siva en betekent: aan Siva.

De nummers in de eerste woordenlijst geven de volgorde van de Namen in de hymne (hoofdstuk I) aan.

I. Shrie Vishnoe Sahasra Nàma, alfabetische lijst

- Aadhàranilayah: Basisloze basis; 950
- Aadidevah: Eerste Deva; 334, 490
- Aadityah: Heer van de aarde (zon); 39, 563
- Aanandah: Zaligheid; 526
- Aanandie: Hij geeft zaligheid; 560
- Aashramah: Veilige thuishaven; 852
- Aatmavàn: Het Zelf van alle wezens; 84
- Aatmayonih: Hij is zijn eigen moederschoot; 985
- Aavartanah: Drijfkracht van de tijd; 228
- Abhipràyah: Doel van degenen die de eeuwigheid zoeken; 871
- Abhoeh: Ongeboren; 437
- Achalah: Onbeweeglijk; 745
- Achintyah: Voorbij het denken; 832
- Achyoetah: Onveranderlijk, onwankelbaar; 100, 318
- Adbhoetah: Wonder; 895
- Adhàtà: Er bestaat niets boven Hem om Hem te bevelen; 951
- Adhishtànam: Substraat van het heelal; 324
- Adhokshajah: Zijn vitaliteit vermindert nooit; 415
- Adhrishyah: Onzichtbare Werkelijkheid; 304
- Adhritah: Steunloos; 842
- Agràhyah: Niet waar te nemen met de zinnen; 55
- Agrajah: Eerstgeborene; 891
- Agranieh: Gids; 218
- Ahah: Schitterend als de dag; 90
- Ahahsamvartakah: Hij regelt dag en nacht en schenkt vreugde aan al wat leeft; 232
- Ajah: Ongeboren; 95, 204, 521

Ajitah: Onoverwinnelijk; 549

Akroerah: Nooit wreed; 915

Aksharah: Onvergankelijk; 17

Aksharam: Hij is het onvergankelijke; 481

Akshobhyah: Onverstoorbaar, onsterfelijk, onbeweeglijk; 801, 999

Amànie: Zonder ijdelheid; 747

Amaraprabhoeh: Heer der goden; 49

Ambhonidhih: Oceaan; 517

Ameyàtmà: Onmeetbaar; 102, 179

Amitàshanah: Zijn eetlust is onverzadigbaar; 372

Amitavikramah: Zijn stap is onmeetbaar; 516, 641

Amoertih: Vormloos; 830

Amoertimàn: Vormloos; 720

Amoghah: Hij stelt nooit teleur; 110, 154

Amritah: Onsterfelijk; 119

Amritàmshoedbhavah: Zoals de maan alle planten voedt, zo is Hij de bron van alle materie; 283

Amritapah: Drinker van de nectar; 504

Amritàshah: Zijn onvergankelijkheid is de bron van alle begeerten; 813

Amritavapoeh: Hij is onvergankelijkheid zelf; 814

Amrityoeh: Hij sterft nooit; 198

Anàdih: Zonder begin; 941

Anàdinidhanah: Ongeboren en onsterfelijk; 42

Anaghah: Zonder gebreken; 146, 831

Analah: Vitale factor van de levenskracht; van grenzeloze grootheid; 293, 711

Anàmayah: Ziekteloos; 689

Anantah: Oneindig; 659, 886

Anantajit: Hij overwint altijd; 307

Anantaroepah: Van eindeloze vormen; 932
Anantashrieh: Van eindeloze glorie; 933
Anantàtmà: Oneindig Zelf; 518
Anarthah: Voor Hem is niets onvervuld; 431
Anayah: Zonder leider; 400
Anekamoertih: Veelvormig; 721
Anieshah: Niemand heerst over Hem; 626
Anilah: Hij is het leven dat beginloos en dakloos is en alle ervaringen verteert; 234, 812
Animishah: Hij knipoogt nooit; namen en vormen; 215
Anirdeshyavapoeh: Voorbij de reikkracht van woorden; 177, 656
Aniroeddah: Onoverwinnelijk; 185, 638
Anirvinnah: Hij kent geen teleurstelling of ontevredenheid; 435, 892
Anivartie: Hij wijkt nooit; 596
Anivrittàtmà: Rimpelloos Zelf;
Aniyamah: Niemand legt Hem wetten op; 865
Annàdah: Hijzelf eet het voedsel; 984
Annam: Hijzelf is het voedsel; 983
Anoeh: Allerkleinst; 835
Anoekelah: Vriend van iedereen; 342
Anoettamah: Allergrootst; 80
Antakah: Hij is de dood; 520
Apàmnidhih: Schat van water (ocean); 323
Aparàjitah: Onoverwinnelijk; 716, 862
Apramattah: Hij is nooit het slachtoffer van beoordelingsfouten; 325
Aprameyah: Onbeschrijflijk; 46
Aprameyàtmà: Hij kan niet worden gekend als een voorwerp; 248
Apratirathah: Niet te evenaren; 639

Apyayah: Laatste rustplaats van het heelal; 900

Araudrah: In Hem is niets negatiefs; 906

Aravindàkshah: Zijn ogen zijn mooi als een lotus; 347

Archishmàn: Hij is licht; 633

Architah: Onophoudelijk vereerd; 634

Arhah: Onze overgave en devotie waardig; 873

Arkah: Zon (eerbiedwaardig); 795

Arthah: Door iedereen vereerd (Hij is namelijk het geluk dat iedereen zoekt); 430

Asamkhyeyah: Hij heeft ontelbare vormen; 247,

Asat: Niet-zijn; 479

Ashokah: Hij is zonder zorgen; 336

Ashvatthah: Levensboom; 824

Atiendrah: Hij overtreft de geest; 157

Atiendriyah: Voorbij de reikkracht van de zinnen; 169

Atoelah: Onvergelijkelijk; 355

Aushadham: Hij is het enige 774 geneesmiddel tegen zorgen; 287

Avijnàtà: Niet-kenner (Hij is kennis zelf); 482

Avyaktah: Ongemanifesteerd; 722

Avyanganah: Zonder onvolmaaktheden; 129

Avyayah: Onvernietigbaar; 13

Ayamah: Hij kent geen dood; 866

Babhroeh: Koning van de wereld; 116

Bahoeshiràh: Hij heeft vele hoofden; 115

Bhagahà: Hij vernietigt de zes glories (Hij is meer dan deze); 559

Bhagavàn: Hij bezit zes glories (Bhagas: Jnàna, Vairàgya, Kierti, Aishvarya, Shrie en Bala; blz.77); 558

Bhaktavatsalah: Zijn liefde kent geen grenzen; 736

Bhànoeh: Hij schittert prachtig; 284

Bhàrabhrit: Hij draagt de last van het heelal; 847

Bhartà: Heerser; 33

Bhàskaradyoetih: Prachtig als de zon; 282

Bhàvah: Hij is het zijn wezens en dingen; 7

Bhàvanah: Hij geeft; 32

Bhayakrit: Gever van vrees; 833

Bhayanàshanah: Vernietiger van alle vrees; 834

Bhayàpahah: Hij verdrijft alle vrees; 935

Bheshajam: Geneesmiddel; 578

Bhiemah: De verschrikkelijke; 357, 948

Bhiemaparàkramah: Onoverwinnelijk en vreesaanjagend; 949

Bhishak: Dokter; 579

Bhoegarbhah: Moederschoot van de aarde; 71

Bhoejagottamah: Meester van de slang; 193

Bhoerbhoevah: Basis van de wereld; 942

Bhoerbhoevassvastaroeh: Sap van de levensboom in de drie werelden (slapen, waken, dromen); 967

Bhoeridakshinah: Hij geeft met grote mildheid in alle offers; 502

Bhoeshanah: Hij verheerlijkt de wereld met zijn aanwezigheid; 629

Bhoeshayah: Hij rust op de aarde; 628

Bhoetabhàvanah: Verwekker van alle wezens; 9

Bhoetabhavyabhavannàthah: Heer van verleden, heden en toekomst; 290

Bhoetabhavyabhavatpraboeh: Heer van verleden, heden en toekomst; 4

Bhoetabhrit: Onderhouder van alle wezens; 6

Bhoetàdih: Eerste oorzaak; 29

Bhoetakrit: Schepper van alle wezens; 5

Bhoetamaheshvarah: Grote Heer van alle wezens; 489

Bhoetàtmà: Het Zelf van alle wezens; 8

Bhoetàvāsah: Oorsprong van de schepping; 708

Bhoetih: Schatkamer van alle luister; 630

van alle luister; 630

Bhojanam: Hij is voedsel; 142

Bhoktà: Genieter; 143, 500, 888

Bhràjishnoeh: Essentie van alle licht; 141

Biejamavyayam: Onvergankelijk Zaad; 429

Brahmà: Schepper; 663

Brahma: Absoluut; 664

Brahmajnah: Niemand kent Hem zoals Hij zichzelf kent; 669

Brahmakrit: Hij leeft in de Waarheid; 662

Bràhmanah: Het hoogste Bewustzijn dat de Ene werkelijkheid is; 667

Bràhmanapriyah: Beminde en minnaar van wijzen; 670

Brahmanyah: Ieders vriend; 661

Brahmavit: Kenner van Brahman; 666

Brahmavivardhanah: Voorbij de reikkracht van het begrip Brahman; 665

Brahmie: Met Brahman; 668

Brihadbhànoeh: Hij heeft eindeloze stralen; 333

Brihadroepah: Het heelal is zijn vorm; 272

Brihat: Allergrootst; 836

Chakragadàdharah: Hij draagt de discus (geest) en de scepter (intellect); 546

Chakrie: Drager van de discus (de geest; d.i. iets wat men van zich afwerpt); 908, 995

Chalah: Hij is het bewegende; 746

Chandanàngadie: Vreugde is zijn armband (sieraad); 740

Chandràmshoeh: Zoals de maan geeft hij koelte, kracht en vreugde; 281

Chàoeràndhranishoedanah: Hij overwon Chànoera, de worstelaar uit het land van Aandra (d.w.z. van ook zijn machtigste vijand); 825

Chatoerasrah: Hij is een vierkant (voor allen gelijk); 936

Chatoeràmà: Viervoudig Zelf (het Ene Bewustzijn of Zelf in waken, dromen, slapen en bovenbewustzijn); 137, 769

Chatoerbàhoeh: Hij heeft vier handen; 766

Chatoerbhàvah: Bron van vier bewustzijnstoestanden; 770

Chatoerbhoejah: Hij heeft vier armen; 140

Chatoerdamshtrah: Hij heeft vier slagstanden; 139

Chatoergatih: Doel van alle vier; 768

Chatoermoertih: Hij heeft vier vormen; 765

Chatoervedavit: Kenner van de vier Vedas; 771

Chatoervyoghah: Hij heeft vier activiteiten; 138, 767

Chhinnasamshayah: Hij is zonder twijfel; 623

Dakshah: Genie; 423, 917

Dakshinah: De edelmoedigste; 918

Damah: Zin van alle beproevingen; 861

Damanah: Hij straft en verbetert; 190

Damayità: Heerser; 860

Dàmodarah: Hij kan worden gekend met een geest die werd gezuiverd door zelfbeheersing; 367

Dandah: Hij is een staf (Hij heerst); 859

Dàroenah: Meedogenloos; 569

Darpadah: Hij maakt zoekers fier (op hun goddelijke waardigheid); 713

Darpahà: Vernietiger van hoogmoed; 712

Dàshàrhah: Alle offers waardig; 511

Devabhridgoeroeh: Goeroe van de geest; 493

Devah: Hij schittert als het Zelf van allen; 375

Devakienandanah: Vreugde van Devakie; 989

Deveshah: Heer van alle Devas; 492

Dhàma: Grootste licht; 211

Dhanamjayah: Van oneindige rijkdom; 660

Dhaneshvarah: Heer van alle weelde; 474

Dhanoerdharah: Houder van de boog; 857

Dhanoervedah: Hij onderricht de kunst van het boogschieten (juiste handeling); 858

Dhanvie: Houder van de boog; 76

Dhanyah: Altijd gelukkig; 754

Dharàdharah: Enige basis van de wereld; 756

Dharaniedharah: Drager van de aarde; 235

Dharmàdhyakshah: Hij verlicht het Dharma (de functies) van lichaam, geest en intellect; 135

Dharmagoep: Beschermmer van Dharma; 475

Dharmah: Hij is van alles de eigenheid of wetmatigheid; 403

Dharmakrit: Hij handelt volgens Dharma; 476

Dharmavidoettamah: Grootste kenner van Dharma; 404

Dharmayoepah: Essentie van alle Dharma; 438

Dharmie: Basis van alle Dharma; 477

Dhàtà: Hij schraagt het heelaal; 43

Dhàtoeroettamah: Allersubtielst; 45

Dhoeryah: Hij draagt alle verantwoordelijkheden; 329

Dhritàtmà: Hij wordt slechts gedragen door zichzelf; 160

Dhroevah: Standvastig; 388

Dieptamoertih: Van schitterende vorm; 719

Dishah: Gever van raad en wijsheid; 940

Divahsprìk: Wijds als de hemel; 571

Doehsvapnanàshanah: Vernietiger van illusies; 926

Doeràdharshah: Onoverwinnelijk; 81

Doeràrihà: Hij doodt demonische neigingen; 781

Doeratikramah: Het is moeilijk Hem niet te gehoorzamen; 776

Doeràvāsah: Moeilijk te huisvesten; 780

Doerdharah: Zelfs grote Yogis begrijpen Hem niet; 266, 715

Doergah: Vesting; 779

Doergamah: Hij wordt met grote moeilijkheden gerealiseerd; 778

Doerjayah: Onoverwinnelijk; 775

Doerlabhah: Hij wordt verworven met grote inspanningen; 777

Doermarshanah: Onoverwinnelijk; 205

Doeshkritihà: Vernietiger van alle kwaad; 924

Dravinapradah: Hij schenkt de weelde van de overvloed; 570

Dridhah: Standvastig; 551

Driptah: Dronken van zaligheid; 714

Dyoetidharah: Drager van alle licht; 758

Ekah: Eén; 725

Ekapàt: Ondeelbaar; 772

Ekàtmà: Het ene Zelf; 965

Gabhastinemih: Schitterend in het lichaam als het Licht van alle lichten; 486

Gabhierah: Onpeilbaar; 543

Gabhieràtmà: Te diep om te meten; 937

Gadàdharah: Drager van de strijdknots; 997

Gadàgrajah: Door Mantras aangeropen; 764

Gahanah: Oninneembaar; 382, 544

Garoedadhvajah: Hij voert een arend in zijn banier; 354

Gatisattamah: Hoogste doel; 566

Ghritàshie: Hij ontbeert niets; 744

Goegah: Grot (Hij is verborgen); blz. 87, 105; 383

Goehyah: Geheimzinnig; 542

Goenabhrit: Basis van de Goenas; 839

Goeptah: Goed verborgen; 545
Goeroeh: Leraar; 209
Goeroetamah: Grootste leraar; 210
Gohitah: Herder; 591
Gopatih: Gemaal van de aarde; 495, 592
Goptà: Beschermmer; 496, 593
Govidàmpatih: Heer van alle zieners; 188
Govindah: Behoeder van Go (koeien, de spraak, de Vedas, de aarde); 187, 539
Gràmanieh: Herder van een grote kudde; 219
Halàyoedhah: De ploeg is zijn wapen; 562
Hamsah: Hij beweegt in alle lichamen; 191
Harih: Vernietiger (van het lijden); 650
Havih: Hij zelf is het offer; 698
Havirharih: Hij ontvangt alle offers; 359
Hemàngah: Hij heeft gouden ledematen; 738
Hetoeh: Oorzaak; 366
Hiranyagarbhah: Gouden ei (van de kosmos); 70, 411
Hiranyanàbhah: Hij draagt de schepper in zijn navel; 194
Hoetabhoek: Ontvanger van alle eredienst; 879, 887
Hirishiekeshah: Heer van de zinnen; 47
Ieshànah: Hij heerst over alles; 64
Ieshvarah: Heer van allen; Almachtige; 36, 74
Ijyah: Vereerd in alle offers; 446
Indrakarmà: Zijn daden zijn op voorspoed gericht; 786
Ishtah: Hij wordt door allen bemind; 308
Jagadàdijah: Moederschoot van al het geschapene; 145
Jagatassetoeh: Brug naar de vreugde van de oneindigheid; 288

Jahnoeh: Leider van alle mensen; 244

Janajanmàdih: Enige oorzaak van de geboorte van alle wezens; 947

Jananah: Schepper van alle wezens; 946

Janàrdanah: Hij geeft vreugde en zorgen; 126

Janeshvarah: Heer van alle schepselen; 341

Janmamrityoejaràtigah: Zonder geboorte, dood, groei en ziekte, 966

Jayah: Overwinnaar; 509

Jayantah: Overwinnaar; 798

Jetà: Hij heeft altijd succes; 148

Jievah: Het "ik" is in wezen niet verschillend van het Zelf; 513

Jievanah: Levensvonk; 930

Jitakrodhah: Hij beheerst gramschap; 462

Jitamanyoeh: Overwinnaar van toorn; 934

Jitàmित्रah: Hij overwint alle vijanden; 524

Jnàagamyah: Hij kan worden bereikt door Jnàna; 497

Jnànamoettamam: Hoogste wijsheid; 454

Jyeshthah: Oudste; beste; 67

Jyotih: Licht; 877

Jyotiràdityah: Licht van de zon; 564

Jyotirganeshvarah: Heer van alle licht; 619

Kah: Hij is het geluk; 728

Kàlah: Hij is de tijd; 418

Kàlaneminihà: Vernietiger van de tijd; 642

Kàmadevah: Belichaming van liefde; 651

Kàmah: Beminde; 297

Kàmahà: Hij vernietigt alle begeerten; 294

Kàmakrit: Hij vervult alle begeerten; 295

Kàmapàlah: Bevrediger van begeerten; 652
Kàmapradah: Hij vervult de begeerten van degenen die op Hem mediteren; 298
Kàmie: Zonder begeerten; 653
Kanakàngadie: Hij draagt gouden armbanden; 541
Kàntah: Hij is van een grote schoonheid; 296, 654
Kapiendra: Heer van de apen; 501
Kapih: Hij drinkt water (onderhoudt de kringloop); 899
Kapilah: Oudste filosoof; 898
Karanam: Hij is het instrument; 378
Kàranam: Hij is de oorzaak; 379
Kartà: Hij is de doener; 380
Kathitah: Verheerlijkt in de Schriften; 848
Kavih: Hij ziet alles rechtstreeks; 132
Keshavah: Hij heeft prachtig haar (is aantrekkelijk); 23, 648
Keshihà: Doder van Keshi (demon); 649
Khandaparashoeh: Houder van de bijl; 568
Kim: Wat? 729
Koembhah: Hij is een pot (bevat alles); 635
Koemoedah: Hij verblijdt de aarde; 589, 807
Koendah: Bloem; 809
Koendalie: Energie is zijn oorring; 907
Koendarah: Hij draagt de aarde; 808
Koevaleshayah: Hij rust op de wateren; 590
Kramah: Aldoordringend; 79
Kratoeh: Ook degenen die zoeken zonder inzicht, zoeken slechts Hem; 448
Krishah: Subtiel; 837
Krishnah: Grond van alle zaligheid; zwart (Hij is de onzichtbare Werkelijkheid); 57, 550

Kritàgamah: Auteur van de Schriften; 655, 789

Kritajnah: Hij is de schepping en de kenner van de schepping; 82, 532

Kritakarmà: Al zijn daden zijn volbracht; 788

Kritàkritah: Oorzaak en gevolg; 136

Kritalakshanah: Auteur van de Schriften; 485

Kritàntakrit: Vernietiger van de schepping; 537

Kritih: Hij maakt alle handelingen mogelijk; 83

Krodhahà: Hij vernietigt toorn in zoekers; 314

Krodhakritkartà: Hij wekt toorn op in zoekers tegen hun egoïsme; 315

Kshàmah: Hij vernietigt tenslotte alles; 443, 054

Kshamah: Zijn geduld is onuitputtelijk; 442

Kshaminàmvarah: Van eindeloos geduld; 919

Ksharam: Hij is het vergankelijke; 480

Kshemakrit: Hij beschermt en leidt zoekers; 599

Kshetrajnah: Kenner van het veld (lichaam en lichamelijke ervaringen); 16

Kshitishah: Heer van de aarde; 991

Kshobhanah: Bezieler; 374

Laxmie: Rijkdom van het heelal; 943

Laxmievàn: Gemaal van Laxmie; 361

Lohitàkshah: Hij heeft rode ogen; 58

Lokabandhoeh: Vriend van de wereld; 733

Lokàdhishtànàm: Basis van de wereld; 894

Lokàdhyakshah: Hij zit alle domeinen van ervaring voor; 133

Lokanàthah: Heer van de wereld; 734

Lokasàrangah: Essentie en bron van de wereld; 783

Lokasvàmie: Heer van het heelal; 750

Lokatrayàshrayah: Verblijfplaats van de drie werelden (basis van waken, dromen en slapen); 614

Màdhavah: Gemaal van Mà (Laxmie); 72, 167, 735
Madhoeh: Hij is honing; 168
Madhoesoedanah: Doder van de demon Madhoe; 73
Mahàbalah: Van grote kracht (almachtig); 172
Mahàbhàgah: Hij bezit de grootste schoonheid; 370
Mahàbhoetah: Bron van de elementen; 8Q?
Mahàbhogah: Zijn aard is zaligheid; 433
Mahàboeddhih: Van grote intelligentie; 173
Mahàdevah: Grote Deva; 491
Mahàdhanah: Onuitputtelijke rijkdom; 434
Mahàdridhrik: Hij heft de berg op (biedt bescherming); 180
Mahàdyoetih: Licht der lichten; 176
Mahàgartah: Bodemloze afgrond; 804
Mahàhavih: Grote offergave : 678
Mahàhradah: Koel en verfrissend bad; 803
Mahàkarmà: Hij stelt grote daden; 672, 787
Mahàkoshah: Verborgen achter grote bedekkingen; 432
Mahàkramah: Hij heeft een grote stap; 671
Mahàkratoeh: Grootste offer; 675
Mahàkshah: Hij heeft grote ogen; 353
Mahàmakhah: Aanwezig in alle offers; 439
Mahàmanàh: Hij heeft een grote geest; 557
Mahàmàyah: Grote illusie; 170
Mahàmoertih: Zijn vorm is de grootste; 718
Mahàn: Machtig; 841
Mahànidhih: Grote schatkamer; 806
Maharddhih: Zijn voorspoed en macht zijn groot; 350

Mahàrhah: Hij verdient de hoogste erediens; 522

Maharshi Kapilachàryah: Hij manifesteerde zich als de eerste filosoof, Kapila, grondlegger van de Sànkhyafilosofie; 531

Mahàshaktih: Almachtig; 175

Mahàshanah: Hij verslindt alles; 303

Mahàshringah: Hij heeft een grote hoorn (biedt bescherming); 536

Mahàsvanah: Machtig van klank; 41

Mahàtapàh: Zijn kennis, voorspoed en macht zijn groot; 122

Mahàtejàh ; Van grote luister; 673

Mahàvaràhah: Grote beer (zie Kandar Anoebhoeti, 18); 538

Mahàvieryah: Grote Essentie; 174

Mahàyajnah: Hij is het grote offer van Japa; 677

Mahàyajvā: Brenger van grote offers; 676

Mahejyah: Meest vereerd; 447

Mahendrah: God van de geest; 268

Maheshvāsah: Drager van de grote boog; 181

Mahiebharta: Gemaal van moeder aarde; 182

Mahiedharah: Steun van de aarde; 317, 369

Mahodadhisayah: Hij rust op de grote oceaan; 519

Mahoragah: Grote slang; 674

Mahotsàhah: Al tijd vol van enthousiasme; 171

Mànadah: Hij veroorzaakt met behulp van Màyā de vereenzelviging met het lichaam; 748

Mangalamparam: Hoogste voorspoed; 63

Manoeh: Denker; 51

Manoharah: Vreugde van de geest; 461

Manojavah: Sneller dan de geest; 690

Mantrah: Hij beschermt degenen die aan Hem denken; 280

Mànyah: Verering waardig; 749

Màrgah: Hij is het pad; 365, 397

Mariechih: Vol van licht; 189

Medhajah: Geboren uit onzelfzuchtigheid; 753

Medhàvie: Intelligentste; 77

Mediniepatih: Heer van de aarde; 533

Moekoendah: Verlosser; schenker van Moksha; 515

Moektànàmparamàgatih: Einddoel van wijzen; 12

Nahoeshah: Hij bindt alle wezens met zijn Màrà; 312

Naikah: Hij is het vele; 726

Naikajah: Geboren in vele vormen; 890

Naikakarmakrit: Hij stelt vele daden; 469

Naikamàyah: Hij heeft vele denkbeeldige vormen; 302

Naikaroepah: Alles is zijn vorm; 271

Naikashringah: Hij heeft vele hoorns (manifestaties); 763

Naikàtmà: Niet-één-Zelf: Hij is het Zelf in alle wezens; 468

Nakshatranemih: Centrum van de sterren; 440

Nakshatrie: Heer van de sterren; 441

Nandah: Vrij van vergankelijk genot; 528

Nandakie: Drager van het zwaard; 994

Nandanah: Schenker van zaligheid; 527

Nandih: Zijn aard is oneindige zaligheid; 618

Narah: Gids; 246

Nàrasimhavapoeh: Hij is half leeuw, half mens (onwetendheid kan niet worden vernietigd door het lichaam, noch door de geest, maar door het Bewustzijn dat beide bezielt); 21

Nàràyanah: Hij verblijft in ieder hart; 245

Nayah: Leider; 399

Netà: Leider; 222

Neyah: Gids; 398

Nidhiravyayah: Onuitputtelijke schatkamer; 30

Nigrahah: Doder; 761

Nimishah: Hij houdt de ogen gesloten; 214

Nirgoenah: Zonder Goenas; 840

Nirvānam: Altijd vrij; 577

Nishthā: Verblijfplaats van alle wezens; 583

Nivrittātma: Zuiver Zelf; zonder zintuiglijkheid; 229, 597, 774

Niyamah: Autoriteit; 161

Niyantā: Niemand staat boven Hem; 864

Nyagrodhah: Hij bestuurt alles, maar blijft verborgen; 822

Nyāyah: Hij is rechtvaardigheid; 221

Oedbhavah: Hoofdbron; schepper; 373, 790

Oediernah: Grote oneindigheid; 624

Oedoembarah: Hij voedt alle wezens; 823

Oegrah: De verschrikkelijke; 421

Oependrah: Hoger dan Indra (de geest); 151

Oerdhvagah: Top van alles; 954

Oerjitah: Van grenzeloze kracht; 156

Oerjitashāsanah: Zijn hand regelt alles; 910

Oettarah: Hij heft ons op; 494

Oettāranah: Redder uit de oceaan van verandering; 923

Ojastejodyoetidharah: Hij bezit alle kracht, licht en schoonheid; 275

Padamanoettamam: Van ongeëvenaarde volmaaktheid; 732

Padmagarbhah: Er wordt op Hem gemediteerd in de lotus van het hart; 348

Padmanābhah: Het heelal ontspringt aan zijn navel als een lotus; 48, 196, 346

Padmanibhekshanah: Hij heeft ogen als een lotus; 345

Padmie: Hij houdt een lotus in zijn hand; 344

Panah: Hoogste autoriteit; 958

Pàpanàshanah: Meditatie op Hem bevrijdt van alle kwaad; 992

Paramaspashtah: Uiterst duidelijk; 390

Paramàtmà: Hoogste Zelf; 11

Parameshthie: Gevestigd in zijn eigen glorie; 419

Parameshvarah: Almachtig; 377

Pararddih: Hij bezit de grootste luister; 389

Paràyanam: Doel waarvan niemand verlangt terug te keren; 585

Parigraha: Wie Hem kent ziet Hem overal; 420

Parjanya: Regenwolk; 810

Paryavasthitah: Aanwezig op alle plaatsen; 931

Pavanah: Hij zuivert alles; 291

Pàvanah: Hij veroorzaakt alle beweging; Hij is de grote zuiveraar; 292, 811

Pavitram: Hij geeft zuiverheid van hart; 62

Peshalah: Uiterst zacht; 916

Poenarvasoeh: Het innerlijk Zelf van alle wezens; 150

Poendariekàkshah: Hij wordt gevonden in het hart; 111

Poenyah: Heilig; uiterst zuiver; 687, 925

Poenyakiertih: Van heilige faam; 658

Poenyashravanakiertanah: Wie zijn glorie aanhoort en bezingt, verwerft verdienste ; 922

Poerandarah: Hij vernietigt alle steden (bewustzijnstoestanden); 335

Poeràtanah: Hij bestond zelfs vóór de tijd; 498

Poerayità: Vervuller; 686

Poernah: Volledig; 685

Poeroejit: Overwinnaar van vele vijanden; 506

Poeroesattamah: Groter dan het grootste; 507

Poeroeshah: Bewustzijn; wat verblijft in de stad (het lichaam); wat bestond vóór alle schepselen; 14, 406

Poeroeshottamah: Hoogste bewustzijn; 24

Poeshkaràkshah: Hij heeft ogen als een lotus; 40, 556

Poeshpahàsah: Hij schittert als een opengebloeide bloem; 952

Poeshtah: Altijd volwaardig; 392

Poetàtmà: Zuiver Zelf; 10

Prabhavah: Luisterrijke oorsprong; 34

Prabhoeh: Heer, meester; 35, 299

Prabhoetah: Altijd volledig; 60

Pradhanapoeroesheshvarah: Heer van de schepping en het bewustzijn; 20

Pradyoemnah: Van onmetelijke rijkdom; 640

Pragrahah: Houder van de teugels; 760

Pràgvamshah: Zijn voorgeslacht is het oudste; 845

Prajàbhavah: Bron van alle wezens; 89

Prajàgarah: Altijd wakker; 953

Prajàpatih: Vader van alle wezens; 69, 197

Prakàshanah: Hij verlicht alles; 274

Prakàshàtmà: Zelflichtend; 276

Pramànam: Bewijs; 428, 959

Pramodanah: Vol van zaligheid; 525

Pràmshoeh: Reus; 153

Prànabhrit: Heerser over alle Pràna; 961

Prànadah: Schenker van Pràna; 65, 321, 408, 956

Prànah: Hij is het leven; 66, 320, 407

Prànajievanah: Onderhouder van de levensadem; 962

Prànanilayah: Alle levenskracht is in Hem gevestigd; 960

Pranavah: Hij is OM; 409, 957

Prapitàmahah: Vader van de Vader van alle wezens; 970

Prasannàtmà: Het altijd zuivere Zelf; 237

Pratàpanah: Het licht in de zon en de maan; 277

Pratardanah: Vernietiger; 59

Prathitah: Zijn glorie is over de hele wereld verspreid; 319

Pratishthitah: Hij is zijn eigen basis; 326

Pratyayah: Hij is Bewustzijn; 93

Prietivardhanah: Hij scheidt extase; 875

Prithoeh: Aldoordringend; 410

Priyakrit: Hij beoogt het welzijn van degenen die Hem beminnen; 874

Priyàrhah: Onze liefde waardig; 872

Rakshanah: Beschermmer; 928

Ràmah: Hij is genade; 394

Ranapriyah: Hij houdt van de strijd; 684

Rathàngapànih: Houder van de teugels; 998

Ratnagarbhah: Moederschoot van alle juwelen; 473

Ratnanàbhah: Zijn navel is een juweel; 793

Ravih: Zon (onderhouder van de kringloop); 881

Ravilochanah: Zijn ogen zijn de zon; 885

Riddhah: Hij zelf werd het heelal; Hij is in alle voorspoed; 278, 351

Ritoeh: Heer van de tijd; 416

Roechiràngadah: Hij draagt prachtige schouderbeschermers (is een koning); 945

Roedrah: Hij doet mensen wenen; 114

Rohitah: Vis (Hij is stilte); 364

Sadàmarshie: Hij vergeeft vele misstappen; 893

Sadàyogie: Eeuwige Yogi; 165

Sadbhòetih: Van grote glories; 702

Sadgatih: Doel van zoekers; 699

Sàdhoeh: Hij gedraagt zich altijd rechtvaardig; 243

Sahah: Hij is geduld zelf; 368

Sahasrajit: Hij overwint duizenden; 306

Sahasràkshah: Hij heeft duizend ogen; 2.26

Sahasramoerdhà: Hij heeft duizend hoofden; 224

Sahasràms^hoeh: Hij heeft duizend stralen; 483

Sahasrapàt: Hij heeft duizend voeten; 227

Sahasràrchih: Hij schittert met duizend stralen; 826

Sahishnoeh: Hij is vergevensgezind, edelmoedig en verheven boven tegenstellingen; 144, 565

Sàkshie: Getuige; 15

Sàma: Heer van de Sàma Veda; 576

Sàmagah: Zanger van de Sàmaliederen; 575

Sàmagàyanah: Hij zingt de Sàmaliederen; 988

Samah: Altijd gelijk; 109

Samàtmà: Gelijk in allen; 107

Samàvartah: Hij doet het wiel van de schepping draaien; 773

Samayajnah: De eredienst die Hij vraagt is gelijkmoedigheid; 358

Sambhavah: Bron van het geschapene; 31

Samgrahah: Hij draagt alles in zichzelf; 158

Samiehanah: Hij wil altijd het beste; 444

Samieranah: Levensadem van alle wezens; 223

Samitinjayah: Altijd de overwinnaar; 362

Samkarshanochoetah: Namen en vormen verdwijnen in Hem; 552

Samksheptà: Hij verlaat nooit degenen die Hem vereren; 598

Sammitah: Wijzen zien Hem als zichzelf; 108

Samnyàsakrit: Hij is het die onthechting schenkt; 580

Sampramardanah: Hij jaagt op ondeugden; 231

Samsthànah: Einddoel; 386

Samvatsarah: Hij is het jaar (verblijfplaats van alle wezens); Heer van de tijd; 91, 422

Samvritah: Gesluierd; 230

Sanàt: Beginloos en eindeloos; 896

Sanàtanatamah: Alleroudst; 897

Sandhàtà: Grote regelaar; 201

Sandhimàn: Genieter; 202

Sannivàsah: Verblijfplaats van degenen die de Waarheid kennen; 706

Santah: Zijn schoonheid is zichtbaar in goede mensen; 929

Saptaidhàh: Hij schittert met zeven tongen; 828

Saptajihvah: Hij brandt met zeven tongen; 827

Saptavàhanah: Hij rijdt op zeven paarden; 829

Sargah: Hij schiep het heelal uit zichzelf; 159

Sarvadarshanah: Hij ziet alles; 94

Sarvadarshie: Hij kent alles; 451

Sarvådih: Begin van alles; 99

Sarvadrigvyàsah: Hij scheidt vele wijzen; 572

Sarvadrik: Ziener van alles; 199

Sarvagah: Aldoordringend; 123

Sarvah: Alles; 25

Sarvajnah: Alwetend; 453, 815

Sarvakàmadah: Hij vervult alle begeerten; 851

Sarvalakshanalakshanyah: Hij wordt gekend door allerlei bewijsmethodes; 360

Sarvaprakaranàyoedhah: Overwinnaar van allen; 1000

Sarvasahan: Drager van het heelal; 863

Sarvashastrabhritàmvarah: Niemand is beter bewapend; 759

Sarvàoenilayah: Verblijfplaats van alle levenskracht; 710

Sarvatashchakshoeh: Hij heeft overal ogen; 625

Sarvatomoekhah: Hij richt zijn aangezicht naar alle zijden; 816

Sarvavàgïeshvaresvarah: Heer van de Heer van de spraak (Bewustzijn aan de basis van de geest en de spraak); 802

Sarvavidbhànoeh: Alwetend en stralend; 124

Sarvavijjayie: Alwetend en glorieus; 799

Sarvayogavinissritah: Vrij van alle kontakten (er is niets wat Hij niet is); 103

Sarveshvarah: Heer van alles; 96

Sat: Zijn; 478

Satàmgatih: Doel van degenen die de Waarheid zoeken; doel van goede mensen; 184, 450

Satkartà: Hij vereert de wijzen; 241

Satkiertih: Zijn roem is zuiver; 622

Satkritah: Aanbeden door goede mensen; 242

Satkritih: Van goede daden; 700

Satparàyanah: Doel van degenen die de Waarheid kennen; 703

Satpathàchàrah: Standaard van alle volmaaktheid; 955

Satram: Beschermmer van het goede; 449

Sattà: Zonder weerga; 701

Sattvasthah: Hij verblijft in Sattva; 487

Sàttvatàmpatih: Heer van alle evenwichtige mensen ; 512

Sattvavàn: Moedig en onverschrokken; 867

Sàttvikah: Vol van Sattva; 868

Satyadharmà: Altijd waarachtig; 529

Satyadharmaparàkramah: Voorvechter van waarheid en rechtvaardigheid; 289

Satyadharmaparàyanah: Verblijfplaats van waarheid en rechtvaardigheid; 870

Satyah: Waarheid; 106, 212, 869

Satyamedhah: Zijn intellect faalt nooit; 755

Satyaparàkramah: Waarheid in actie; 213
Satyasandhah: Zonder dualiteit; 510
Savah: Zijn aard is offervaardigheid; 727
Savità: Zon (voortbrenger van het heelal); 884, 969
Shabdasahah: De Schriften leiden tot Hem; 912
Shabdàtigah: Voorbij alle werelden; 911
Shaktimatàmshreshthah: Beste onder de machtigen; 402
Shamah: Rust; 581
Shambhoeh: Gever van voorspoed; 38
Shankhabhrit: Drager van de schelphoorn; 993
Shàntah: Vrede; 582
Shàntidah: Schenker van vrede; 587
Shàntih: Vrede is zijn aard; 584
Sharabhah: Schitterend in alle lichamen; 356
Sharanam: Toevlucht; 86
Sharierabhrit: Hij voedt alle lichamen; 349
Sharierabhoetabrit: Onderhouder van de elementen van het lichaam; 499
Sharma: Hoogste zaligheid; 87
Shàrngadhanvà: Drager van de boog; 996
Sharvah: Hij vernietigt wat onvoorspoedig is; 26
Sharvariekarah: Hij scheidt duisternis; 914
Shashabindoeh: Hij is de maan; 285
Shàshvatah: Blijvend; 56
Shàshvatasthànoeh: Eeuwig en standvastig; 120
Shàshvatasthirah: Eeuwig en onveranderlijk; 627
Shàstà: Hij heerst over het heelal; 206
Shatamoertih: Hij heeft talrijke vormen; 723

Shatànanah: Hij heeft vele gezichten; 724

Shatànandah: Hij manifesteert zich als zaligheid; 617

Shatàvarttah: Hij neemt ontelbare vormen aan; 343

Shatroeghnah: Vernietiger van vijanden; 412

Shatroejit: Overwinnaar van al zijn vijanden; 820

Shatroetàpanah: Vuur voor al zijn vijanden; 821

Shaurih: Hij is moed; 340, 644

Shikhandie: Hij draagt een pauwenveer (is een koning); 311

Shipivishtah: Hij drinkt water (Hij is de zon); 273

Shishirah: Koelte; 913

Shishtakrit: Heerser; 250

Shishteshtah: Hij wordt bemind door alle wijzen en Hij bemint alle wijzen; 310

Shoebhàngah: Van onovertroffen schoonheid; 586, 782

Shoebhekshanah: Zijn blik brengt geluk; 393

Shoechih: Altijd zuiver; 155, 251

Shoechishravàh: Hij heeft mooie en aangename namen; Hij heeft goede oren (Hij is de Luisteraar in alle oren); 118

Sho^oenyah: Leegte; 743

Sho^oerah: Hij is moedig; 339

Sho^oerajaneshvarah: Bron van kracht; 645

Sho^oerasenah: Hij beschikt over heldhaftige legers; 704

Shokanàshanah: Hij verdrijft de zorgen van degenen die Hem vereren; 632

Shramanah: Hij vervolgt wereldlijkheid; 853

Shreshthah: Luisterrijkste; 68

Shreyah: Hij is de weg en het doel; 612

Shriedah: Hij geeft Shrie; 605

Shriedharah: Drager van Shrie; 610

Shriegarbhah: Oorsprong van Shrie; 376

Shriekarah: Schenker van Shrie; 611

Shriemàn: Altijd samen met Shrie; 22, 178, 220, 613

Shriematàmvarah: Beste onder degenen die Shrie bezitten; 604

Shrienidhih: Schatkamer van

Shrie; 608

Shrienivàsah: Vaste verblijfplaats van Shrie; Hij manifesteert zich in degenen die Shrie bezitten; 183, 607

Shriepatih: Gemaal van Shrie; 603

Shrieshah: Heer van Shrie; 606

Shrievàsah: Verblijfplaats van Shrie; 602

Shrievatsavakshàh: Hij draagt het kenmerk van Shrie op zijn borst; 601

Shrievibhàvanah: Verdeler van Shrie; 609

Shringie: Hij heeft een hoorn (biedt bescherming); 797

Shroetisàgarah: Oceaan van alle Schriften; 264

Siddhah: Volmaakt; Hij is volmaaktheid; 97, 819

Siddhàrthah: Hij bezit alle verworvenheden; 252

Siddhasamkalpah: Hij verlangt niets; 253

Siddhidah: Hij geeft wat men verlangt; 214

Siddhih: Doel; 98

Siddhisàdhanah: Hij geeft zoekers kracht; 255

Simhah: Hij is een leeuw (grote vernietiger); 200, 488

Sivah: Zuiver, voorspoedig; 27, 600

Skandadharah: Hij is de vader van Skanda; 328

Skandah: Hij is Skanda (degene die wordt uitgestuurd); blz.89, 97, 98; 327

Soebhoejah: Hij heeft mooie armen; 265

Soedarshanah: Hij kan overal worden waargenomen; 417

Soedhanvà: Houder van de boog; 567

Soeghoshah: Van voorspoedige klank; 458

Soehrit: Vriend van al wat leeft; 460

Soekhadah: Hij geeft en verstoort het geluk; 459, 889

Soekshmah: Subtieler dan het subtielste; 457

Soelabah: Gemakkelijk toegankelijk; 817

Soelochanah: Hij heeft de mooiste ogen; 794

Soemedhà: Zuivere intelligentie; 752

Soemoekhah: Schoonheid is zijn aangezicht; 456

Soendah: Van onbegrensd mededogen; 792

Soendarah: Van ongeëvenaarde schoonheid; 791

Soeparnah: Hij heeft mooie vleugels; Hij is een gouden blad (Hij openbaarde de Schriften); 192, 855

Soeprasàdah: Vol van genade; 236

Soeràdhyakshah: Voorzitter van de hemel; 134

Soerànandah: Hoogste zaligheid; 186

Soeràrihà: Vernietiger van vijanden; 208

Soereshah: Heer der goden; 85

Soereshvarah: Hij is de Heer van vrijgevige mensen; 286

Soeroechih: Zijn wil manifesteert zich als het heelal; 878

Soeryah: Zon (bron); 883

Soeshenah: Hij heeft een prachtig leger; 540

Soetantoech: Van prachtige manifestaties; 784

Soetapàh: Van grote Tapas (versterving); 195

Soevarnabindoeh: Hij schittert als goud; 800

Soevarnavarnah: Goud van kleur; 737

Soevierah: Van goddelijke daden; 944

Soevratah: Van altijd zuivere gelofte; Hij neemt de voor spoedigste vormen aan; 455, 818

Soeyàmoenah: Behoeder van de Oepanishads; 707

Somah: Altijd samen met Oemà; 505

Somapah: Hij is het die alle offers aanvaardt; 503

Spashtàksharah: Hij wordt duidelijk aangeduid door de letter OM; 279

Sragvie: Hij draagt altijd een guirlande van welriekende bloemen; 216

Srashtà: De schepper; 588, 990

Stavapriyah: Aangeropen door hymnen; 680

Stàvarahsthànoeh: Standvastig en zonder beweging; 427

Stavyah: Voorwerp van alle lofspraak; 679

Sthànadah: Hij geeft aan iedereen zijn juiste plaats; 387

Sthànoeh: Pilaar (Hij is standvastig); 28

Sthavirodhroevah: Beheerser van de tijd; 54

Sthavishthah: Grootste; 53, 436

Sthirah: Standvastig; 203

Sthoelah: Grof; 838

Stoetih: Hij is de daad van verering; 682

Stotà: Hij looft en prijst; 683

Stotram: Hij is de hymne; 681

Svabhàvyah: Oorzaakloze oorzaak; 523

Svadhritah: Zijn eigen steun; 843

Svakshah: Hij heeft prachtige ogen; 615

Svàmghah: Hij is zijn eigen instrument; 548

Svangah: Hij heeft prachtige ledematen; 616

Svàpanah: De slaap in alle wezens; 465

Svasti: Voorspoed; 903

Svastibhoek: Wie Hem ervaart, vindt voorspoed; 904

Svastidah: Voorspoed is zijn geschenk; 901

Svastidakshinah: Zijn voorspoed is doeltreffend; 905

Svastikrit: Hij geeft en neemt voorspoed; 902

Svàsyah: Schitterend van aangezicht; 844

Svavashah: Onafhankelijk; 466

Svayambhoeh: Hij manifesteert zichzelf; 37

Svayamjàtah: Hij manifesteert zichzelf; 986

Tantoevardhanah: Hij waarborgt de voortzetting van de mensheid; 785

Tàrah: Redder; 338, 968

Tàranah: Hij helpt zoekers oversteken; 337

Tat: Dat; 731

Tattvam: Werkelijkheid; 963

Tattvavit: Kenner van de Werkelijkheid; 964

Tejovrishah: Heel en al licht; 757

Tierthakarah: Leraar; 691

Toeshtah: Altijd tevreden; 391

Tridashàdyakshah: Heer van de drie stappen; 535

Trikakoebdhàma: Basis van drie streken (waken, dromen, slapen); 61

Trilokadhrik: Onderhouder van de drie werelden; 751

Trilokàtmà: Het Zelf van de drie werelden; 646

Trilokeshah: Heer van de drie werelden; 647

Tripadah: Hij neemt drie stappen; 534

Trisàmà: Verheerlijkt in de Sàma Veda; 574

Trivikramah: Een zoeker moet drie stappen zetten om Hem te vinden (vereenzelviging met de onbewuste, onderbewuste en bewuste geest opgeven); 530

Tvashtà: Hij verkleint (herleidt enorme massa's energie tot één atoom); 52

Vàchaspatirayonijah: Meester van alle kennis; niet geboren uit een moederschoot; 573

Vàchaspatiroedàradhieh: Hij heeft met grote welsprekendheid, intelligentie en edelmoedigheid de wetten van het leven beschreven (in de Schriften); 217

Vàgmie: Alles getuigt van zijn glorie; 267

Vahnih: Vuur; 233

Vaidyah: Grootste dokter; 164

Vaikhànah: Hij graaft doorheen de aarde; 987

Vaikoenthah: Hij waakt erover dat zoekers niet verdwalen; 405

Vàjasanah: Gever van alle voedsel; 796

Vàmanah: Dwerg (Hij verblijft in het hart); 152

Vamshavardhanah: Hij vermenigvuldigt en vernietigt zijn nageslacht; 846

Vanamàlie: Hij draagt altijd een guirlande (de natuur is zijn guirlande); 561

Varadah: Hij geeft het allerbeste; 330

Varàngah: Hij heeft lieflijke ledematen; 739

Varàrohah: Luisterrijkste bestemming; 121

Vardhamànah: Hij groeit altijd; 262

Vardhanah: Hij onderhoudt de hele schepping; 261

Varoenah: Zon; 553

Vàroenah: Zoon van Varoena (Hij is het licht); 554

Vàsavànoejah: Hij is de jongere broer van de geest (Hij ontstaat als spirituele impuls in de geest); 322

Vashatkàrah: Er wordt aan Hem geofferd; 3

Vasoedah: Hij schenkt echte rijkdom; 269

Vàsoedevah: Hij verblijft in alle wezens als hun licht en leven; alomtegenwoordig; 332, 695, 709

Vasoeh: Alles verblijft in Hem, Hij verblijft in alles; voor allen een toevlucht; 104, 270, 696

Vasoemanàh: Zijn geest is zuiver; alomtegenwoordig; 105, 697

Vasoepadah: Schenker van alle rijkdom (verlichting: de grootste rijkdom); 693, 694

Vasoeretàh: Van gouden essentie: 692

Vatsalah: Hij bemint wie Hem zoekt; 471

Vatsarah: Alles leeft in Hem; 470

Vatsie: Vader; 472

Vàyoeh: Hij is lucht (onmisbaar); 414

Vàyoevàhanah: Hij beweegt in de wind; 331, 856

Vedah: Hij geeft kennis van de Werkelijkheid, omdat Hij die zelf is; 127

Vedàngah: De Vedas zijn zijn delen; 130

Vedavit: Hij kent de Vedas; 128, 131

Vedhàh: Schepper van het heelal; 547

Vedyah: Kennis waardoor men alles kent; 163

Vegavàn: De snelste; 371

Vibhoeh: Hij manifesteert zich in een eindeloze reeks van vormen; aldoordringend; 240, 880

Vidàranah: Hij vernietigt onrechtvaardigheid; 464

Vidhàtà: Hij beschikt; van alles de basis; 44, 484

Vidheyàtmà: Hij leeft in het Zelf en alleen liefde kan Hem bevelen; 621

Vidishah: Enig in zijn vrijgevigheid; 938

Vidvattamah: Zijn wijsheid is de grootste; 920

Vierabàhoeh: Hij heeft machtige armen; 463

Vierah: Held; 401, 643, 658

Vierahà: Vernietiger van machtige helden; verlosser; 166, 741, 927

Vietabhayah: Zonder vrees; 921

Vihàyasagatih: Hij beweegt in de ruimte; 876

Vijayah: Overwinnaar; 147

Vijitàtmà: Wie zijn zinnen beheerst vindt Hem in zichzelf; 620

Vikartà: Hij schept een oneindige verscheidenheid; 381

Vikramah: Hij rijdt op de geest; 78

Vikramie: Moedig; Hij reist snel; 75, 909

Viksharah: Onvergankelijk; 363

Vimoektàtmà: Het altijd vrije Zelf; 452

Vinayah: Hij vernedert hoogmoed; 508

Vinayitàsàkshie: Hij ziet of nederigheid echt is; 514

Virajah: Zonder passie; 396

Viràmah: Volmaakte rustplaats; 395

Virochanah: Schitterend in vele vormen; 882

Vishamah: Ongeëvenaard; 742

Vishishtah: Hij is in ieder wezen het edelste en het heiligste; 249, 309

Vishnoeh: Aldoordringend; 2, 258, 657

Vishodhanah: Grote zuiveraar; 637

Vishoeddhàtmà: Zuiver Zelf; 636

Vishokah: Zorgeloos; 631

Vishràmah: Hij is rust; 424

Vishroetàtmà: Zelfheid van alle dingen; 207

Vishvabhòeh: Hij heeft vele handen; 316

Vishvabhòek: In Hem verdwijnt alle veelvoudigheid; 239

Vishvadakshinah: De handigste; 425

Vishvadhrik: Basis van het heelal; 238

Vishvakarmà: Schepper van het heelal; 50

Vishvaksena: Almachtig; 125

Vishvam: Universeel; 1

Vishvamoertih: Het heelal is zijn vorm; 717

Vishvaretàh: Zaad van het heelal; 88

Vishvàtmà: Zelf van het heelal; 225

Vishvayonih: Moederschoot van het heelal; oorzaak van de wereld en met de wereld als oorzaak; 117, 149

Vistàrah: Allesomvattend; 426

Viviktah: Altijd alleen; 263

Vriddhàtmà: Het oude Zelf; 352

Vrikshah: Hij is een boom; 555

Vrishabhah: Hij bepaalt ieders Dharma; 257

Vrishabhàkshah: Hij ziet overal Dharma; 594

Vrishah: Hij is het Zelf (wezenlijk Dharma); 313

Vrishàhie: Hij bepaalt het resultaat van alle daden; 256

Vrishàkapih: Behoeder van Dharma; 101

Vrishakarmà: Al zijn daden zijn in overeenstemming met Dharma; 112

Vrishàkritih: Zijn vorm is Dharma; 113

Vrishaparvà: Ladder naar Dharma; 259

Vrishapriyah: Hij verheugt zich in Dharma; 595

Vrishodarah: Zijn buik is de regen (Hij is de bron van alle creativiteit); 260

Vyàdishah: Enig is zijn kracht om te bevelen; 939

Vyagrah: Vervuller van alle begeerten; 762

Vyaktaroepah: Hij manifesteert zich als extase; 305

Vyàlah: Slang (Hij kan niet worden benaderd); 92

Vyàpie: Aldoordringend; 467

Vyàptah: Aldoordringend; 413

Vyavasàyah: Vastberaden; 384

Vyavasthànah: Basis; 385

Yadoeshreshthah: Hij manifesteerde zich als Shrie Krishna; 705

Yajnabhoek: Ontvanger van alle Yajnas; 979

Yajnabhrit: Hij helpt Yajnas tot een goed einde brengen; 976

Yajnagoehyam: Hij is de Waarheid die door alle Yajnas wordt gezocht; 982

Yajnah: Yajnas zijn zijn vorm; zijn aard is Yajna; 445, 971

Yajnakrit: Uitvoerder van alle Yajnas; 977

Yajnàngah: De zaken die worden gebruikt in Yajna zijn zijn ledematen; 974

Yajnàntakrit: Schenker van de vruchten van Yajna; 981

Yajnapatih: Heer van alle Yajnas; 972

Yajnasàdhanah: Vervuller van Yajnas; 980

Yajnavàhanah: Zijn Yajnas zijn in overeenstemming met de Schriften; 975

Yajnie: Enige genierter van alle Yajnas; 978

Yajvà: Volmaakt in Yajna; 973

Yamah: Hij verblijft in ieders hart; 162

Yat: Datgene; 730

Yoegàdikrit: Schepper van de tijd; 300

Yoegàvartah: Kracht achter het verloop van de tijd; 301

Yogah: Hij kan worden gekend door Yoga; 18

Yogavidàmetà: Hij leidt de activiteiten van Yogis; 19

Yogie: Hij kan worden gerealiseerd door Yoga; 849

Yogieshah: Koning van de Yogis; 850

Een rover maakt een gat in de muur,
Dringt naar binnen door de muur
En neemt het geld weg.
God is de Super-rover!
Ook als zijn Naam binnendringt
In het hart van de zoeker
Door de gaten in het hoofd (de oren)
Berooft Hij hem van zijn ondeugden.
Geloofd zij die Super-rover!
Moge zijn Naam eeuwig in je hart verblijven.

Ik zou een brief schrijven naar mijn vriend
Als hij ergens ver weg zou zijn.
Maar welke boodschap moet ik sturen
Naar degene die verblijft in mijn lichaam, hart, geest,
Ogen, oren, huid, tong en neus,
Die mijn gedachten en emoties observeert,
Die de getuige is van mijn geest,
Die in mijn adem, bloed en zenuwen is,
Die mijn innerlijke heerser,
Mijn eigen Zelf of Aatma,
De geest van mijn geest en de levenskracht van alle levenskracht is,
Die mijn innerlijke toestand en gevoelens kent?

Swami Sivananda

II. Algemene Woordenlijst

Aachàrya: Leraar, spirituele gids

Aadi: Eerste

Aagas: Schriften; de Vedas; vers 26 Kandar Anoebhoeti (hfst IV)

Aananda Ghana: Massa van zaligheid (Aananda)

Aanjaneya: Hanoeman (Anjana; moeder van Hanoeman)

Aashram: Verblijfplaats van Yogis; hermitage

Aatman: Zelf; zie Kenopanishad, hfst III

Aavarana: Sluier; bedekking; verduistering; blz. verhaal "De ontbrekende tiende", hfst VI

Abhokta: Hij transcendeert genot

Adrijà: Geboren uit de berg (Devie)

Advaita: Non-dualisme; letterlijk: niet-twee; zie Meditatie op de Gieta, vers 1 (hfst I)

Agastya: Bekende kluizenaar, die o.a. voorkomt in de Ràmàyana

Agni: Een van de vijf elementen (vuur); een van de vijf zintuigen (het gezicht); een Deva

Aham: Ik

Aishvarya: Absolute weelde en macht; zie ook de zes gezichten van Shanmoekha in de commentaar over de aanroeping van Kandar Anoebhoeti

Akarta: Hij transcendeert actie

Akhanda: Ondeelbaar

Amaràvatie: Stad van Indra, koning van de Devas; zie ook commentaar over vers 18 van Kandar Anoebhoeti

Amarnàtha: Onvergankelijke (Amara) Heer (Nàtha)

Ambàlikà, Ambikà, Ambà: Moeder

Anàda: Zonder begin

Andajavàhana: Zijn voertuig of rijdier (Vàhana) is een vogel (Andaja); zie: Garoeda

Anga: Deel, trede;

Anoebhoeti: zie ook inleiding van Kandar Anoebhoeti

Antaryami: Innerlijke heerser

Archanà: Aanbidding; eredienst; zie ook inleiding Shrie Vishnoe Sahasra Nama ;

Arjoena: zie commentaar vers 1 van Meditatie op de Gieta;

Aroenàchala: zie commentaar over vers 18 van Kandar Anoebhoeti;

Aroenagirinàthar: zie inleiding van Kandar Anoebhoeti; (Aroena: licht; Giri: berg; Nàthar: Heer.) Zo genoemd omdat hij de verlichting ontving op een berg in Tiroevannamalai. De legende vertelt dat hij een losbandig leven leidde. Zijn zuster had zoveel geduld met hem en was zo onzelfzuchtig dat hij tenslotte walgde van zichzelf. Hij zag zich niet bij machte zijn leven te beteren en wou ook niet langer iemand tot last zijn. Daarom klom hij op de toren van de tempel en roepend met al zijn kracht: "Moeroega (God)!" sprong hij naar beneden. Maar hij bleef ongedeerd.

Moeroega zelf verscheen hem en zei: "Je moet niet sterven, mijn kind, ik zal je een opdracht geven: bezing mijn glorie," en gaf hem het eerste vers: "Moettait Taroe Pattit Tiroenagai Attikkirai Sattich Sharavana Moettik Koroe Vittoeg Goeroepara Ena Odhoe. Met goddelijke glimlach en tanden als parels, O verlichting schenkende Heer van Deivayanai, O Sharavanabhava, houder van de Shakti-speer, o hoogste Goeroe, O zaad van verlichting. Zing aldus." Vanaf die dag vloeiden duizenden liederen van de lippen van de wijze. Kandar Anoebhoeti is zijn meesterwerk.

Aryaman: zie commentaar vers 1 Shàntipàthah;

Asanga: Zonder delen

Asoera: Demon; zie commentaar vers 1 van Meditatie op de Gieta; zie commentaar over de aanroeping van Kandar Anoebhoeti

Astra: Wapen; zie mantra 6 Shrie Vishnoe Sahasra Nama; zie ook commentaar over vers 18 van Kandar Anoebhoeti

Avatàra: Incarnatie

Avidyà: Onwetendheid; zie ook commentaar over verzen 4 en 19 van Kandar Anoebhoeti

Bala: Kracht; zie commentaar over de aanroeping van Kandar Anoebhoeti

Bandhoe: Broeder

Bhagavad Gietà: Het Lied van Bhagavàn; zie "Meditatie op de Gieta"

Bhàgavata Poeràna: Poeràna waarin het leven van Shrie Krishna wordt beschreven; zie commentaar over vers 1 van de Meditatie op de Gieta

Bhairàvie: De verschrikkelijke (Devie)

Bhajan: Verering, aanbidding; liederen van devotie

Bhajo: Vereer

Bhakta: Beoefenaar van Bhakti

Bhakta Hridaya Mandira: Het hart (Hridaya) van Bhaktas is zijn tempel (Mandira) Bhakti: Devotie, liefde

Bhàskara: Maker van licht

Bhava: Bestaan; gevoel

Bhavànie: Zij geeft bestaan (Devie)

Bhoem: Biejàmantra

Bhoevaneshvarie: Godin van de sferen (Devie)

Biejàmantra: Zaadmantra

Bindoe: Het grenspunt; de eerste oorsprong van al het gemanifesteerde; zie commentaar over vers 2 van de Goeroestotram; zie "Omkàram ..."

Boeddha: Verlicht, volmaakt

Boeddhi: Intellect; zie ook Kenopanishad

Bolo: Herhaal

Brahmà: De Schepper; andere namen: Hiranya-garbha, Parameshthin, Pità-maha, Prajà-pati, Svayambhoe, Vidhi of Vedhas

Brahman: Het Absolute;

Brahmasoetras: Aforismen over Brahman (schrijver: Vyàsa); zie ook commentaar over vers 1 van de Meditatie op de Gieta

Brihaspati: Grote Heer; zie commentaar vers 1 Shàntipàthah

Chaitanya: Bewustzijn, leven, intelligentie, vitaliteit; zie Kenopanishad

Chakra: 1. Reflexcentrum (in het energielichaam) in de wervelkolom; 2. Discus van Vishnoe; zie mantra 5 van de Shrie Vishnoe Sahasra Nama; zie commentaar over de aanroeping van de Kandar Anoebhoeti

Chandra: De Maan

Chandrashekhara: Hij draagt de maan op zijn hoofd (Siva)

Chandrashoeddha: Zuiver als de maan

Chàoera: Een Asoera; zie vers 5 van de Meditatie op de Gieta

Chidghana: Massa van Bewustzijn(Chit)

Chidroepa: Vorm van Bewustzijn

Chinmaya: Gemaakt van Bewustzijn

Chit: Bewustzijn

Dama: Zelfbeheersing; beheersing van de zintuigen

Darshan: zie Darshana Do Ghanashyàm Nàtha

Dàsa: Dienaar; (Dàsa Keshava Sannoeta: die door zijn dienaar Keshava wordt gegroet)

Dattàtreya: Beroemde kluizenaar uit de Poerànas die volmaakt de wijsheid van Yoga belichaamt

Dayàsindhoe: Oceaan (Sindhoe) van genade, medelijden, tederheid (Dayà)

Deivayanai (T): Gemalin van Shanmoekha; zie commentaar over de aanroeping en vers 45 van de Kandar Anoebhoeti;

Deva: God; van de wortel Div (schitteren, schijnen); de Devas symboliseren de zintuigen en andere krachten, die werkzaam zijn in het heelal; zie commentaar over de aanroeping en vers 15 van de Kandar Anoebhoeti;

Devakie: Moeder van Krishna

Devaloka: Wereld van de Devas; zie commentaar over vers 2 van de Kandar Anoebhoeti

Devarshi: Goddelijke ziener

Devatà: Godheid

Devie: Vrouwelijk van Deva; scheppingskracht of Shakti; andere namen: Adri-jà of Giri-jà, Ambà, Ambàlikà, Ambikà, Bhairàvie, Bhavànie, Bhoevaneshvarie, Doergà, Haimavatie, Jagad-gaurie, Jagad-màtà, Kàlie, Koe-jà, Mridà, Mridànie, Oemà, Pàrvatie, Ràjeshvarie, Sivà, Tripoerasoendarie

Dhanoes: Boog

Dharma: Rechtvaardigheid, wet, religie; (letterlijk: wat onderhoudt); (afgeleid van Dhri: dragen, houden); zie ook inleiding Shrie Vishnoe Sahasra Nama

Dhàta: Gever; (Moekti Dhàta Shakti)

Dhàta: gever van de verlossing en kracht)

Dhithi (T)(Sanskriet: Diti): De moeder van de demonen; zie commentaar over vers 50 van de Kandar Anoebhoeti

Dhoeryodhana: zie vers 6 van de Meditatie op de Gieta

Dikbandha: zie mantra 11 van de Shrie Vishnoe Sahasra Nama

Divya: Goddelijk, hemels (zie: Deva)

Doergà: Ze is onbereikbaar (Devie)

Dhrashtà: Ziener; zie mantra 1 van de Shrie Vishnoe Sahasra Nama

Dhyàna: Meditatie; zie Meditatie op de Gieta; zie mantra 10 van de Shrie Vishnoe Sahasra Nama

Dvandas: zie commentaar op vers 1 van de Goeroestotram;

Eshanas (T): zie commentaar over vers 39 van de Kandar Anoebhoeti

Gajamoekha: Een Asoera; zie commentaar over vers 1 van de Kandar Anoebhoeti

Ganesha: Zinnebeeldige voorstelling van de eenheid van spreken, denken en handelen; zie commentaar over de aanroeping en verzen 1 en 18 van de Kandar Anoebhoeti

Gangàdhara: Hij draagt de Ganges op zijn hoofd (Siva)

Gangà Rànie: Zij is de koningin die alles zuivert (Gangà: Ganges); zie verzen 34 en 50 van de Kandar Anoebhoeti;

Garoeda: Arend die Vishnoe op zijn rug draagt; zinnebeeld van de uitspraken van de Vedas; (van de wortel Gri: spreken)

Gaurie: Zij is schoonheid

Gietà: Lied; zie Meditatie op de Gieta

Giriesha: Hij is de Heer van de berg (Siva)

Girijà: Geboren uit de berg (Devie)

Goenas: zie commentaar over vers 1 van de Goeroestotram

Goeroe: zie commentaar over vers 1 van de Goeroestotram; zie vers 15 van de Kandar Anoebhoeti;

Goeroedeva: Goddelijke Goeroe

Gopàla: Hij is een herder (Krishna)

Haimavatie: De dochter van de met sneeuw bedekte berg (Devie) Hanoeman: Zinnebeeldige voorstelling van volmaakte dienstvaardigheid en devotie; wordt beschreven in de Ràmàyana als een vazal van Ràma

Hara: Degene die verwijdert, die alles wegneemt, die alles vernietigt; Hij is de dood (Siva)

Hari: Vernietiger van het lijden (Krishna); zie Lied van de Voortdurende Yoga

Himavat: Bedekt met sneeuw (de berg is een symbool van de ether); zie commentaar vers 8 van de Kandar Anoebhoeti;

Hiranyagarbha: Het gouden embryo, de gloeiende kern waar- uit het heelal ontstond (Brahmà)

Ichchhà: De wil; zie commentaar over de aanroeping van de Kandar Anoebhoeti

Iesha: Heer, meester

Ieshvara: zie vers 10 van de Goeroestotram

Ieshvarie: Vrouwelijk van Ieshvara

Indiresha: Heer (Iesha) van Indirà (Laxmie; letterlijk: de machtige)

Indra: De heerser van de hemel, de koning van de Devas; Indra symboliseert de geest; zie vers 9 van de Shàntipàthah; zie commentaar over de aanroeping en over de verzen 10 en 45 van de Kandar Anoebhoeti;

Ishta Devatà: Beminde Godheid (je eigen Godsvoorstelling)

Jada: Niet-intelligent

Jagadgaurie: Mooiste van de wereld (Devie)

Jagadmàtà: Wereldmoeder (Devie)

Jagannàtha: Heer van de wereld

Jagat: De wereld; wat beweegt

Jagatreya Jievana: Levensbeginsel van de drie werelden (het grove, het subtiele, het causale)

Jalamoerti: Water is zijn vorm (Siva)

Jànakie: Sietà, gemalin van Ràma

Japa: Herhaling van een Mantra; zie inleiding en mantra 12 van de Shrie Vishnoe Sahasra Nama, commentaar over Prema Moedita Manase Kaho en commentaar over de verzen 1 en 15 van de Kandar Anoebhoeti;

Enkele instructies voor Japa van Swami Satchidananda:

1. Richt je een meditatiekamer (of -hoek) in. Verstoor ze niet door ze te betreden met wereldse gedachten.
2. Maak er een altaar, gericht naar het zuiden of westen, van ongeveer een halve meter hoog. Plaats er in het midden een kaars op. Ontsteek ze met het gevoel dat je de aanwezigheid van God oproept (of de Ishta Devatà wiens Mantra je herhaalt). Offer zo mogelijk enkele bloemen, brand een reukstokje. Plaats een kop water en een lepel op het altaar.
3. Zit vóór het altaar in je vaste zithouding (op hout of op iets dat isoleert, waarover je iets hebt gelegd wat zacht is). Neem voor geen vin te verroeren voor je Sàdhana ten einde is.

4. Bedek de kop met de vingers van de rechterhand en voel hoe de kosmische trilling door jou in het water vloeit en het zuiver en heilig maakt. Sprenkel er na een minuut enkele druppels van op je hoofd en drink driemaal van het water (schem hier voor wat water met de lepel in je rechterhandpalm en drink het op uit de handpalm) en voel dat Je wordt gezuiverd van lichamelijke geestelijke en uiterlijke spanningen.
5. Doe enkele ademhalingsoefeningen.
6. Observeer een tijd de geest. Wees er de getuige van.
7. Herhaal: "Ik smee de zegen van mijn Goeroedev af, opdat hij aan mijn zijde moge staan om mij te beschermen tegen moeilijkheden tijdens mijn Sàdhana en mij te leiden op mijn pad." Herhaal: Goeroestotram (blz. 11).
8. Herhaal negen maal de Goeroe Mantra: Om Goem Goerave Namah ,
9. Herhaal: "Moge de gewijde Mantra in mijn gehele persoonlijkheid de krachtige en vredevolle heilige trillingen opwekken, zodat ik geniet van Gods genade, wijsheid, zuiverheid, gezondheid, succes, voorspoed, vrede en zaligheid en uiteindelijk de verlichting bereik."
10. Herhaal nu de Mantra met behulp van een Mالا. Houd deze met de rechterhand ongeveer ter hoogte van de borst (zodat hij helemaal vrij hangt) en houd hem tussen duim, middenvinger en ringvinger (de wijsvinger, symbool van het ego, wordt niet gebruikt). Verschuif een bol (naar jou toe) met elke herhaling van de Mantra. Keer de Mالا om als je de centrale bol (Meroe) onder je vingers voelt (hij is gemerkt met een pluisje) en herbegin met vernieuwde aandacht. Herhaal de Mantra met devotie en met een van-bol-tot-bol-bewustzijn en voel zijn trilling. Beoefen een tijd meditatie.
11. Eindig met Shànti Mantras.

Jatadhara: Hij heeft gevlochten haar (als een asceet) (Siva)

Jaya: Leve, overwinning (het Latijnse Ave)

Jnana: Wijsheid; zie commentaar over de aanroeping van de Kandar Anoebhoeti;

Jnana deva: Beroemde wijze

Jnana Shakti: Energie in de vorm van wijsheid; zie commentaar over de aanroeping van de Kandar Anoebhoeti;

Kailasa: Berg van vreugde; verblijfplaats van Siva (Kailasa Vasa: Kailasa is zijn verblijf plaats); zie commentaar over vers 36 van de Kandar Anoebhoeti;

Kala: Stadium in het scheppingsproces of in de evolutie van gedachte tot spraak; zie commentaar over vers 2 van de Goeroestotram

Kala: De tijd (als bijvoeglijk naamwoord betekent het: zwart); zie mantra 11 van de Shrie Vishnoe Sahasra Nama;

Kali: Tijd;perk van Kàlie (Kaliyoga); zie commentaar over vers 7 van de Meditatie op de Gieta;

Kàlie: Kracht van de tijd; (letterlijk: zwart) (Devie)

Kamsa: Tiran, symbool van het ego; speelt een rol in het leven van Shrie Krishna; zie commentaar over vers 5 van de Meditatie op de Gieta;

Kandar (T): zie inleiding en commentaar over vers 18 van de Kandar Anoebhoeti;

Kandara: Grot

Kapàlamàlin: Getooid met een guirlande van schedels (Siva)

Kàppoe (T): Aanroeping; bescherming

Karma: Werk; actie; gevolg van daden; zie commentaar over vers 1 van de Meditatie op de Gieta en commentaar over de verzen 4 en 6 van de Kandar Anoebhoeti;

Karoena: Medelijden

Kàrttikeya: zie inleiding van de Kandar Anoebhoeti;

Kàshie: Benares (nu: Vârànasie), oudste stad van de wereld; in het lichaam is Kàshie de top van het hoofd; zie vers 5 van Prema Moedita Manase Kaho en vers 3 van Darshana Do Ghanasyàm Nàtha

Kauravas: zie verzen 2 en 6 van de Meditatie op de Gieta

Kaushtoebha: Juweel dat te voorschijn kwam tijdens het karnen van de oceaan (zie Mandaràdhi Dhara) en dat werd gedragen door Vishnoe. Dit juweel verloor al zijn pracht en luister als het werd verwijderd van de borst van Vishnoe. De mens is zo'n juweel: hij is prachtig zolang hij communie heeft met de aldoordringende Werkelijkheid of God.

Kenopanishad: Een van de voornaamste Oepanishads; zie hoofdstuk III;

Kielakam: zie mantra 5 van de Shrie Vishnoe Sahasra Nama;

Kiertan, Kiertanà: Zingen van de namen van God; zie commentaar over Prema Moedita Manase Kaho en hoofdstuk V;

Kierti: Faam; één van de zes gezichten van Shanmoekha in de inleiding van de Kandar Anoebhoeti;

Kiertita: Bezongen

Koedhàla (T): zie commentaar over vers 38 van de Kandar Anoebhoeti;

Koejà: Geboren uit de aarde (Devie)

Koelisàyoedha (T): zie commentaar over vers 35 van de Kandar Anoebhoeti;

Koemara, Koemàra: zie commentaar over de verzen 8, 15 en 22 van de Kandar Anoebhoeti;

Koendalinie: Potentiële energie aan de basis van levende wezens; zie vers 4 van de Hymne aan de Goeroe;

Koeroes: Kauravas, tegenstanders van de Pàndavas (Mahàbhàrata); hun leider was Doeryodhana; zie inleiding Shrie Vishnoe Sahasra Nàma;

Koetir: Kamer, huisje

Koham: Wie ben ik?

Krishna: Grond van alle zaligheid; zwart van kleur, d.w.z. geboren in de totale stilte en duisternis van middernacht, met andere woorden als de stilte van de geest volledig is; zie vers 3 van de Meditatie op de Gieta

Krishnasvàmie: Krishna is de meester (Svàmie) van de hele schepping

Kriyà Shakti: Energie die zich manifesteert als activiteit; zie inleiding van de Kandar Anoebhoeti;

Laxmie: Letterlijk: Zij-van-de-honderdduizenden: Zij is voorspoed en symboliseert veelvuldigheid; synoniem van: Shrie; gemalin of Shakti van Nàràyana; zie meditatiestanza, Shrie Krishna Hare, Kandar Anoebhoeti vers 12

Lielà: Spel; de schepping is Gods Lielà; Kandar Anoebhoeti vers 2 en 40

Mà: Laxmie; moeder

Mahà: Groot; wat transcendeert of overstijgt; zie Mahanàràyanam, Kandar Anoebhoeti vers 5

Mahàbhàrata: Epos; zie meditatie op de Gieta vers 2, Shrie Vishnoe Sahasra Nama

Mahàdeva: Hij transcendeert alle energie (Siva)

Mahàkàlie: Zij transcendeert de tijd

Mahàlaxmie: Zij transcendeert verscheidenheid en voorspoed

Mahàmàyà: Grote illusie;

Mahàràj: Aanspreking die eerbied uitdrukt; (letterlijk: grote koning)

Maharshi: Grote ziener

Mahàvākya: formules uit de vedas voor meditatie op de identiteit van Brahman (het Absolute) en Atman of Zelf

Mahesvara: Grote Heer;

Maheshvarie: Gemalin (Shakti) van Maheshvara

Makara Koendala Dhàri: Hij draagt oorringen in de vorm van een krokodil (zinnebeeld van intellectuele kennis of Sànkhya en intuïtieve ervaring of Yoga); (Vishnoe of Krishna)

Màlà: Snoer voor Japa, telt 108 bolletjes (12 maanden, 9 planeten; $12 \times 9 = 108$: symbool van het Alles); guirlande

Mama: Mijn

Mandaràdhi Dhara: Hij draagt de berg; Mandara is de berg die door goden en demonen werd gebruikt om de melkoceaan te karnen. De berg echter zonk weg in de oceaan. God verscheen in de vorm van een schildpad (Koerma) als steun voor de berg. Het geluk is in ons aanwezig als boter in melk. Het karnen symboliseert de inspanning om het geluk te vinden. Allen hebben hetzelfde doel: het geluk. De schildpad symboliseert genade.

Mandhàkini (T): Kandar Anoebhoeti vers 33

Mangalam : Voorspoed

Mantra: beschermer (tra) van het denken (man)

Maroets: wind; zie Meditatie op de Gieta vers commentaar vers 9

Màtà: Moeder

Màtेशvarie: Grootste van alle moeders

Màyà: Illusie; (letterlijk: niet-dat)

Meroe: Berg; as van de aarde; centrale kraal van een Màlà;

Mitra: zie Shàntipàthah vers 1

Moedita: Vreugde

Moedrà: Symbool; zegel

Moekti: Verlichting, bevrijding, verlossing

Moemoekshoetva: Verlangen naar verlichting

Moeralie: Fluit

Moeraliedhara: Drager van de fluit (Krishna)

Moeràri: Allesomvattend maar is zijn sieraad)

Moeroega: zie Kandar Anoebhoeti verzen 7, 13, 14, 15, 23 en 43

Moerti: Beeld in een tempel; (letterlijk: belichaming)

Mohana Kàra: Hij verblindt; Hij is aantrekkelijk

Moksha: Verlossing, verlichting

Mridà, Mridànie: Zij zet onder druk of knijpt uit (Devie)

Nàda: zie Goeroestotram vers 2

Nàmadeva: Beroemde wijze

Namah, Namo: Gegroet; afgeleid van: Nam, groeten, buigen, zich onderwerpen; diepere betekenis: Na: niet, Mah: mij (ik ben niet dit ik-je, niet meneer of mevrouw zus-of-zo)

Namàmi: Ik groet

Nàmàvalie: Reeks (Aavalie) van Namen

Nandaka: Wat gelukkig maakt; naam van het zwaard van Krishna: het maakt gelukkig omdat het lijden verdrijft

Nandalàla: Zoon van Nanda (Krishna)

Nàrada: zie Meditatie op de Gieta vers 1

Nàràyana: 1. Hij heeft zijn plaats verblijfplaats in ieder wezen; 2. Wanneer Vishnoe slaapt keert het heelal terug naar zijn vormloze toestand, voorgesteld als de causale oceaan. Wat overblijft van het gemanifesteerde wordt voorgesteld als de slang Shesha (overblijfsel), die drijft op de onpeilbare oceaan. Het is op deze slang dat Vishnoe rust. Nàràyana betekent daarom ook: Hij slaapt op de wateren.

Nàtha: Heer, meester, beschermer, leider

Neti-neti: niet dat; zie Kenopanishad, 1^o bedrijf

Netra: Oog; zie Shrie Vishnoe Sahasra Nàma, mantra 7

Nielakantha: Hij heeft een blauwe keel; naam van Siva: Hij drinkt het vergif (het lijden), het brandt een blauwe plek in zijn keel (vernietigt Hem niet)

Nirvikalpa Samàdhi: Hoogste Samàdhi; zie Kenopanishad, 2^o bedrijf

Nitya: Eeuwig

Nityànanda: Eeuwige zaligheid

Noel (T): Draad; verhandeling; boek

Oemà: Vrede van de nacht (Devie); Kandar Anoebhoeti, vers 46

Oepadesha: Lering, onderricht; Kandar Anoebhoeti, vers 20, 38

Oepanishads: Schriften die de ver borgen betekenis van de Vedas beschrijven; Meditatie op de Gieta, vers 4, Kenopanishad

Oeparati: Afkeer van zingenot

OM: Basisklank; zie Omkàram; Kandar Anoebhoeti, vers 20

Omkàra: Letter OM

Pàhimàm: Bescherm mij

Panchànana: Met vijf gezichten (Siva)

Pandarinàtha Shoebhada: Heer van rijkdom en voorspoed

Pàndavas: Afstammelingen van Pandoe (Pandoe betekent: zuiver, wit); Meditatie op de Gieta, vers 6; De Duizend Namen van de Aldoordringende Werkelijkheid

Pàndoeranga: Lid van de Pàndavas

Para, Param: Hoogste

Parabrahma: Het hoogste Absolute

Paramdhàma: Hoogste verblijfplaats

Paramapàda: Hij bekleedt de hoogste

Parampara: lijn van instructie

Paràt parah: Voorbij het voorbije

Pàrvatie: Dochter van de berg (Devie)

Patita Pàvana: Hij zuivert degenen die gevallen zijn

Pàvaka, Pàvana, Pavitram: Hij zuivert

Pitàmaha: De patriarch (Brahmà)

Poejà: Goeroestotram, vers 5

Poejita: Vereerd

Poendarieka: Lotus; (betekenis van de lotus als symbool: Kandar Anoebhoeti, vers 21

Poerànas: Schriften waarin een bepaalde godheid wordt beschreven (letterlijke betekenis: het is oud en toch nieuw); toegeschreven aan Vyàsa; Kandar Anoebhoeti, vers 18

Pràna: Levenskracht; Kandar Anoebhoeti, vers 20

Pranava: Kandar Anoebhoeti, vers 20

Prema: Liefde

Ràdhà: Verpersoonlijking van voorspoed en succes; gemalin of mentale kracht van Shrie Krishna Ràghava: Afstammeling van Raghoe (Ràma)

Raghoe: Hij gaat in alles tot het einde (van Ragh: gaan)

Raghoenandana: Vreugde (Nanda) van de Raghoes

Raghoenàtha, Raghoepati: Heer van de Raghoes (Ràma)

Raghoeviera: Held van de Raghoes (Ràma)

Ràjaràjeshvarie: Koningin van koninginnen

Ràjaràma: Ràma is de koning

Rajas: Goeroestotram, vers 1

Ràjasa Soekoemàra: Hij is een koning die eeuwig jong is

Ràjeshvarie: Koningin (Devie)

Rakshamàm: Bescherm mij

Ràma: God in de vorm van genade; incarnatie van Vishnoe: zijn leven wordt beschreven in de Ràmàyana en illustreert hoe meditatie en wereldlijkheid moeten worden verzoend

Ramana: Bemind (bv. Pàrvatie)

Ramana: beminde van Pàrvatie)

Ràmachandra: Hij is als de maan (Chandra) voor de wereld (Ràma)

Ràmàyana: Beroemd epos; zie Ràma

Ràmnam: zie Prema Moedita Manase Kaho

Ranadhiera: Moedig in de strijd

Ràvana: Lankà Ràvan, tienkoppige demon uit de Ràmàyana(die koning was van Lankà (Ceylon); zinnebeeld van de geest en de zintuigen

Re: O (aanroeping: bv. O Heer)

Rishi: Ziener; De Duizend Namen van de Aldoordringende Werkelijkheid, mantra 1

Rita: Rechtvaardigheid; De Duizend Namen van de Aldoordringende Werkelijkheid, mantra 11

Roedra: Meditatie op de Gieta, vers 9

Sadàsiva: Hij is eeuwige (Sadà) voorspoed (Siva)

Sadgoeroe: zie Goeroestotram, vers 1

Sàdhana: Spirituele oefeningen

Sàgara: Oceaan

Sahasra: Duizend

Sahasràra: Duizendbladige lotus in de top van het hoofd

Sàkshàt: In persoon, eigenlijk (Sàkshàt Param Brahma: Hij is zelf het hoogste Absolute)

Samàdhàna: Concentratievermogen

Samàdhi: Bovenbewustzijn

Sàmba: Samen met Ambà (Siva)

Samràj, Samràt: Keizer

Samsàra: Het heelal (letterlijk: wat voortdurend verandert)

Samstoeta: Geprezen

Sanaka, Sananda, Sanàtana, Sanatkoemàra of Sanatsoejàta: De vier wijzen; geestelijke zonen van Brahmà, de schepper

Sankiertan: Kiertan

Sannyàsin: Monnik

Sarasvatie: Godin van de spraak; de vloeiende (Saras-vatie); Zij symboliseert intelligentie en wijsheid

Sarva: Alle

Sarvanàma, Sarvaroepa, Sarvajnàna, Sarvesha: Hij is In alle namen (Nàma), in alle vormen (Roepa); Hij is alle wijsheid (Jnàna); Hij is de Heer (Iesha) van alles

Sarva Shaktimàn: Hij wordt gerespecteerd (Màn) door alle (Sarva) vormen van energie (Shakti)

Sat: Zijn, bestaan, werkelijkheid

Satchidànanda: Bestaan-bewustzijn-zaligheid

Satsanga: Samenzijn met wijzen of met zoekers; (negatieve Satsang: studie van de Schriften of boeken van wijzen)

Sattva: Goeroestotram, commentaar vers 1

Saumya: Mooi, aangenaam; Brahmaan

Senapatti: Leider van het leger van de Devas

Shabarie: (Letterlijk: wild, onbeschaafd). Vrouw die Ràma vereerde; ze was niet goed opgevoed. Ze plukte vruchten voor Ràma en beet ervan om te zien of ze rijp waren. Dit is tegen de regels van de beleefdheid in India. Ràma echter at de vruchten op, omdat hij zag dat haar devotie oprecht was

Shadànana: Met zes gezichten

Shadsampat: Zes deugden (Shama, Dama, Oeparati, Titikshà, Shraddhà, Samàdhàna)

Shakti: energie, scheppingskracht van God; Goeroestotram, vers 10; Duizend Namen van de Aldoordringende Werkelijkheid, mantra 4; Kandar Anoebhoeti, commentaar aanroeping

Shama: Rust, sereniteit

Shankara: 1. Schenker van vreugde (Siva) 2. Beroemd filosoof (8e eeuw)

Shankarie: Pàrvatie

Shankha: schelphoorn; De Duizend Namen van de Aldoordringende Werkelijkheid, mantra 5

Shanmoekha: Hij heeft zes gezichten; Kandar Anoebhoeti, aanroeping, commentaar verzen 1 (Shanmoekha's Mantra), 10, 18, 22, 29

Shànti: Vrede; Shàntipàtha, Shanti Mantras

Sharavanabhava: Kandar Anoebhoeti, commentaar vers 33

Shesha: Zie: Nàràyana

Shloka: Verheerlijking in vers; hymne

Shoeddha: Zuiver

Shraddhà: Geloof

Shrie: Voorspoed, schoonheid

Shroetis: Schriften (letterlijk: wat werd gehoord); de openbaring

Shyàma: Zwart van kleur (zie: Krishna)

Siddha: Volmaakt

Sietà: Gemalin van Ràma (letterlijk: uit de aarde geboren)

Sieyà: Sietà

Siva: Voorspoed; de vernietiger (van het kwaad); andere namen: Chandra-shekhara, Gangàdhara, Giriesha, Hara, Jalamoerti, Jatà-dhara, Kapàla-màlin, Mahàdeva, Niela-kantha, Pancha-ànana, Sadàsiva, Sàmba, Shankara, Sthànoe, Trilochana of Tryambaka, Vishva-nàtha,

Sivà: Zij is voorspoed (Devie)

Sivoham: Ik ben Siva

Smritis: Schriften; (letterlijk: wat werd herinnerd); niet zo gezaghebbend als Shroetis

Soebramanya: Samen met Brahman; bemind door Brahmanen (wijzen)

Soedàmà: Een arm man die Shrie Krishna vereerde. Tijdens een bezoek had hij als geschenk slechts een handvol rijst. Shrie Krishna verkoos dit geschenk boven de koninklijke giften van andere bezoekers, omdat het gegeven was met oprechte devotie

Soekha: Gelukkig

Soera: God; van de wortel Svar, schitteren (zie: Deva); Meditatie op de Gieta, vers 9; Kandar Anoebhoeti, vers 4

Soeresha: Heer van de goden

Soetra: Draad; aforisme

Soham: Hem (Sah) ben ik (Aham); Om Soham: grote Vedàntische Mantra

Svàmie, Svàmin: Spirituele leraar, heer, meester, asceet; ingeburgerde schrijfwijze: Swami

Svara: Toon; Kiertan, inleiding

Svarga: Hemel

Svaroepa: Essentie

Swami: Zie Svàmie

Swami Sivananda: Pattamadai (Zuid- India) 8 september 1887 - Rishikesh (Himàlayas) 14 juli 1963. In 1932 stichtte hij Sivànanda Aashram (Rishikesh); in 1936 stichtte hij de DLS (Divine Life Society). Hij schreef ruim 200 boeken. In 1962 sloten wij aan bij de DLS. Lees onze publicatie over hem: "Onthoud. Vergeet. Portret van een Yogi." Swami Sivananda maakte van het hart van miljoenen mensen in India en daarbuiten een schrijn voor de naam van de God die hij vereerde, de onvergankelijke Werkelijkheid van alle dingen, en daardoor werden die miljoenen harten een schrijn voor Swami Sivananda. Hij bevredigde het intellect van moderne zoekers door de oude Yoga- en Vedantafilosofie strikt logisch te benaderen. Maar ook bevredigde hij hun hart. De golf van enthousiasme die hij veroorzaakte werd niet in het minst ontsierd door fanatisme. Onver moeibaar spande hij zich in om de mensen te stimuleren tot een oprechte beleving van hun overtuiging. In zijn liederen combineerde hij filosofische instructies met devotie. Hij werd door zijn tijdgenoten de Sankiertan Samràt genoemd

Tàla: Ritme; zie inleiding Kiertan

Tamas: zie Goeroestotram, commentaar vers 1

Tapas: Versterving

Tat: Dat (de onvergankelijke Werkelijkheid, het onuitsprekelijke)

Tattva: principe; Kandar Anoebhoeti, commentaar vers 47

Tava: Uw

Tejas: Licht, luister; Kandar Anoebhoeti, commentaar vers 46

Tiertha: Heilige plaats; schrijn; Duizend Namen van de Aldoordringende Werkelijkheid, mantra 12

Titikshà: Uithoudingsvermogen

Toekaràm: Beroemde wijze. Op zekere avond zong hij in een tempel. Er was een massa volk gekomen om hem te horen. Hij zong de hele nacht door. Bij dageraad kwam hij neer uit zijn extase. Er was nog één man in de tempel. Toekaràm zei: "O, tenminste toch één man die geïnteresseerd is in de naam van de Heer." Maar de man antwoordde: "U staat op mijn deken. Als u even opzij gaat kan ik ook naar huis gaan."

Trilochana: Hij heeft drie ogen (Siva)

Tripoerari: Vernietiger van drie steden (vereenzelviging met lichaam, geest en causaal lichaam) (Siva)

Tripoerasoendarie: Zij is de schoonheid van de drie werelden (hemel, ether en aarde) (Devie)

Tryambaka: Hij heeft drie ogen (Siva)

Toelasidhàra Kandara: Met Toelsi rond de hals vereert men Hem in de grot (van het hart); (Toelsi: houtsoort waarvan Japamàlàs worden gemaakt)

Vàhana: Voertuig, rijdier

Vairàgya: Onthechting

Vajra: Diamant

Vala: Kandar Anoebhoeti, commentaar vers 10

Vallabha: Bemind, begeerd

Valli: Gemalin van Shanmoekha; Kandar Anoebhoeti

Vande: Gegroet, vereerd

Varoena: nacht en kracht die werkzaam is in de uitademing; Shàntipàthah, vers 1

Vasoedeva: Vader van Krishna

Vàsoedeva: Hij is alomtegenwoordig; Hij verblijft in alles (Vishnoe); zoon van Vasoedeva (Krishna)

Vàyoe: Wind; een van de vijf elementen; de spraak; Shàntipàthah, vers 1

Vedànta: (Letterlijk: einde van de Vedas); een Oepanishad; filosofie die het einddoel van de Vedas (de Zelfrealisatie) onderwijst

Vedàntin: Volgeling van Vedànta

Vedas: Schriften; ze worden beschouwd als de eeuwige wet (Dharma); het schema van het heelal, geopenbaard door Brahmà

Veel (T): Speer; Kandar Anoebhoeti, commentaar vers 1 en 28

Veelayoedha (T): Drager van de speer (Moeroega); Kandar Anoebhoeti, commentaar vers 4 en 30

Venoegopàl: De fluitspelende herder (Krishna)

Vidhi, Vedhas: Hij is degene die verordent (Brahmà)

Viera: Held

Vighneshvara: Heer met vijf armen (Ganesha); Kandar Anoebhoeti, commentaar aanroeping

Vikshepa: Heen en weer bewegen; projecterende kracht van de geest; spiritueel verhaal "De onbekende tiende"

Vinàyaka: Hij verwijdert de hindernissen (Ganesha); Kandar Anoebhoeti, commentaar aanroeping

Vipra: Wijze; Brahmaan

Vishnoe: Hij is aldoordringend; Hij is het Zelf van alles; Hij is de aldoordringende Werkelijkheid

Vishoeddha: Zuiver

Vishva: Heelal

Vishvanàtha: Heer van het heelal

Vishvaroepa: Universele vorm; Kandar Anoebhoeti, commentaar vers 10

Viththala: Naam van Vishnoe of Krishna

Viveka: Onderscheidingsvermogen

Vrindàvan Dhàma: (Ook Brindàvan) Plaats waar Shrie Krishna opgroeide met zijn pleegouders Nanda en Yashodà en stoeide met de melkmeisjes of Gopies

Vyàpaka: Aldoordringend

Vyàsa: Meditatie op de Gieta, commentaar vers 1; De duizend Namen van de aldoordringende Werkelijkheid, inleiding

Yaksha: Klasse van halfgoden; Kenopanishad, derde bedrijf

Yama: god van de dood; Kandar Anoebhoeti, vers 10, 41

Yajna: Offer

Yoej: Verenigen (wortel waarvan het woord Yoga is afgeleid)

Yogi, Yogin (vrouwelijk: Yogini): Volgeling van Yoga

Yoni: Moederschoot; De duizend Namen van de aldoordringende Werkelijkheid, mantra 9

SONG OF SALUTATIONS

He who dwells in the hearts of Bhaktas
He who destroyed Lankà Ràvan
He who ate the fruits of Shabari
To Him I give my salutations.

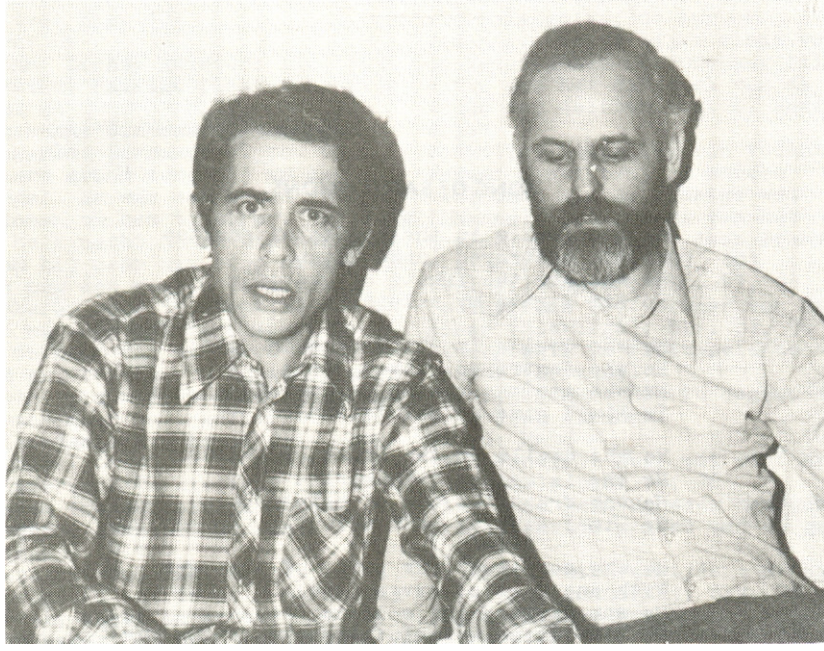
He who dwells in the Vrindàvan Dhàm
He who destroyed wicked Kamsa
He who ate the grains of Soedàmà
To Him I give my salutations.

He who dwells on the Mount of Kailàs
He who is called Tripurari
He who drank the cup of poison
To Him I give my salutations.

He who combined four parts of nitrogen
With one part of oxygen gas
He who divided the seasons
To Him I give my salutations.

He who dwells in Aananda Kutir
He who is called Swami Sivananda
He who is our Beloved Gurudev
To Him I give my salutations.

He who dwells in everything
He who is called Parabrahman
He who is my own Self
To Him I give my salutations.



Sivanarayan in Satsang

De samensteller, vertaler en commentator:

Narayan (Jozef Kiekens). In 1962 stichtte hij samen met zijn broer Siva (Louis Kiekens) Yoga Vedanta Divine Life Society Branch (DLSI, waarvan ze sedert de oprichting tot nu toe voorzitter en secretaris waren. In 1966 introduceerden ze Swami Satchidananda in België, die hen Siva en Narayan begon te noemen en peter werd van hun DLS-afdeling. Samen schreven ze "Wegwijs in Yoga», «Yoqaqids», «Yoqakompas » en enkele kleinere werken. Narayan schreef "Onthoud, Vergeet, biografie van een Yogi» (levensbeschrijving van Swami Sivananda). Onder Siva's impuls begonnen ze in 1962 een maandblad uit te geven dat ze "Licht van Sivananda» noemden. Narayan verzorgt er sinds 1963 de redactie van. In 1969 richtten ze de Yoga Academie op, die leerlingen aantrekt van over het gehele Nederlands taalgebied.

"Ik geloof in Nàmopatie, Omopatie en Sympathie.»
zei Swami Sivananda. Er is een vrede en een geluk die nooit vergaan. Dat is God, de basis van alle dingen, die wordt aangeduid met vele Namen, waarvan OM de volledigste is. Herhaling van die Namen en van OM, met liefde voor alle dingen, richt de geest naar binnen en geneest de mens van al zijn kwalen. Wie meditatie beoefent, behoeft geen medicatie. De wijsheid in dit boek is het erfdeel van alle mensen. Ze overstijgt ras, tijd en godsdienst ...