

De yoga van de bevrijding

(*Bhagavadgītā*, hoofdstuk 18)

- 1 *Arjuna sprak:*
O grootarmige, o heer van de zintuigen, o doder van de demon Keśī, ik zou de het essentiële onderscheid willen weten tussen het zich terugtrekken en het afstand doen.
- 2 *De heer (Kṛṣṇa) sprak:*
Het zich onthouden van handelingen die gebaseerd zijn op verlangens, noemen de wijzen noemen het zich terugtrekken uit de wereld. Het afzien van de vruchten van alle handelingen wordt door de wijzen onthouding genoemd.
- 3 Sommigen zeggen dat men het handelen achterwege moet laten omdat elke handeling onrein is. Anderen daarentegen beweren dat daden van offerande, liefdadigheid en ascese niet achterwege gelaten moeten worden.
- 4 Hoor nu van mij de waarheid m.b.t. onthouding, o beste van de Bharata's!
Je moet weten dat er drie soorten onthouding zijn, o tijger onder de mensen!
- 5 Daden van offerande, liefdadigheid en ascese moeten niet opgegeven worden. Zij moeten gedaan worden. Het offer, de liefdadigheid en de ascese, zij reinigen de wijze mensen.
- 6 Maar deze handelingen moeten verricht worden zonder gehechtheid en gedachte aan beloning. Dat is mijn beslissende uitspraak, o Pārtha!
- 7 Het is niet juist een voorgeschreven handeling achterwege te laten. Als men dat doet uit onbegrip, wordt dat als tamasisch gezien.
- 8 Iemand die een handeling vermijdt uit vrees voor lichamelijk lijden, hij zal, dat gedaan hebbend, niet de vrucht van de onthouding verkrijgen voor deze rajasische onthouding.
- 9 Hij die een handeling uitvoert, omdat het moet, o Arjuna, zonder gehechtheid en zonder gericht te zijn op een beloning, zijn afstand nemen wordt als sattvisch gezien.
- 10 Hij die teruggetrokken leeft, de wijze, die volkomen zuiver is en geen enkele twijfel meer heeft, hij heeft geen afkeer van onaangename handelingen en is niet gehecht aan aangename handelingen.
- 11 Het is voor een mens niet mogelijk acties compleet te vermijden. Maar degene die afziet van de vrucht van de handeling, hij wordt gezien als iemand die volledig afstand heeft genomen.

- 12 De vrucht van de actie nadat de mensen zijn doodgegaan, is voor degenen die geen afstand hebben genomen, ongewenst, gewenst, of van beide een beetje. Voor degenen die deze wereld achter zich heeft gelaten is er hoe dan ook geen sprake van vrucht.
- 13 Hoor nu van mij, o grootarmige, welke de vijf factoren zijn voor het laten slagen van alle handelingen volgens de Sankhya-filosofie.
- 14 Het zijn: een lichaam, een handelend persoon, zijn verschillende zintuigen, de verschillende pogingen en als vijfde dan de goddelijke voorziening.
- 15 Welke handeling, juist of verkeerd, de mens ook begint met zijn lichaam, zijn woorden of zijn geest, deze vijf zijn de oorzaken ervan.
- 16 Degene die vanuit domheid alleen maar zich zelf ziet als de doener, en de vijf factoren negeert, hij kijkt als een dwaas.
- 17 Hij wiens geest niet ego-gericht is, en wiens geest niet gehecht raakt, hij doodt deze mensen niet, als hij ze gedood heeft, en zijn hij wordt er niet door gebonden.
- 18 Het gekende, het object van kennis, en de kenner, deze zijn de drievoudige aansporing tot handelen. De oorzaak (het zintuig), de daad en de dader, deze zijn de drie bestanddelen van het handelen.
- 19 De kennis, de daad en de dader zijn verschillend op basis van de guna's. In de filosofie van de guna's wordt het verklaard hoe dat zit. Luister maar naar wat volgt:
- 20 Zij die de ene, ondeelbare natuur zien in alle schepselen, de ondeelbare in hen die verdeeld zijn, weet dat zij sattvisch kennis bezitten.
- 21 Maar de kennis die door de diversiteit in alle schepselen de verschillende soorten als van verschillende aard ziet, weet dat die kennis rajasisch is.
- 22 Maar de kennis die aan één zaak gehecht wordt alsof het het geheel was, zonder verder na te denken, zonder enige kennis van de werkelijke aard, die kennis wordt als tamasisch beschouwd.
- 23 Die voorgeschreven handeling die verricht wordt zonder gehechtheid en noch met blijdschap, noch met tegenzin, door iemand die niet verlangend is naar het resultaat, die handeling wordt sattvisch genoemd.
- 24 Een handeling die met veel inspanning wordt verricht door iemand met een groot ego, die verlangend is naar bevrediging van zijn wensen, of die steeds weer wordt verricht daarvoor, die wordt als rajasisch verklaard.
- 25 Een handeling die vanuit waandenkbeelden is begonnen, waarbij niet rekening wordt gehouden met het resultaat, vernietiging, schade en de mens die hem uitvoert, die wordt als tamasisch verklaard.
- 26 Degene die vrij van gehechtheid handelt, niet egocentrisch, begiftigd met

standvastigheid en enthousiasme, en die onveranderlijk is in voor- en tegenspoed, men beschouwt zijn daden als sattvisch.

- 27 Degene die vanuit hartstocht handelt, verlangend naar de vrucht van het werk, die begerig is, wiens natuur wreed is, die onzuiver is en begiftigd met gevoelens van vreugde en lijden, men beschouwt zijn daden als rajasisch.
- 28 Wie niet toegewijd is, ordinair, arrogant, oneerlijk, beledigend, lui, neerslachtig en traag, men beschouwt zijn daden als tamasisch.
- 29 Het onderscheid in intelligentie en standvastigheid is vanwege de guṇa's ook drievoudig. Luister naar hoe het volledig en in zijn verscheidenheid wordt beschreven (door mij), o Overwinnaar!
- 30 Activiteit en inactiviteit, dat wat gedaan moet worden en wat niet, vrees en onbevreesdheid, gebondenheid en bevrijding, het wijze verstand dat daar weet van heeft, dat is sattvisch, o zoon van Pṛthā!
- 31 Het verstand waarmee iemand op een onjuiste wijze begrijpt wat juist is en wat onjuist, wat gedaan moet worden en wat niet, o zoon van Pṛthā, dat verstand is rajasisch.
- 32 Het verstand, dat gehuld is in onwetendheid, dat het onjuiste als juist ziet, en alle zaken op een verdraaide wijze, o zoon van Pṛthā, dat verstand is tamasisch.
- 33 De vastberadenheid waarmee men door het onophoudelijk yooga beoefenen greep houdt op de geest, de ademhaling en de zintuigen, o zoon van Pṛthā, die vastberadenheid is sattvisch.
- 34 De vastberadenheid waarmee men, o Arjuna, vasthoudt aan de doelen in het leven (plichten vervullen, genieten en rijk worden), door gehechtheid en uit verlangen naar resultaten, o zoon van Pṛthā, die vastberadenheid is rajasisch.
- 35 De dwaas die de slaap, de vrees, de zorgen, de neerslachtigheid en de trots niet los kan laten, o zoon van Pṛthā, zijn vastberadenheid is tamasisch.
- 36 Hoor nu van mij, o beste van de Bharat'a over de drievoudige vreugde, dat waar de mens door oefening plezier aan beleeft en waardoor hij erdoor het einde van het lijden verkrijgt.
- 37 Dat wat in het begin vergif lijkt maar in het einde als nectar is, dat geluk wordt sattvisch genoemd, geboren uit de rustige kalmte van het zelf.
- 38 Dat wat vanwege het contact dat de zintuigen maken met hun objecten, eerst als nectar is, maar aan het einde als vergif, dat geluk wordt rajasisch genoemd.
- 39 Dat geluk dat zowel in het begin als aan het einde een verdwazing van de geest is, ontstaan uit slaap, luiheid en achteloosheid, dat geluk wordt tamasisch genoemd.
- 40 Er is geen schepsel op aarde of ook in de hemelen temidden van de goden, dat vrij zal zijn van deze drie guṇa's, die geboren zijn uit de eigen natuur.

- 41 De activiteiten van de brahmanen, de krijgers, de kooplieden en de dienaren, o Arjuna, zijn ingedeeld naar de guṇa's die bij hun eigen aangeboren natuur passen.
- 42 Kalmte, zelfbeheersing, ascese, zuiverheid, geduld en eerlijkheid inderdaad en kennis, wijsheid en geloof in God, dat past van nature bij de activiteiten van een brahmaan.
- 43 Dapperheid, moed vastberadenheid, behendigheid in de strijd en geen lafheid, liefdadigheid en leiderschap, dat past van nature bij de activiteiten van een krijgsman.
- 44 Landbouw, veeteelt en handel zijn de natuurlijke activiteiten van een handelaar. De aard van dienen is de natuurlijke activiteit van een dienaar.
- 45 Een mens bereikt perfectie als ieder zich toelegt op zijn eigen werk. Luister naar hoe iemand die perfectie bereikt als hij is toegewijd aan zijn eigen werk.
- 46 Een mens bereikt perfectie nadat hij met zijn handelingen hem heeft geëerd vanuit wie alle schepselen zijn ontstaan en door wie dit alles is doordrongen.
- 47 Het is beter de eigen plicht gebrekkig te doen dan de plicht van een ander goed uit te voeren. Door het doen van activiteiten die door de eigen natuur gecontroleerd worden, verkrijgt men geen zonde.
- 48 Van de aangeboren verplichtingen, zelfs als ze gebrekkig worden uitgevoerd, o zoon van Kuntī, moet men niet afzien. Alle handelingen hebben hun fouten, zoals elk vuur door rook wordt bedekt.
- 49 Hij wiens geest onthecht is t.o.v. alle zaken, die zijn zelf overwonnen heeft, die vrij is van verlangens, hij bereikt door het zich terugtrekken die hoogste volmaaktheid die geen karma achterlaat.
- 50 Ik zal je uitleggen hoe iemand die de perfectie heeft bereikt, ook het brahman kan bereiken, dat wil zeggen, de staat van kennis die de allerhoogste is, o zoon van Kuntī!
- 51 Verbonden met de zuivere wijsheid, en zijn vastberaden zelf onder controle hebbende, afstand gedaan hebbende van zintuiglijke objecten, zoals geluid etc. en afziende van voorkeuren en afwijzing,
- 52 op een eenzame plaats wonend, weinig etende, spraak, lichaam en geest onder controle hebbende, toegewijd aan yoga door meditatie, en altijd zijn heil zoekend bij onthechting,
- 53 egoïsme, kracht, trots, verlangens, bezittingen opgegeven hebbende, zonder bezitterigheid, tevreden, hij is geschikt voor de staat van Brahman.
- 54 Zijn zelf gerealiseerd hebbende (Brahman zijnde), een tot rust gekomen zelf hebbende, klaagt hij niet en verlangt hij niet; hij is dezelfde t.o.v. alle schepselen, en hij geniet het voorrecht van opperste toewijding aan Mij.

- 55 Door die toewijding leert hij mij kennen en wie ik in essentie ben. Daarna mij in essentie kennende, kan hij meteen in mij opgaan.
- 56 Alle handelingen altijd doende terwijl hij mij als toevluchtsoord heeft, verkrijgt hij door mijn genade de eeuwige onvergankelijke positie (het eeuwige leven).
- 57 Als jij, die mij als hoogste heeft, alle activiteiten in je geest opgedragen hebt aan mij, en je bescherming hebt gezocht bij de yoga van de wijsheid, wees dan altijd met je gedachten op mij gericht.
- 58 Je zult alle moeilijkheden door mijn genade overwinnen als je je gedachten richt op mij. Maar als jij vanuit ego-gerichtheid niet luistert, zul je ten onder gaan.
- 59 Als je, doordat je toevlucht gezocht hebt bij je ego, denkt: ik wil niet strijden, dan is dit een foute beslissing, want je natuur zal je ertoe dwingen.
- 60 O zoon van Kuntī, dat wat je niet wilt doen vanuit waandenkbeelden, zul je toch onvrijwillig doen, door de eigen activiteiten, die aan de eigen natuur zijn gebonden.
- 61 De heer woont in het hart van alle schepselen, o Arjuna, terwijl hij alle schepselen, vastgemaakt aan een soort zweefmolen, door zijn goddelijke macht laat ronddraaien.
- 62 Ga bij hem uw toevlucht zoeken met heel je hart, o zoon van Bharata, dan zul je door zijn genade de allerhoogste vredige plaats voor eeuwig bereiken.
- 63 Aldus is door mij aan jou dat wat meer geheim is dan een geheim onthuld. Nadat je dit compleet overdacht hebt, handel dan zoals je wilt.
- 64 Luister nu naar het diepste van alle geheimen, het laatste wat ik zeg. Jij bent mij dierbaar en daarom vertel ik jou dit voor je welzijn.
- 65 Wees gericht op mij, mij toegewijd, mij offerende, mij erende, dan zul je tot mij gaan. Ik beloof dit waarlijk aan jou. Jij bent me dierbaar.
- 66 Laat al je verplichtingen achter en ga naar mijn schuilplaats. Ik zal je bevrijden van al je zonden. Maak je geen zorgen.
- 67 Dit mag nooit gezegd worden tegen iemand die geen asceet is, die niet toegewijd is of die niet wil luisteren en niet tegen iemand die jaloers is op mij.
- 68 Degene die, nadat hij mij de grootste toewijding heeft betoond, dit grote geheim zal doorgeven aan hen die aan mij zijn toegewijd, hij zal beslist tot mij komen.
- 69 Onder de mensen is er niemand die mij dierbaardere offers brengt dan hij, en er zal niemand op aarde mij dierbaarder zijn.
- 70 Degene die dit heilige gesprek tussen ons beiden zal bestuderen, door hem zal ik geofferd worden met een offer van wijsheid, daar ben ik zeker van.

- 71 Die mens die kan luisteren met vertrouwen en die niet ontevreden is, als hij eenmaal bevrijd is, kan hij de lieflijke werelden bereiken van die die deugdzaam daden hebben verricht.
- 72 O Arjuna, is het zo dat er door jou aandachtig en eenpuntig is geluisterd? En o overwinnaar, is het zo dat jouw verwarring door onwetendheid nu verdwenen is?
- 73 *Arjuna sprak:*
Mijn verwarring is verdwenen, mijn herinnering is weer terug bij mij door uw genade, o onfeibare! Ik sta hier vastberaden, vrij van twijfel, en ik zal doen wat u gezegd hebt.
- 74 *Sanjaya sprak:*
Aldus heb ik deze wonderbaarlijke en ontroerende samenspraak van Vāsudeva (Kṛṣṇa) en de zoon van Pṛthā (Arjuna), die hoogstaande mens, gehoord.
- 75 Door de genade van Vyāsa heb ik deze grote geheime yoga direct gehoord van de heer van de yoga, van Kṛṣṇa, die deze zelf vertelde.
- 76 O koning, terwijl ik blijf denken aan dat wonderbaarlijke heilige tweegesprek tussen Kṛṣṇa en Arjuna, blijf ik me verheugen.
- 77 En terwijl ik me de zeer wonderbaarlijke vorm van heer Kṛṣṇa blijf herinneren, is mijn verbazing groot, o koning en ik blijf me verheugen.
- 78 Daar waar de heer van de yoga, Kṛṣṇa is, en daar waar de zoon van Pṛthā, de grote boogschietster is, daar zal voorspoed zijn, overwinning, overvloed, en een constant goede moraal, dat is mijn overtuiging

(Dit is het einde van het achttiende hoofdstuk en tevens van de *Bhagavadgītā*)