

Vijf verzen over 'aśarīram'

(Kāṭha Upaniṣad I.ii.22)

अशरीरं शरीरेष्वनवस्थेष्ववस्थितम्।

महान्तं विभुमात्मानं मत्वा धीरो न शोचति ॥ २२ ॥

aśarīram śarīreṣvanavastheṣvavasthitam;

mahāntam vibhumātmānaṁ matvā dhīro na śocati

1. Eer en dank aan de leraar
Die zich buiten en binnen mij
Als een bron van Kennis toont
En mij de weg tot Mijzelf wijst.
2. Śarīra staat voor alles wat ik niet ben:
De drie lichamen¹, de vijf sluiers² en die in de drie staten³,
Waardoorheen het Lichaamloze⁴
Als een individuele 'ik' schijnt.
3. Zoals water in elke golf aanwezig is
Zo ook, aśarīra, is het Lichaamloze,
Śarīreṣu, in alle lichamen aanwezig⁵,
Zonder enige beperking ondergaand.
4. Zoals de voortdurend veranderende golven
Uit niets anders dan water bestaan,
Zo ook, anavastheṣu, in veranderlijke lichamen,
Avasthitam, bestaat het Onveranderlijke alleen.
5. Mahāntam, onmetelijk groot, en
Vibhum, alomtegenwoordig, Ātmanam, is het Zelf,
Matvā, de kenner waarvan, dhīraḥ, de wijze,
Na śocati, vrij is van verdriet⁶.

¹ De fysieke-, subtiele- en causale lichamen.

² De vijf sluiers zijn: de voedselsluis, de levenskrachtsluis, de denksluis, de intellectsluis en de gelukzaligheidsluis (Zie *Vivekacūḍāmaṇi*).

³ Degene die de staten van waken, dromen en diepe slaap doormaakt.

⁴ Ātman ofwel het Zelf, dat zich toont na het oplossen van identificaties met de drie lichamen, vijf sluiers, en de ervaarder van de drie staten, zoals de zon zich toont na het oplossen van de wolken.

⁵ Zijnde één, alles doordringend, eeuwig en onveranderlijk.

⁶ Verdriet staat hier voor alle voorbijgaande aandoeningen van het individu zoals angst, boosheid, verlangen, plezier enz.

Mogelijke vertaling van de Sanskritwoorden:

aśarīram: lichaamloos

śarīreṣu: in lichamen

anavastheṣu: in veranderlijken

avasthitam: onveranderlijk

mahāntam: onmetelijk groot

vibhum: alomtegenwoordig

ātmānam: Ātman ofwel het Zelf

matvā: (de staat van) kennen

dhīraḥ: de wijze, de kenner van het Zelf

na: niet, vrij van

śocati: lijden, verdriet hebben

Een mogelijke vertaling van het vers:

**Lichaamloos in lichamen,
Onveranderlijk in veranderlijken,
Onmetelijk groot en alomtegenwoordig,
Is de kenner van het Zelf, vrij van verdriet.**

Alternatief voor de laatste regel voor contemplatie:

Ben Ik, de kenner van het Zelf, vrij van verdriet.

Het hierop volgende vers in de Kaṭha Upaniṣad luidt:

**I.ii.23. Het Zelf wordt niet gekend door veel studie, noch door het
intellect, noch door veel te horen. Het Zelf wordt gekend door de mens die
zich tot Zichzelf richt. Zo toont het Zelf zijn ware aard aan Zichzelf.**

(Zie ook *Muṇḍaka III.ii.3*)