



Nisargadatta Upanishad

De kwintessens van het onderricht van
Nisargadatta Maharaj

Samenstelling en annotatie
Philip Renard



SAMSARA
2022

Nisargadatta Upanishad

© 2022 samenstelling en vertaling Philip Renard

© Deze uitgave: 2022 uitgeverij Samsara, Amsterdam

Vormgeving binnenwerk: Han van Eijk

Vormgeving omslag: Erik Thé, erikthedesign.com

Letter: Proforma

ISBN 978 94 93228 610

NUR 728

Niets uit deze uitgave mag worden veelevoudigd
zonder uitdrukkelijke en schriftelijke toestemming
van uitgeverij Samsara, Amsterdam.

www.samsarabooks.com

Zie ook www.advaya.nl

Inhoud

Inleiding	II
Verantwoording	33
Deel I	
Wat is werkelijkheid?	39
1 Degene die ervaart schenkt werkelijkheid aan de ervaring	40
2 Ik schenk werkelijkheid aan het huidige gebeuren	42
3 Elke ervaring geeft mij de aanraking van Werkelijkheid	44
4 Werkelijkheid ligt in het feit van <i>ervaren op zich</i>	45
5 Werkelijkheid komt niet en gaat niet	46
6 Jij kleeft vast aan allerlei dingen en gaat met ze mee	48
7 Gebeurtenissen hebben hun bestaan aan mij te danken	49
8 Het huidige schenkt tijdelijk werkelijkheid aan je wereld	50

9	Werkelijkheid is wat het huidige zo levend maakt	51
10	Jij <i>schenkt</i> werkelijkheid	53
11	De tijdloze Werkelijkheid zit vervat in je huidige toestand	55
12	Wat is het dat mij bewust maakt?	56
13	Het 'punt' van Bewustzijn dat in elke voorstelling aanwezig is	57
14	Tijdelijke werkelijkheid is afhankelijk van het Tijdloze	59
15	Wat is het dat aan het huidige zo'n unieke kwaliteit geeft?	60
16	Jij schenkt je werkelijkheid aan alles wat je waarneemt	62

Deel II

	Vertoevend in de beleving 'ik ben' word je door de uiteindelijke Werkelijkheid in zich opgenomen	65
17	'Ik ben' is tegelijkertijd je grootste vijand en je grootste vriend	66
18	Het is geen kwestie van 'naar een hoger niveau brengen'	69
19	Wanneer je jezelf in dit Zijn stabiliseert, zal het je alle inzicht geven	72

20	Blijf helemaal stil	73
21	Probeer niet om voorbij Beleving te geraken	74
22	Alleen Beleving kan je zoektocht aan zijn eind brengen	75
23	'Teruggaan' in je Zelf is niet 'naar een andere staat gaan'	76
24	Stabiliseer jezelf in 'ik ben', in Beleving	78
25	Denk alleen maar aan 'ik ben'	80
26	Wat ik ben ligt dieper dan de beleving 'ik ben'	81
27	Alleen de bron van Licht is werkelijk	82
28	'Ik ben' is nog in de wereld, maar het is de sleutel tot 'voorbij' de wereld	84
29	'Ik ben' is de deur	85
30	Jij staat bij deuren die op een muur geschilderd zijn	86
31	Jij bent onveranderlijk – 'ik ben' is een mengvorm	87
32	Wees <i>bewust</i> van je bewustzijn, van je beleving	89
33	Ook zonder 'ik ben' is er uitsluitend Werkelijkheid	90
34	Urenlang met de aandacht alleen maar bij 'ik ben'	91
35	Richt je aandacht op aandacht zelf	93
36	Word het subject van alles wat er gebeurt	96
37	Je bent niet het 'ik ben'	98

38	Het 'ik ben' dat in vrede valt, blijkt het Absolute te zijn	99
39	Beleving is zoiets als koorts – het overkomt je	100
40	'Ik ben' vormt de brug tussen het Werkelijke en het onwerkelijke	102
41	'Ik ben' is een nietig zaadje dat zal uitgroeien	105
42	Het je realiseren dat je er bent is makkelijk, want het gevoel 'ik ben' is er altijd	107
43	Richt je aandacht op Beleving, en daarna op 'zichzelf: Bewustzijn	109
44	Jij bent het 'ik ben' – tót je beseft "ik ben <i>niet</i> het 'ik ben'"	111
45	Jij gaat vooraf aan 'ik ben' – ga de <i>oorsprong</i> zien	112
46	Je kunt niets doen om de Uiteindelijke staat te verwerven	114
47	Vooraf aan 'ik ben' is geen beweging	115
48	Het opgeven van 'ik ben' is de meest grootse vorm van liefdadigheid	116
49	Het Zijn is het kind van het Absolute	117
50	De oorspronkelijke staat	118
51	Je kunt niet voorbij Beleving gaan	120
52	Door continue meditatie zul je de Kenner leren kennen	122
53	Wees heel nederig	124
54	Blijf stil, binnenin Beleving	125
55	Wees alleen maar, in Zijn op zich	126

56	Het Zijn moet zichzelf kwijtraken in Niet-zijn	127
57	Het besef zal dagen dat Ik niet dit 'ik ben' ben	130
58	Alleen het uiteindelijke Ik blijft over, zonder 'ik ben'	132
59	Ik ben het Absolute, en niet dit 'ik ben'	133
60	Vertoevend in 'ik ben' versmelt je in de tijdloze staat	134
61	Wees hier, probeer helemaal niets te veranderen	136
62	'Ik ben' is Brahman-met-eigenschappen	137
63	Jij bent niet <i>Sa-guna</i> Brahman maar <i>Nir-guna</i> Brahman	140
64	Hoe een onrijpe mango een rijpe wordt	141
65	De ontvouwing speelt zich <i>in</i> Beleving af, zonder ergens heen te gaan	142
66	Beleving is tijdelijk bij jou aanwezig, als gast	144
67	Laat Beleving zichzelf ontvouwen	147
68	Het zal gaandeweg tot rijping komen	148
69	Raak gestabiliseerd in het stille middelpunt	149
70	Door je interesse in Beleving worden alle geheimen blootgelegd	152
71	Vereer het 'ik ben'	154
72	Je overgave aan Beleving maakt je vrij	156
	Korte levensbeschrijving	159
	Bibliografie	163

Inleiding

Een Upanishad is een klassieke tekst die handelt over wat *werkelijkheid* is. Niet de werkelijkheid die we zo noemen omdat we objecten kunnen zien en aanraken, maar de werkelijkheid die aan iedere zintuiglijkheid en aan ieder denken voorafgaat, en die geen wijziging kan ondergaan, hoezeer objecten ook in verval kunnen raken. In de loop van de eeuwen is in verschillende geschriften van de Advaita Vedanta deze onveranderlijke Werkelijkheid beschreven, en ook de twintigste-eeuwse leermeester Shri Nisargadatta Maharaj heeft zich in zijn mondelinge onderricht aan precies hetzelfde gewijd. Een samenstelling van de kern van zijn onderricht mag daarom wel een Upanishad genoemd worden.¹ Het ging Nisargadatta louter

¹ Ditzelfde geldt voor twee andere twintigste-eeuwse leermeesters; zie de *Ramana Upanishad* en de *Atmananda Upanishad* (details in de bibliografie).

en alleen om zijn bezoekers te helpen zelf de uiteindelijke Werkelijkheid te herkennen zodat die dan ook *gerealiseerd* kon worden.

Deze *Nisargadatta Upanishad* is een samenstelling die de essentie van Nisargadatta's onderricht bevat. De tekst bestaat uit twee delen: het eerste handelt uitsluitend over de vraag wát dat eigenlijk is, wat in de ware zin van het woord 'werkelijkheid' genoemd kan worden, en het tweede over wat de juiste benadering is om tot *realisatie* van werkelijkheid te komen.

Deel I heet kortweg 'Wat is werkelijkheid?'; het bevat uitsluitend teksten uit het boek *I am That* (in het Nederlands bekend als *Ik ben en Zijn*). In dat boek heeft Nisargadatta een aantal uitspraken gedaan die wat mij betreft tot de allerbeste gerekend kunnen worden van alle uitspraken over werkelijkheid ooit, door wie ook.¹

¹ Hier moet wel meteen aan worden toegevoegd dat iets van de kwaliteit van deze uitspraken ook wel te danken is aan degene die ze in het Engels woorden gaf: Maurice Frydman. Naar mijn gevoel heeft Frydman op een uit-

Uit deze uitspraken kun je een vraag destilleren die vergelijkbaar is met bijvoorbeeld 'Wie ben ik?', omdat hij een zelfde verstand-doorklievende werking heeft.

De vraag luidt: 'Wat maakt dat ik dit als zo *werkelijk* beleef?' Het verstand kan niets met zo'n vraag, het kan niet eens 'dit' (het huidige beleven) bevatten, laat staan Dat wat dit zo werkelijk maakt. De fragmenten in deel I zijn allemaal besprekingen rondom dit grootse thema.

Deel II heeft een langere titel: 'Vertoevend in de beleving "ik ben" word je door de uiteindelijke Werkelijkheid in zich opgenomen'. Dit deel bevat het specifieke Nisargadatta-element, het element dat zijn onderricht echt uniek maakt: zijn nadruk op de beleving 'ik ben', als zijnde zowel groots alsook nog steeds beperkt. Dit vraagt om enige toelichting.

zonderlijke manier bijgedragen aan de 'rollende' taal in *I am That*.

De beleving ‘ik ben’

Nisargadatta gebruikte zijn uitdrukking ‘ik ben’, oftewel ‘de beleving “ik ben”’, om iets aan te duiden dat een *mengvorm* is van werkelijk en onwerkelijk. ‘Ik ben’ gaat weliswaar nog vooraf aan de overtuiging dat je een specifiek individu bent, een man dan wel een vrouw, met een naam en een verleden en vol concepten en emoties, maar het is nog niet je werkelijke, onveranderlijke natuur. ‘Ik ben’ is de aanduiding voor ‘dit’, je *huidige beleving*, die in feite ‘altijd vers’ is – een steeds weer nieuwe aanraking van onafgebroken Werkelijkheid. In deel I wordt hierover ook wel af en toe melding gedaan, met name als zijnde een ‘punt’ van Bewustzijn (zie hoofdstukken 8, 10, 13 en 16), maar in deel II vormt dit het hoofdonderwerp. In dit tweede deel gaat het over de vraag hoe je vanuit dit ‘punt’ kunt worden opgenomen, *geabsorbeerd*, in de altijd-vrije en tijdloze Werkelijkheid.

De meeste lezers zullen wel de uitdrukking ‘het hier en nu’ kennen. Eerlijk gezegd ervaar ik deze meestal als een cliché. De uitdrukking is ver-

sleten.¹ Vaak kun je bij gebruikers ervan merken dat ze over het mysterie van het kernpunt heen kijken.

Over Nisargadatta zou je kunnen zeggen dat hij dit kernpunt juist is *binnengegaan*, met taal, en dat hij daarin een ware pionier was. Hij gebruikte nieuwe taal, waarmee hij probeerde iets te verhelderen omtrent dat wat zo makkelijk met ‘het hier en nu’ kan worden afgedaan. In hoofdstuk 15 gebruikt hij deze uitdrukking zelf (of in ieder geval zijn vertaler): “Waar je ook maar naartoe gaat, je neemt het gevoel van hier en nu constant met je mee.”

¹ Eigenlijk was het in de jaren zeventig al een cliché geworden. Fritz Perls had de uitdrukking, onder invloed van Zen-boeddhisme, al in 1947 aangereikt, en Aldous Huxley liet in zijn roman *Island* uit 1962 een beo steeds melden: “Attention! Here and now, boys!” In de jaren zeventig, toen de mode van New Age over de westerse wereld heen golfde, was de slogan ‘het hier en nu’ bijna dagelijks te horen.

In feite duidt de uitdrukking ‘ik ben’ op hetzelfde als ‘hier en nu’. Op diverse plaatsen licht Nisargadatta dit toe als: “Ik ben’ is een continu moment”, en “Ik ben’ is altijd vers.”¹ Er is nog helemaal niet zoiets als verleden of toekomst – in ‘ik ben’ is elk moment nieuw, *dit* is nooit eerder gebeurd, en je *blijkt niet te kunnen weten* wat dit IS. Maar wel *beleef* je. Je ervaart, je voelt. Ik noem ‘ik ben’ dan ook wel ‘beleving-op-zich’, of, met hoofdletter, ‘Beleving’. Met een hoofdletter kun je goed doen uitkomen dat met dit woord nog niet een persoonlijke, veelal *gekleurde* beleving wordt aangeduid. Zo wordt in deze *Nisargadatta Upanishad* de term ‘Beleving’ gebruikt als volstrekt identiek met de uitdrukking ‘de beleving “ik ben”’. ‘Ik ben’ heeft nog helemaal geen kleuring.

De vertalers vanuit Marathi, de taal die Nisargadatta sprak, hebben deze Beleving steeds aangeduid met het woord ‘consciousness’ – ‘bewustzijn’ –

¹ Respectievelijk *Prior to Consciousness*, p. 116 en *I am That*, p. 206.

als vertaling van de Sanskriet-term *chetana*. Maar omdat het in vertalingen van Advaita-teksten al heel lang gebruikelijk is om met ‘Bewustzijn’ dat Onbepaalde aan te duiden waarin alle objecten opkomen en oplossen, kun je in verwarring raken als je hetzelfde woord nu hoort gebruiken voor iets veel beperkter.¹ Vandaar dat het naar mijn gevoel zinvol is om voor *chetana* niet het woord ‘bewustzijn’ te gebruiken.

Eigenlijk duidt *chetana* op ‘het bij bewustzijn zijn’, ‘bij kennis’, ‘niet dood of levenloos, niet inert, niet gevoelloos’. In het Engels bestaat hiervoor het woord ‘sentience’. Dat is wat mij betreft de beste vertaling van *chetana*. ‘Sentience’ is het vermogen om te voelen, om *leven* te voelen, om te

¹ Een goed voorbeeld van deze verwarring is de Nederlandse Advaita-pionier Wolter Keers. Hij was leerling van Atmananda (Krishna Menon), die met het woord ‘Consciousness’ uitsluitend Dat bedoelde wat onveranderlijk is. Wolter, die natuurlijk wel zag dat Nisargadatta met ‘consciousness’ iets anders bedoelde, vertaalde het woord als ‘(mentaal) bewustzijn’ – wat het nou juist *niet* is.

beleven. Vandaar dat ‘Beleving’ naar mijn gevoel het dichtste komt bij dat wat in het Sanskriet en het Marathi met *chetana* wordt bedoeld. Zo ook in de combinatie met ‘ik ben’, als er bijvoorbeeld in het Engels ‘the knowledge “I am”’ staat, of ‘the knowingness “I am”’, dan wordt ook dit wat mij betreft meestal het beste vertaald als ‘de beleving “ik ben”’. Alle verschillende termen die aan ‘I am’ voorafgaan, zoals ‘knowingness’, ‘knowledge’, ‘feeling’, ‘sense’, ‘consciousness’, ‘taste’: in de meeste gevallen betekenen ze allemaal precies hetzelfde. Om te voorkomen dat er een zoeken blijft naar mogelijke verschillen tussen deze aanduidingen is hier in de vertaling van deze combinatie in de meeste gevallen hetzelfde woord ervoor gebruikt: ‘de *beleving* “ik ben”’.¹

¹ Hier en daar voelt ook de uitdrukking ‘de *kennendheid* “ik ben”’ kloppend. De betekenis is in de meeste gevallen hetzelfde. Uitzonderingen zijn de hoofdstukken 62 en 70, waar zich een zekere detaillering afspeelt, met een verschil in betekenis.

Wat is de *ware natuur* van de beleving ‘ik ben’?

Deze beleving ‘ik ben’, oftewel Beleving op zich, is altijd het geval; *op zich* is deze al tijdloos, nooit veranderend – hoezeer de *inhoud* ervan wel degelijk de hele tijd verandert. Het gaat om oog te krijgen voor dit ‘op zich’: daarin zit het diepe geheim verrat. Nisargadatta gebruikte een enorme hoeveelheid termen voor precies hetzelfde als Beleving: ‘de aanraking’, ‘Zijn’, ‘zijnskwaliteit’, ‘*guna*’, ‘*sattva-guna*’, ‘het manifeste’, ‘de speldenprik’, ‘de chemische substantie’, ‘kennendheid’, ‘weten’, ‘de kennis’ en nog veel meer aanduidingen. Steeds bedoelde hij hier dezelfde staat mee, de staat die voorafgaat aan het persoonlijke en mentale en aan het man- of vrouw-zijn: Beleving op zich, ook benoembaar als de beleving ‘ik ben’.

De beleving ‘ik ben’ is namelijk het allermakkelijkste uitgangspunt voor elke zoeker, omdat iedereen onmiddellijk kan voelen dat hij of zij *er is*. Hier hoeft je helemaal niet naar te zoeken. En ook hoeft je hieraan nooit te twijfelen. Iedere geïnteresseerde kan makkelijk constateren dat dit

loutere 'er zijn' nog niet verstrengeld is met de kluwen van gedachten en emoties. Iedereen kan opmerken dat deze Beleving helemaal niet 'hoog' is, of 'voor gevorderden', 'voor later'. Nee, je eigen gevoel van aanwezig-zijn, van 'bewuste aanwezigheid', is volkomen eenvoudig en direct. Het is 'dit', het huidige dat je niet verder hoeft te definiëren. Geen enkele geestelijke vooropleiding is hiervoor vereist. Vanuit deze 'plek' is het zicht op de uiteindelijke Werkelijkheid toegankelijker geworden. Vanuit de persoon kan dat een gigantische overgang lijken, terwijl de overgang van Beleving naar het Uiteindelijke meer een kwestie is die je 'rijping' zou kunnen noemen. Nisargadatta maakte wel eens de vergelijking met een mango die al dan niet rijp is.¹

Het is een kwestie van leren luisteren naar wat de *ware natuur* is van je huidige beleving, van Beleving op zich. In dit huidige zit alle werkelijkheid vervat, en alle ware vrijheid. Het vertoeven in louter Beleving is dus zeer geschikt als uitgangs-

¹ Zie hoofdstukken 63 en 64.

punt om te kunnen herkennen wie je werkelijk bent.

Je zou dit punt dan ook 'het nut' kunnen noemen van het specifieke Nisargadatta-onderricht.¹ De constatering 'ik beleef, dus ik ben' is eigenlijk een verbeterde versie van de beroemde uitspraak van Descartes, 'ik denk, dus ik ben'. Immers, ook op momenten dat je niet denkt *beleef* je – tenzij je in de diepe droomloze slaap bent. Vandaar dat je kunt zeggen: 'Zijn' is Beleving.²

¹ Dit is uiteraard heel beknopt geformuleerd. Voor een uitgebreidere blik op wat Nisargadatta's onderricht behelst, is mijn boekje *'Ik' is een deur* aan te bevelen, waarin twee van de vier hoofdstukken gewijd zijn aan het specifieke van Nisargadatta. Zie bibliografie voor details.

² De term 'Zijn' is in deze vertaling gehandhaafd, voor zowel '*being*' als '*beingness*'. Met hoofdletter klinkt 'Zijn' weliswaar erg filosofisch, maar zodra je het over 'zijn' hebt, kan het zijn dat dit gewone woord niet meteen tot de lezer doordringt als woord voor het ervaren van *zijn*-op-zich, dat wil zeggen voor Beleving-op-zich, zonder woorden.