

Inhoud

| | |
|---|-----------|
| Voorwoord | 9 |
| Dankbetuiging | 11 |
| 1. Het probleem van de mens | 13 |
| Het fundamentele probleem | 13 |
| Het verlangen om anders te zijn | 14 |
| Twee activiteiten | 15 |
| Het doel van het leven | 17 |
| De oplossing in de Gītā | 17 |
| 2. Het verdriet van Arjuna | 20 |
| De achtergrond van de Gītā | 20 |
| De openingsscène | 22 |
| Arjuna's conflict | 24 |
| 3. De zoektocht naar een oplossing | 27 |
| Heer Kṛṣṇa's advies | 27 |
| Arjuna's ontdekking van het probleem | 29 |
| 4. De drie beperkingen | 35 |
| Geen reden voor verdriet | 35 |
| De beperkingen van een mens | 36 |
| Irreële problemen | 37 |
| Ongeldige zoektocht | 38 |
| De relatieve ik | 39 |
| De basis-ik | 41 |
| 5. Wie ben ik? | 43 |
| Waarom je onwetend bent van jezelf | 43 |
| Ben je het lichaam? | 44 |
| Ben je de zintuigen? | 45 |
| Ben je de geest? | 45 |
| Ben je het intellect? | 45 |
| Ben je onwetendheid? | 46 |
| Je bent bewustzijn | 46 |
| Bewustzijn is onbegrensd | 48 |
| 6. Je bent geluk | 50 |

| | |
|---|-----------|
| Beperking is niet echt | 50 |
| De aard van Bewustzijn | 51 |
| Het verdrijven van het idee van beperking | 52 |
| Een nieuw probleem | 52 |
| De toestand van de mens | 53 |
| Is geluk een object? | 53 |
| Zit geluk binnen in mij? | 54 |
| Jij bent geluk | 54 |
| Diepe slaap, een staat van geluk | 54 |
| Geluk is de afwezigheid van wensen | 55 |
| 7. Karma yoga | 58 |
| Arjuna's verwarring | 58 |
| Het probleem van voorkeur en afkeer | 60 |
| Voorkeur en afkeer: een obstakel voor kennis | 62 |
| Stoppen met handelen is niet mogelijk | 64 |
| Karma yoga: een houding tegenover handelingen | 65 |
| Prasāda buddhi: dankbare aanvaarding | 67 |
| Īśvarārpaṇa buddhi: | |
| het opdragen van handelingen aan de Heer | 69 |
| Het effect van karma yoga | 71 |
| 8. Kennis en vrijheid van handelen | 72 |
| Kennis is een wonder | 72 |
| Het verhaal van de vermiste tiende man | 73 |
| De noodzaak voor een leraar | 74 |
| Wie was de eerste guru? | 75 |
| Verering van zelfkennis | 76 |
| Handelen en niet-handelen | 77 |
| Je bent niet-handelend bewustzijn | 78 |
| Een voorbeeld van niet-handelen | 80 |
| 9. Verzaking | 81 |
| Plicht, verzaking en sannyāsa | 82 |
| Verering van kennis en Arjuna's twijfel | 84 |
| Verzaking en handelen: hun functies | 85 |
| Nyāsa en sannyāsa | 86 |
| 10. Meditatie | 90 |
| Ervaring is geen kennis | 91 |
| Wat is kennis? | 92 |
| Zelfveroordeling is een probleem | 94 |

| | |
|---|------------|
| Het probleem van gewoonte | 94 |
| De noodzaak voor meditatie | 96 |
| 11. Wie is God? | 99 |
| De vormen van beperking | 99 |
| Wie heeft de wereld geschapen? | 100 |
| De oorzaak van de objectieve schepping | 101 |
| Geloof of kennis | 101 |
| De materiële oorzaak | 103 |
| Welke vorm heeft de Heer? | 105 |
| De golf en de oceaan | 105 |
| 12. Het zelf is brahman | 107 |
| God verschilt niet van mij | 107 |
| Wanneer ben je een devoot? | 108 |
| Drie typen devoten | 109 |
| Het vierde type devoot | 110 |
| Wat is brahman? | 111 |
| Verschillen zijn slechts schijnbaar | 112 |
| Dood en geboorte: saṃsāra-cakra | 113 |
| Saṃsāra beëindigen door middel van kennis | 114 |
| 13. Koning onder de geheimen | 116 |
| Koning onder de takken van kennis | 116 |
| Ken de Heer | 117 |
| Ken u zelve | 118 |
| Werkelijk en schijnbaar: het grote geheim | 119 |
| Jij bent volmaakt | 121 |
| De zorgen van de mensheid | 122 |
| 14. De glories van de Heer | 125 |
| Een tevreden geest | 125 |
| Gevoelige geest | 126 |
| Hoe je je houding kunt veranderen | 126 |
| Wat bezit je in het leven? | 127 |
| De glories van de Maker | 128 |
| Van wie is jouw lichaam? | 129 |
| De kosmische persoon | 130 |
| 15. Devotie | 132 |
| Het individu en het geheel | 132 |
| Wat is devotie? | 134 |
| Het relatieve en het fundamentele | 136 |

| | |
|---|------------|
| Invocatie en verering | 137 |
| Devotie is een houding | 138 |
| Yoga is het middel voor kennis | 139 |
| 16. Het veld en de kenner van het veld | 142 |
| De kṣetra | 142 |
| De kṣetrajña | 143 |
| Kṣetrajña is jñeyam en puruṣa | 144 |
| Jñānam: waarden voor het leven | 147 |
| 17. De drie kwaliteiten | 152 |
| 18. De boom van saṃsāra | 156 |
| Het kappen van de boom | 158 |
| Het einddoel dat nooit eindigt | 159 |
| Het onbegrensde kan niet begrensd zijn | 161 |
| 19. De goddelijke en de demonische natuur | 166 |
| Programmering, waarden en deugden | 166 |
| Waarden verwerken | 168 |
| Waarden voor bevrijding | 170 |
| 20. De drievoudige śraddhā | 171 |
| 21. Het resultaat van het onderwijs | 174 |
| Tyāga: afstand doen van het resultaat van handelingen | 174 |
| Sannyāsa: afstand doen van handelen | 174 |
| De voorkeur blijft bestaan | 175 |
| De wereld is geen valstrik | 176 |
| Verdriet wordt opgebouwd | 177 |
| Het voorstel van de Heer | 178 |
| Het onderwijs resumerend | 179 |
| Arjuna's antwoord | 181 |
| Slot | 182 |
| Uitspraak Sanskriet | 184 |
| Woordenlijst | 185 |
| Over Swami Dayananda | 190 |