

De essentie van de Bhagavad Gita

Uitgelegd door Paramhansa Yogananda

Colofon

ISBN: 978 94 6365 861 4

Eerste druk 2006

tweede druk 2007.

© 2026, Hansa Trust

Uitgeverij Elikser

Ossekop 4

8911 LE Leeuwarden

www.elikser.nl

Drukwerk: CSL digitaal B.V.

Ontwerp omslag: Crystal Clarity Publishers.

Omslagillustratie is een olieverfschilderij van de Amerikaanse kunstenaar Dana Lynne Andersen, in opdracht voor dit boek vervaardigd en getiteld The Divine Vision.

Vormgeving binnenwerk: Evelien Veenstra



Vertaling: Peter van Duren

Website: www.ananda-nederland.nl

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op wat voor wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur en de uitgeverij.

This book may not be reproduced by print, photoprint, microfilm or any other means, without written permission from the author and the publisher.

De essentie van de Bhagavad Gita

Uitgelegd door Paramhansa Yogananda

Zoals herinnerd door zijn discipel,

Swami Kriyananda

(J. Donald Walters)





“Ik vroeg de Goddelijke Moeder wie ik mee moest nemen om me te helpen met redigeren, en jouw gezicht, Walter, verscheen.

Om er helemaal zeker van te zijn, vroeg ik het Haar nog twee keer, en elke keer verscheen jouw gezicht. Daarom neem ik jou mee.”

Paramhansa Yogananda

Opgedragen aan de miljoenen mensen die,
zo voorspelde mijn Guru,
God zouden vinden door middel van dit boek.

Noot van de vertaler: Yogananda definieerde God regelmatig als *Sat-Chit-Ananda*:
altijd-bestaande, altijd-bewuste, altijd-nieuwe Gelukzaligheid.

Inhoud

Voorwoord door Jyotish en Devi	11
Toelichting	16
Voorwoord - Waarom dit boek?	17
Inleiding	19
01 Wat is de Bhagavad Gita	25
02 Wat is Sanaatan Dharma	27
03 De beeldspraak van de Gita	31
04 Beeldspraak in de Schrift	35
05 De ontstaansgeschiedenis van het verhaal	39
06 Waarom neven? Waarom vijanden?	45
07 De ruggengraat: Pad naar verlossing	51
08 De Schrift begint	55
09 Sanjaya spreekt	61
10 De aard van de dood - beeldend en letterlijk	67
11 Krishna's troost	75
12 De aard van juist handelen	85
13 Waarom vechten	115
14 Richtinggebonden ontwikkeling	129
15 Vrijheid door handelen	141
16 De opperste wetenschap van het kennen	159
17 Vrijheid door innerlijke verzaking	193
18 De ware yoga	213
19 Kennis en wijsheid	251
20 Het uiterlijke en het innerlijke universum	283
21 Definitieve bevrijding	297
22 De soevereine Heer van alles	307
23 Van het ongemanifesteerde naar het gemanifesteerde	323
24 Het goddelijke visioen	333
25 Het pad van Bhakti Yoga	343

26	Het slagveld	349
27	De drie guna's overstijgen	369
28	De yoga van het Opperste Wezen	385
29	De aard van het goddelijke en het demonische	391
30	De drie niveaus van spirituele beoefening	411
31	Je zult mij bereiken	427
	Woordenlijst	463
	Index van geciteerde en favoriete citaten uit de Bhagavad Gita	472
	Over de auteur	476
	Over de kunstenaar	479
	Aanbevelingen voor De essentie van de Bhagavad Gita	480

Voorwoord door Jyotish en Devi

We arriveerden in India voor een bezoek van drie weken, op de dag dat Swami Kriyananda begon met het schrijven van dit boek. Hij worstelde al enkele weken met het probleem hoe hij het moest aanpakken.

‘Mijn eerste gedachte,’ vertelde hij ons, ‘was om een beknopt werk te schrijven, zoals ik het in feite noemde in de eerste inleiding die ik schreef. Ik wilde al lang de hele Gita aanpakken, maar dat project, hoewel het van het grootste belang voor me was, beangstigde me ook, zowel vanwege de omvang als vanwege het uiterste belang. Het vooruitzicht dat jullie komt,’ zei hij tegen ons, ‘mijn gedachtegang zou kunnen verstoren, was wat me “over de drempel hielp”, in de zin dat het me tot een oplossing van mijn dilemma bracht! Ik had het gevoel dat ik aan het werk *moest* gaan, of anderszins de helderheid zou verliezen die ik al voor het project had bereikt.’

Eigenlijk was het pas een week of meer na onze aankomst, dat hij zich realiseerde dat hij, in plaats van het “korte overzicht” te schrijven dat hij eerst van plan was, zich eigenlijk had gelanceerd (of *werd* gelanceerd!) om de hele Gita te schrijven.

Tijdens ons bezoek speelde Swamiji de liefdevolle gastheer - hij praatte urenlang met ons, ging met ons uit eten en naar winkels - maar besteedde al zijn vrije tijd aan het werken aan dit manuscript. In antwoord op onze bezorgdheid dat hij onze aanwezigheid een afleiding van dit werk zou vinden, antwoordde hij: ‘Integendeel, het helpt me! Ik vind het hele project zo ontzagwekkend dat ik me er bijna overweldigd door voel. Jullie aanwezigheid helpt me om het eenvoudig aan te pakken, dag voor dag. Feedback krijgen van jullie heeft ook geholpen, zelfs als deze ideeën die ik al vrij duidelijk in mijn hoofd heb niet verduidelijkt, want het houdt me tenminste mentaal met beide benen op de grond terwijl ik worstel met concepten die zo subtiel zijn, dat ik manieren *moet* vinden om ze relevant te maken voor iedereen.’ Na ons vertrek kwamen anderen Swamiji bezoeken. Hij hield hetzelfde schema aan en verzekerde hen allemaal dat hun aanwezigheid,

verre van hem af te leiden, hem hielp om te “aarden” door wat hij schreef te relateren aan werkelijke behoeften en realiteiten.

Ongelooflijk genoeg voltooide hij dit werk - dat in zijn eerste opzet zeshonderd pagina's telde - in minder dan twee maanden! Voor iedereen, ook voor hemzelf, leek het een wonder.

‘Gelukkig,’ vertelde hij ons, ‘heb ik een heel helder geheugen en kan ik me de dagen die ik in het gezelschap van de Meester doorbracht levendig herinneren, terwijl ik zijn hele manuscript las en hem hielp met het bewerken ervan. Ik zei toen tegen hem: “Meneer, dit is het mooiste wat ik ooit heb gelezen!”’ Ook wij hebben bij het lezen van dit manuscript het gevoel, dat dit het beste is wat we ooit gelezen hebben. Op een dag zei Swamiji tegen ons: ‘Ik heb het gevoel dat de Meester aan het werk is terwijl ik schrijf - niet alleen door mij, maar *met* mij.’

Voor ons is dit boek - van de ongeveer vijfentachtig boeken die Swami Kriyananda in zijn leven heeft geschreven - zijn meesterwerk. Dat het inspirerend is, zal de lezer duidelijk zijn zonder dat wij dat zeggen. Welke auteur - vooral iemand die altijd hard heeft gewerkt om al zijn gedachten eenvoudig en duidelijk te maken - zou anders zo'n boek als dit in minder dan twee maanden hebben kunnen afmaken!? Hij zei zelf tegen ons: ‘Ik dacht eigenlijk dat ik tien jaar van mijn leven zou moeten wijden aan het schrijven van dit boek.’ Voeg daarbij zijn huidige leeftijd - hij is nu in zijn tachtigste levensjaar - en wat we bespreken is bijna een “Herculesarbeid”. Hij vertelde ons: ‘Mijn enige angst was dat ik misschien niet lang genoeg zou leven om dit werk voltooid te zien.’

Het was in mei 1950, toen hij nog maar drieëntwintig jaar oud was, dat zijn guru, Paramhansa Yogananda, hem vroeg om naar zijn retraite te komen om samen met hem te werken aan het bewerken van zijn commentaren op de Bhagavad Gita. Swamiji had vijf mijl verderop verbleven, in de retraite van de monniken, werkend aan het “bewerken” (hij zet het werk dat hij toen deed altijd tussen aanhalingstekens, om weer te geven hoe jong hij toen was!) van het werk van de Meester aan *De Rubaiyat* van Omar Khayyam. De Meester had Swamiji bij zich gehouden tijdens de eerste dagen van het dicteren van zijn commentaren op de Gita. Daarna had hij hem echter alleen laten werken, terwijl hij zelf al zijn tijd op zijn commentaren concentreerde. Nu was hij klaar om met Swamiji (die hij zelf altijd “Walter” noemde) te gaan werken aan het bewerken van zijn nieuwe manuscript.

De Meester had zijn monnik-discipelen in januari van dat jaar verteld, toen hij “Walter” met zich meenam naar de woestijn: ‘Ik bad tot de Goddelijke Moeder en vroeg Haar wie ik mee moest nemen om te helpen met de bewerking. Jouw gezicht verscheen, Walter. Daarom neem ik je mee.’

Nadat hij het manuscript af had, vroeg hij zijn jonge discipel om hem te komen helpen met het bewerken. Twee maanden lang werkten ze samen. Op de dag dat “Walter” langskwam, riep zijn guru hem extatisch toe: ‘Er is een nieuw geschrift geboren! Miljoenen zullen God vinden door dit werk. Geen duizenden, *miljoenen!* Ik heb het gezien. Ik weet het!’

In deze periode zei hij tegen zijn discipel: ‘Jouw taak in dit leven is lezingen geven, schrijven en bewerken.’ Later voegde hij eraan toe: ‘Door mijn woorden te bewerken, zul je zelf spiritueel groeien.’ Daarna herhaalde hij iets wat hij al verschillende keren tegen hem gezegd had: ‘Je hebt een groot werk te doen.’

Achteraf gezien lijkt het duidelijk dat Yogananda vanaf het begin wist dat Kriyananda voorbestemd was om zijn Gita-commentaren te bewerken. Toch, ondanks vele aanwijzingen dat de Meester wist dat Kriyananda dit werk zou gaan doen, kon hij dat op dat moment niet zeggen: Een andere redacteur, veel ouder dan “Walter”, was ermee bezig. Ondertussen kreeg Kriyananda veel andere dingen te doen. Zijn guru gaf hem de leiding over de monniken en vroeg hem brieven voor hem te schrijven. De jonge monnik reorganiseerde uiteindelijk veel binnen de organisatie van zijn guru, ging op grote tournees om lezingen te geven, gaf les en begeleidde de activiteiten van centra over de hele wereld. Er moesten nog vele jaren voorbijgaan voordat alle voorspellingen van zijn guru over zijn levenswerk zouden uitkomen.

Yogananda moet zeker hebben gezien dat zijn Gita-commentaren niet zouden worden gepubliceerd dat jaar, zoals hij wilde dat ze zouden doen. De urgentie die hij uitte voor hun onmiddellijke vrijgave moet zijn ingegeven door zijn wetenschap dat, als ze niet uitkwamen tijdens zijn leven, hun publicatie vele jaren zou worden vertraagd. In feite kwamen ze uiteindelijk pas uit in 1995 - vijfenveertig jaar na hun voltooiing.

In die tijd vervulde Kriyananda alle andere voorspellingen van zijn guru. Het “grote werk” dat de Meester had voorspeld, omvatte het schrijven van zo’n vijftientig boeken, het componeren van meer dan 400 muziekstukken en het stichten van zeven gemeenschappen waarin vandaag de dag zo’n 1.000 mensen een leven van toewijding aan God leiden. Daarnaast

nam hij zo'n 15.000 foto's, waarvan er veel zijn verschenen in zijn gepubliceerde werken.

In 1990, na veertig jaar schrijven van spirituele boeken, componeren van spirituele muziek, geven van lezingen, en onderwijzen van duizenden over de hele wereld, voelde hij zich geleid om de taak van het bewerken van de woorden van zijn Meester op te pakken. Vanaf dat moment creëerde hij boeken als *The Essence of Self-Realization* (een boek van zijn guru's uitspraken), *The Rubaiyat van Omar Khayyam Explained* (een editie van Yogananda's schrijven over het onderwerp), *God is voor iedereen* (een herschrijving van Yogananda's boek *The Science of Religion*), en een laatste boek met uitspraken van zijn guru, *Gesprekken met Yogananda*.

In 2003 voelde Swamiji de roep van zijn guru om een nieuw werk in India te stichten. Hij woont nu in het geboorteland van zijn guru, heeft een dagelijks (vooraf opgenomen) televisieprogramma op station Aastha, heeft een correspondentie cursus geschreven (*Material Success Through Yoga Principles*) en heeft daarnaast nog verschillende andere boeken geschreven. Zijn belangrijkste ambitie is echter al vele jaren het schrijven van dit boek.

'Toen de eerste versie van dit boek uiteindelijk werd gepubliceerd in 1995,' vertelde hij ons, 'was ik teleurgesteld. Ik herinnerde me nog goed het materiaal dat mijn Guru had gedikteerd in 1950. Maar hoe verschillend was het nu, van dat origineel! Het miste de eenvoudige schoonheid en helderheid die ik me herinnerde. Het gaf herhaaldelijk blijk van drastische overbewerking. Ik verlangde ernaar om aan zijn voeten een nieuwe versie aan te bieden, van het werk dat hij zelf had gedaan toen ik hem kende. Ik heb geen toegang tot het origineel, maar gelukkig heeft hij me gezegend met een zeer helder geheugen. Zou ik, heel misschien, uit mijn geheugen kunnen reconstrueren wat hij had gedaan? Ik kon me zeker niet de actuele bewoordingen herinneren, maar het verbaasde me hoeveel ik me wel herinnerde van de context. Misschien ... misschien! Nou, ik zou het op z'n minst kunnen proberen!'

En zo, eindelijk, op 7 oktober 2005, voelde hij dat de tijd was gekomen om ten minste te beginnen aan het werk van Paramhansa Yogananda's Gita-commentaren, waarvoor zijn guru was begonnen om hem te trainen tijdens de winter- en lentemaanden van 1950 - vijfenvijftig jaar geleden. Wat begon als een "overzicht" werd al snel een vers-voor-vers commentaar. Hij nam de gepubliceerde versie vluchtig door, voornamelijk om zijn eigen

geheugen op te frissen, want de moeizame uitleg was niet zoals hij zich die herinnerde. Het hielp hem meer om af te stemmen op het bewustzijn van Yogananda, dat verder lag dan wat hij las.

Voor ons was het een grote zegen om in India aanwezig te zijn tijdens de eerste weken van dit project, dat hij uiteindelijk op zich had genomen. Hij vertelde ons: ‘De gedachten van de Meester stroomden moeiteloos mijn geest binnen en hielpen me om pagina na pagina te vullen met diepe inzichten en inspiratie.’

Met een stralende blik op zijn gezicht werkte Swami Kriyananda vaak tot diep in de nacht. Soms begon hij weer te werken in de vroege uren, ver voor zonsopgang. Met stille nederigheid en diepe innerlijke vreugde vertelde hij ons die bij hem waren. ‘Ik ben vervuld met zo’n gelukzaligheid terwijl ik schrijf, het is moeilijk om aan iets anders te denken! Ik voel de diepe vreugde die mijn Guru in dit werk schept.’ Hij voltooide het werk op 5 december, minder dan twee maanden later!

Hier is dan een boek dat een levend eerbetoon is aan twee van India’s grote spirituele bijdragen aan de wereld: de wijsheid van de Bhagavad Gita en het belang van de relatie tussen guru en discipel. Door een lang leven van toewijding aan en afstemming op zijn guru heeft Swami Kriyananda - naar ons diepste gevoel - de levendige waarheid en kracht van zijn meesters oorspronkelijke uitleg van dit geliefde geschrift weergegeven. Yogananda heeft het leven en denken van zijn discipel bijna zestig jaar lang op zo’n manier geleid, dat hij die opdracht, die hem zoveel jaren geleden gegeven is, kon vervullen. Het lijkt ons dat dit grote geschrift, eeuwenlang eenvoudigweg bekend als de Bhagavad Gita (het “lied van de Heer”), moest wachten op dit tijdperk van hernieuwd bewustzijn dat materie energie is en van een hernieuwde behoefte aan religie, een leer is die zowel op openbaring als op gezond verstand is gebaseerd. Nu kan het volledige verhaal verteld worden.

Zoals het in de Bhagavad Gita (10:11) staat: “Uit puur mededogen ontsteek ik, de Goddelijke die in allen woont, in hun harten de brandende lamp van wijsheid.” Moge ook jij Gods licht in jezelf vinden door deze grote nieuwe openbaring van dit oude, tijdloze geschrift.

Jyotish en Devi Novak
14 december 2005

Toelichting

De nummers van de hoofdstukken in dit boek hebben geen specifieke correlatie met de achttien hoofdstuknummers in de Bhagavad Gita zelf. In de tekst die volgt, hebben alle hoofdstukverwijzingen betrekking op de Gita, en niet op de eenendertig hoofdstukken van dit commentaar.

Gedachten over uitspraak en spelling

Sanskrietwoorden die over het algemeen worden geschreven met een “*jn*” maar uitgesproken met een licht nasale “*gy*”, worden meer fonetisch behandeld in dit boek. Het volgende is een fragment van een gesprek dat ik had met mijn Guru, Paramhansa Yogananda, in 1950. Hij besprak een aantal van zijn geschriften met mij toen we kwamen op het woord *gyana* (wijsheid). ‘*Jnana*,’ merkte hij op, ‘is hoe geleerden het meestal schrijven. Ik zie niet in waarom. Het wordt niet uitgesproken als “*J-nana*”. En hoe moet je het anders uitspreken, als je het op die manier vertaald vindt? Dit is een eenvoudig voorbeeld van geleerde verwaandheid.’ *Gyana* is correcter, hoewel er in het pure Sanskriet een nasale klank is, die geleerden (tevergeefs) hebben geprobeerd te vangen met hun “*jnana*”.

‘Een andere omzetting waar geleerden de voorkeur aan geven,’ ging mijn Guru verder, ‘is om “*V*” te schrijven in plaats van “*B*”. In plaats van *Bibaswat* schrijven ze “*Vivaswat*”. In plaats van “*Byasa*” schrijven ze “*Vyasa*”.’

In veel talen is er eigenlijk maar een klein verschil, nauwelijks waarneembaar voor buitenlanders, tussen de “*b*” en de “*v*”, maar de “*b*”-klank komt in het Sanskriet dichter bij de juiste.

De titel “*Paramhansa*” zelf heb ik geschreven zoals hij die schreef. Andere redacteurs hebben nog een “*a*” tussen de “*m*” en de “*h*” gezet, volhoudend dat dit grammaticaal correct is. Als gevolg daarvan spreken westerlingen die “*a*” langdradig uit. In India is de klank, als hij af en toe wordt uitgesproken, bijna onhoorbaar. Nogmaals, ik heb dit stukje wetenschappelijke verwaandheid vermeden.

Voorwoord - Waarom dit boek?

Dit boek, dat volgt op de publicatie van Self-Realization Fellowship's (Yogoda Satsanga Society's) *God Talks With Arjuna*, is geschreven als antwoord op een publiekelijk geuite behoefte aan iets eenvoudigers en duidelikers.

De eerste versie werd pas vijfenveertig jaar na het schrijven gepubliceerd. Het is uitputtend en veelomvattend. Maar kan iets alomvattend zijn en toch niet compleet? Bepaalde leringen en zelfs bepaalde verhalen, die voor mij belangrijk waren in het origineel, komen niet voor in die eerste gepubliceerde editie.

Ik moet zeggen dat ik persoonlijk werkte met Paramhansa Yogananda tijdens het grootste deel van zijn schrijven van dit werk. Hij had de monniken in 1950 verteld, voordat hij naar zijn woestijnretraite ging om dit werk te beginnen: 'Ik vroeg de Goddelijke Moeder wie ik daar mee naartoe moest nemen om te helpen met het bewerken, en jouw gezicht verscheen, Walter (zoals hij me noemde). Om er extra zeker van te zijn, vroeg ik het Haar nog twee keer, en elke keer verscheen je gezicht. Daarom neem ik je mee.' Ik heb het originele manuscript gelezen en er met hem aan gewerkt (hoewel niet uitgebreid). Het exemplaar waaraan ik heb gewerkt, bestaat nog steeds in de archieven van SRF; het bevat mijn handschrift. Ik was toen echter begin twintig en een "groentje" zonder echte ervaring als redacteur. Nu ik bijna de leeftijd van tachtig heb bereikt, kan ik worden omschreven als enigszins doorgewinterd op dit gebied - vooral met zo'n vijftientig boeken als (wat ik hoop) mijn verdienste.

Wat hij dicteerde was vloeiend, gemakkelijk te begrijpen en prachtig. Ik herinner me dat ik destijds tegen hem uitriep: 'Dit is het mooiste werk dat ik ooit gelezen heb!' Al vele jaren (sinds 1995, met de publicatie van SRF) was het mijn diepste wens om een versie te presenteren die dichter bij het origineel stond. Het originele manuscript is echter niet beschikbaar voor mij.

Gelukkig heb ik een uitzonderlijk helder geheugen, waar ik gebruik van heb gemaakt bij het schrijven van andere boeken, meest recentelijk

Gesprekken met Yogananda. Ook heb ik deze waarheden al bijna zestig jaar onderwezen als een toegewijde discipel van mijn Guru, en heb de leer, om zo te zeggen, “onder de knie”. Hoewel ik natuurlijk naar hun boek moest verwijzen, heb ik het slechts vluchtig doorgenomen. Dit boek is op geen enkele manier een samenvatting of kopie van hun boek.

Het is mijn oprechte poging om het boek te reproduceren dat ik vijftien jaar geleden las en waar ik met heel mijn hart van hield. Zijn werk was geweldig. Ik heb geprobeerd het op zo’n manier te reproduceren dat ik denk (en zeker hoop) dat het mijn Guru behaagt, met op z’n minst iets van zijn impact van directheid. Zijn inzichten zijn de meest verbazingwekkende, opwindende en behulpzame die ik ooit in de Bhagavad Gita heb gelezen.