

## Trefwoordenregister

### Zitten in Zijn. De kunst van meditatie, Hans Knibbe, Asoka, 2020

aandacht	159, 179-180
aarde	105
actieve herkenning	220-221
advaita	24, 35
agressie	190-191
alaya	175
armoede(bewustzijn)	36
Avalokiteshvara	28
basale goedheid	66, 87, 169
basisvergiften	190
begeerte	190-191
<i>beginnersmind</i>	188
bewustzijn	60
bodhicitta	124, 193
Boeddha	50, 61, 121, 132-133
boeddha-aard	45, 87, 200
boeddhakwaliteiten	25, 136
boeddhanatuur	25
breuk	44, 122, 152-154, 160, 167, 173, 179, 181-185
<i>bringing the mind home</i>	33, 175
Brown, Dan	100, 102
buffer van goedheid	179
buikcentrum	154-156
buikkant	44, 86, 88
centrale kanaal	110-111, 189-190
chakra's	111, 154, 189
comfortzone	74, 90
compassie	124-126, 170, 222-226
completeerfase	169
derde	perspectief 24, 163-168, 183, 186
devotie	222-223
dharmakaya	20-21, 199, 213, 219, 221
doodsangst	49
drielagenmodel van de geest	20
duale meditatiestaat	194, 204, 210
duale splitsing	zie 'splitsing'
Dzogchen	17, 22, 24, 35-37, 40, 66, 95-97, 107, 113-114, 147-148,
Dzogchen (vervolg)	151, 167, 177, 197-200, 204, 209, 215, 219
easing	up 73
eerste perspectief	163-165, 169-172, 186
ego	47, 65-66, 135
egofuncties	34, 40, 64, 87, 173, 221
egovernogens	65
Egyptische zit	95, 97, 104
<i>emptiness of self</i>	195
<i>emptiness of other</i>	195
evalueren	225
focus	186-188
gelukzaligheid	190

Gampopa	65
genereerfase	168-169
Gestalte (van Zijn)	43, 46, 72-73, 96, 99, 129, 139-145, 150, 163, 168-170, 177, 183-184, 188, 223
getuige	174
Gewaar-Zijn*	22-29, 40, 74, 193-201, 192-210
gewoontelichaam	53, 70, 82-83, 114,
gewoontesysteem	52, 57
gezonde zelfliefde	64, 85, 90, 103, 149, 154-155, 179, 217, 227
God	20-21, 88, 124, 143, 166
goeroeyoga	97
gronden/ <i>gro(u)nding</i>	98, 104-109
hara(punt)	152, 154
Hart	164, 170
hart, ontwaakte	124, 193, 222, 226
Heilige Geest	20-21
helderheid	190
hinayana	48, 125
holarchie	57
holon	57-59, 136
houding	151, 153
huis van de ouders	37, 42-46, 53, 73, 79, 85, 89-90
Huis van Zijn	43-46, 72, 111, 129, 139-145, 150, 168-170, 177, 183-184, 188
humanistische psychologie	37, 157
idealisme	138
individuele	39, 48-49, 88, 90
inherent vertrouwen	106, 155
intuïtieve geest	132-133
karma	53
ken(nend) vermogen	22, 168, 193, 195, 198-199, 206, 213, 216
Koestler, Arthur	57
kopmens	156
Kunto Zangpo	23
ladder van optieken	118
leeg(te)	18, 25, 48, 128, 130-131, 134, 156, 165, 190, 194-195
leegtebesef	55-62, 132
leegteblik	76, 84, 86
liefde	61, 121, 124, 131, 189, 193, 222, 224, 226, 231
lineage	43
Longchenpa	10, 12, 13, 138, 149, 168, 192, 200
lotus(kant)	86, 89
lotuszit	95, 97, 104
lung	102
mahamudra	17, 24, 65, 100, 147-149, 151, 197, 200, 209, 219, 230
mahayana	48, 125
manifestatieangst	49
meditatiefases	14-15, 69-75
meditatiehouding	94-115, 179
meditatie in beweging	14-15, 44, 71-72, 79-92, 103, 106, 184, 223
mindfulness	47
<i>mind made world</i>	31, 61
mind moving outward	28, 33, 42, 110
moeder aarde	105
moeiteloze herkenning	220

motivatie	41, 72, 117-127, 151, 184, 223, 226
narcisme/tisch	86, 107
natuurlijke staat	107, 212, 214, 218
niet-herkende boeddhakwaliteit	66, 136, 190
niet (non)-meditatie	17, 45, 65, 66, 68, 71, 150, 168, 209-210, 213, 216, 219, 229
nihilisme	61-62
nirmanakaya	20-21, 199
non-duale grond	122, 203
nulde perspectief	154, 163-165, 172, 176-180, 186
nyams	190
object: zie	bij 'subject'
objectrelatie	166
onderlinge afhankelijkheid	56, 58, 130
onthechting	101, 148, 172-174
ontvang de zegening	144, 190
onwetendheid	190-191
opdragen	74, 226-227, 231
overdracht	46, 140-141
pad van levenskunst	38, 48-49, 121
Padmasambhava	89, 97, 212-219
parasympathicus	42, 149, 155-156
perspectief	161, 162-181
Plato	123
presentie	73, 106, 147-148, 152, 155-156, 159, 189, 195
psyche	15, 20-21, 26-34, 40-47, 51-67, 70-71, 83-84, 106-107, 118-126, 128-145, 148-149
psyche (vervolg)	152-157, 163, 170-179, 194, 208-210, 213, 217, 220, 226, 230-231
rangtong	195
Reich, Wilhelm	109
reïficatie	30, 56, 61, 130
Rijkdom(bewustzijn)	36, 40, 126, 226
rug als een rivier	98-99, 111-112
rugkant	44, 88, 185
rusten in de aard/grond van je geest	102, 106, 112, 203-210
Samanthabadra	23
sambhogakaya	20-21, 112, 199, 213, 219
Samraj, Adi Da	35
segmentenleer	109
seksangst	49, 90
shamatha	15-16, 63, 73, 81, 147-149, 179, 210
shentong	195
slecht	zelf 176, 178-179
Sogyal Rinpoche	35, 100
Spirit*	20-21, 25-29, 33-34, 40-43, 112, 117-122, 128-145, 163-164, 168-169
Spiritkwaliteiten	21, 26-27, 31-32, 66, 83, 88, 112, 131, 134, 144-145, 157, 169, 190
spiritual bypass	39
spiritueel materialisme	120-121
splitsing	28, 30-31, 51, 136, 158, 170-171, 183, 189, 193, 196, 204
spontane meditatieve stabiliteit	209
stil verwijlen	73, 78, 81, 86, 127, 146-161, 162-181, 183-191, 194, 198, 214-215, 218, 221, 223
strategisch zelf	47
subject-object	14, 24, 27-28, 30-31, 124, 165-171, 175, 196-198, 204, 207-208, 221
superego	155, 176-179, 210
symbiose	107

sympathicus	155
tantra	168
taoïsme	154
Tashi Namgyal	148-149
temmen van de geest	173
teruggetrokken	zelf 47, 144
thögal oefeningen	114
tonus	186-188
trekchö	208
Trungpa, Chögyam	88, 120, 166
tsa	102
Tsoknyi Rinpoche	35, 107
tweede perspectief	27, 139, 143, 163-165, 168-170, 183, 186
vajra(aspecten)	88-89
Vajrasattva	97
vajrayana	20, 28, 35, 48, 99, 102, 110-111, 125, 143, 145, 154
Vajrocana	16, 72, 96-99, 108
vallen	106
vereniging van zoon en moeder	66
verietsen	30, 52, 56, 61, 89
verlichte aard	203, 205, 214
verlichting*	14, 34-36, 40-41, 48, 64-67, 69, 71, 74, 110, 112
verlichting* (vervolg)	121, 128, 133-138, 167, 194, 205, 219
verwarring	190-191
vipassana	108, 112, 148-149, 195, 230
visualisatie	139-140
vorm en leegte	107, 128
vorm-in-verbinding	107
vruchtbenadering	35
vrucht van het pad	35
waarnemend vermogen	193-201
wakkerte	73, 147, 186, 216, 221-222
Welwood, John	39
wijsheidsgeest	43, 73, 133, 169, 190, 217
Wilber, Ken	57, 137
zen	108, 112, 154, 188, 230
ziekte van de geest	177-178
Zijn*	12-14, 20-25, 29, 34, 40-49, 124, 131, 136
Zijnsaard	13, 26, 34, 40-41, 86
Zijnsgrond	12, 24-27, 41-42, 62, 70-71, 88, 131, 134-136, 142, 195, 203, 208
Zijnskwaliteiten	26, 72, 83, 112, 147, 204, 219
Zijnsoriëntatie*	36, 38, 40, 44-49, 51, 57-59, 66, 72, 80, 104, 107, 111-112, 119-121, 125
Zijnsvergetelheid	12-13, 42, 205
zitten als een berg	98, 104-105
Zoon	20-21

\* De termen Gewaar-Zijn, Spirit, verlichting, Zijn en Zijnsoriëntatie worden op veel plaatsen in het boek genoemd. Op de aangegeven pagina's wordt meer inhoudelijke informatie over deze termen gegeven.