VI. I. 26 "Za každé situace spočívám v Já s Já, jsem tudíž šťastný, zdravý", vysvětluje Bhušunda.

BHUŠUNDA pokračoval: Pravidelným a řádným prováděním *pránájámy*, již jsem nyní popsal, jsem dosáhl čirého stavu, z něhož nejsem vyrušen, ani když se otřásá severní pól nebo hora Méru. Tento stav *samádhi* neboli stav naprosté vyrovnanosti se neztrácí, ať stojím či chodím, ať jsem bdělý, spím nebo sním. Můj pohled je obrácen na Já. Za každé situace, ať se ve světě dějí jakékoli změny, spočívám v Já a s Já. Tak žiji od časů předchozího kosmického zániku. Nepřemýšlím o minulosti ani budoucnosti. Moje pozornost je neustále upřena na přítomnost. Dělám to, co je v přítomném okamžiku třeba, aniž bych myslel na výsledek. Aniž bych uvažoval o tom, co je a co není, co chci a co nechci, spočívám v Já, a jsem tudíž šťastný, zdravý a osvobozený od nemocí.

Můj stav je plodem koncentrace na okamžik, kdy dochází ke sjednocení *prány* a *apány*, kdy je odhaleno Já. Nemám plané představy jako „to jsem získal a tamto taky získám“. Nikdy nikoho a nic nevychvaluji ani neodsuzuji, ani sebe ani jiné. Moje mysl nejásá, dosáhnu-li toho, co se považuje za dobré, ani netruchlí, když dostanu to, co se považuje za špatné, a proto jsem šťastný a zdravý. Provádím nejvyšší odříkání, neboť se zříkám i touhy žít. Má mysl tudíž nezakouší chtění, ale je klidná a vyrovnaná. Ať jde o kus dřeva, krásnou ženu, mohutnou horu či nepatrné stéblo trávy, led či oheň anebo prostor, ve všem vidím jediný společný základ. Nemám starost o to, co budu dělat teď nebo zítra ráno. Netrápí mě myšlenky na stáří a smrt, netrápí mě honba za štěstím. Nepovažuji něco za „moje“ a něco jiného za „ne moje“. Vím, že vždy a všude je všechno jen jediné neomezené Vědomí. Takové je tajemství mého štěstí a zdraví. Ani při fyzické aktivitě nepřemýšlím o tom, že „jsem tělo“, neboť vím, že tento vesmír je iluzorní a já v něm žiji ve stavu podobném hlubokému spánku. V neklid mě neuvádí přízeň ani nepřízeň osudu, neboť na obojí nahlížím stejně, podobně jako se stejně dívám na své údy. To, co dělám, zůstává nedotčeno touhou a nezakalené pocitem ega. Ať už mám moc a sílu, nebo jsem jen ubohý žebrák, obojí mě nechává klidným. Nenechám se ovlivnit svými nadějemi či touhami, a třebaže jde o situaci, která je stará a opakovaná, hledím na ni vždy novýma očima. Raduji se s tím, kdo je šťastný, a sdílím smutek s tím, kdo truchlí, neboť jsem přítel každého a vím, že nikomu nepatřím a nikdo nepatří mně. Vím, že jsem svět, všechny činnosti v něm i jeho Inteligence. Takové je tajemství mé dlouhověkosti.