

## DE ULTIEME BRON



# *De Ultieme Bron*

Een vertaling van de dzogchen tantra  
getiteld:

*Kunjed Gyalpo*

over  
de eigen geest en bewustzijn

Met een advies voor beoefening  
door Longchen Rabjampa

Inleiding en vertaling: Sjon van der Tol

Copyright vertaling © 2017:  
Sjon van der Tol en Uitgeverij Ka.Dag  
e-mail: [kadag-pub@kpnmail.nl](mailto:kadag-pub@kpnmail.nl)  
web: [www.uitgeverijkadag.nl](http://www.uitgeverijkadag.nl)

Alle rechten voorbehouden. Niets van deze uitgave mag gereproduceerd worden zonder schriftelijke toestemming van de uitgeverij.

Zetwerk: Broos&Co, Driebergen  
Druk: Brave New Books

Foto omslag: Zonsopkomst, Ghorepani, Nepal (foto; vertaler)

2-2020

De spirituele weg wordt niet gegaan door een voet voor de andere te zetten.  
De spirituele weg bestaat eruit dat we onze ogen open doen en zien dat we er al zijn.

*Thomas Merton*



# Inhoud

## Voorwoord

### Inleiding

- De oorsprong van de tekst
- Zijn
- Samsara en nirwana
- Zoheid
- De negen boeddhistische voertuigen
- Radicale ideeën
- De tien fundamentele kenmerken
- De drie kaya's
- De ethiek van de Ultieme Bron
- De leraar
- De proloog
- Haar namen
- Het advies van Longchen Rabjampa

## De tekst: Kunjed Gyalpo

### Deel I: De basis tantra

1. Proloog
2. Hoe de realiteit zich manifesteert
3. Ik ben de bron van alle verschijnselen
4. Wat mijn namen betekenen
5. De uiteindelijke betekenis
6. Eén bron
7. Zonder indelingen
8. Zoheid
9. Dwalingen en mentale verduisteringen
10. Volmaakt volledig
11. Verenigd
12. De bron van alle onderricht
13. Vijf uitgangspunten
14. Verborgen
15. Directe heldere openbaring
16. Advies aan Sattvavajra

17. Haar relikwieën
18. Niet-zoeken
19. Realisatie zonder inspanning
20. De oorsprong
21. Manieren van onderricht
22. Voorbij gedachten
23. Voorbij filosofische zienswijzen
24. Voorbij verandering
25. De eigen geest is de leraar
26. Voorbij woorden
27. Zuiver niet-handelen
28. Onveranderlijk
29. De natuurlijke staat
30. Het onfeilbare overwinningsvaandel
31. Zes vajra regels
32. Vier onfeilbare regels
33. Ondubbelzinnig onderricht
34. Vereniging
35. Dzogchen
36. Vorm, uitdrukking en geest
37. Geen onderwerp voor meditatie
38. Hindernissen, dwalingen en denkfouten
39. De drijvende kracht
40. Haar inherente natuur
41. Eén essentie
42. Het pad van niet-manipulatie
43. Ik ben de leraar
44. Niet-handelen
45. Voorbij meditatie
46. Zonder geloften
47. Zonder inspanning
48. De ultieme basis
49. Voorbij beoefening
50. Wijsheid
51. Doelloos
52. Zonder verlangen
53. Niet afwijkend
54. Een samenvatting
55. Ik ben alle verschijnselen



- 56. Sattvavajra's inzicht
- 57. De overdracht

## **Deel II: De vervolg tantra**

- 58. Inzicht
- 59. Zienswijzen
- 60. Geloften
- 61. Activiteiten
- 62. Mandala
- 63. Initiatie
- 64. Pad
- 65. Stadia
- 66. Gedrag
- 67. Wijsheid
- 68. Spontaan
- 69. Lofzang

## **Deel III: De uiteindelijke tantra**

- 70. Meditatie of niet-meditatie
- 71. De zienswijze voorbij meditatie
- 72. De geloften zonder verplichtingen
- 73. De verlichte heilzame activiteiten zonder inspanning
- 74. De mandala voorbij visualisatie
- 75. De initiatie voorbij verlenen
- 76. Het Pad voorbij volgen
- 77. De stadia voorbij beoefening
- 78. Gelijkheid voorbij aanvaarding en verwerping
- 79. Wijsheid voorbij verduistering
- 80. Zelf-volmaaktheid voorbij verwachtingen en hoop
- 81. De sleutel tot de betekenis
- 82. Afsluitende lofzang
- 83. Geschikte discipelen
- 84. Verschillende namen

## **Colofon**

## **Appendix A**

Thematisch overzicht van de tekst

## **Appendix B**

Een advies voor beoefening geschreven door Longchen Rabjampa

## **Appendix C**

Woordenlijst Tibetaans - Nederlands

## **Appendix D**

Geraadpleegde literatuur

# Voorwoord

Dit boek bevat een vertaling van een oude Tibetaanse tantrische tekst getiteld: *Kunjed Gyalpo* (*kun byed rgyal po*), een titel die hier vertaald is met *De Ultieme Bron*. Deze tantra gaat over onze eigen geest en hoe deze onze wereld creëert. Onze eigen geest *is* de ultieme bron van alle verschijnselen.<sup>1</sup> Het is dezelfde Ultieme Bron, nu als verpersoonlijking van onze eigen geest, die ons deze tantra onderwijst over de manier waarop de wereld aan ons verschijnt.<sup>2</sup>

Binnen de nyingma traditie van het Tibetaans boeddhisme is deze tantra een van de basis-tantra's van dzogchen. Dzogchen wordt ook wel ati-yoga genoemd. De tekst beschrijft dat de ervaring of realisatie van dzogchen, de staat van volmaakte volledigheid, het hoogtepunt dat haalbaar is voor een boeddhistische yogi.

Deze tekst houdt tegelijkertijd enige afstand van de conventionele boeddhistische stromingen. De *Kunjed Gyalpo* wordt dan misschien wel beschouwd als een boeddhistische tekst, maar onderscheid zich van andere boeddhistische teksten door zijn tijdloze ideeën, die religie en geloof overstijgen. De tekst voert ons terug naar de basis, een eenvoudige benadering zonder dogmatische zienswijzen en eindeloze rituelen.

Deze vroege vorm van dzogchen stamt van voor de negende eeuw na Chr. De oorspronkelijke bön religie in Tibet kent zijn eigen dzogchen traditie, die verder terug gaat tot pre-boeddhistische tijden en veel gemeen heeft met de latere boeddhistische dzogchen traditie. Dit doet vermoeden dat de zienswijze van dzogchen een sjamanistische oorsprong heeft. Het zou misschien zinvol zijn om te onderzoeken of deze zienswijze min of meer terug te vinden is in iedere verlossingsleer in welke cultuur dan ook en zelfs misschien in iedere door mensen gecreëerde cultuur. Het is een traditie die de mensen terugvoert naar hun oorspronkelijke geest en die door vertalers als Keith Dowman en Jim Valby wel radicale of oorspronkelijke

---

1. Geest wordt hier gebruikt in de zin van een continue energie, onafhankelijk van tijd en plaats. Bewustzijn wordt gedragen door de energie van de geest en kent verschillende vormen, zoals onderbewustzijn, bovennatuurlijk bewustzijn, enzovoorts. Bewustzijn is een conceptueel proces, de geest is dat niet.

2. Om verwarring te voorkomen tussen de titel van de tekst en de naam van de leraar in de tekst, immers allebei zijn ze te vertalen met de ultieme bron, wordt in deze inleiding de tekst *Kunjed Gyalpo* genoemd en de leraar wordt de Ultieme Bron genoemd.

dzogchen wordt genoemd. Radicale dzogchen verwijst dus naar de aller-eerste dzogchen traditie, zoals deze zich meer dan 1200 jaar geleden heeft ontwikkeld. In deze inleiding zullen we de term ati-dzogchen gebruiken voor deze vroege vorm van dzogchen, in plaats van radicale of oorspronkelijke dzogchen.<sup>3</sup>

Vanaf de tijd dat ati-dzogchen in aanraking kwam met het Tibetaanse boeddhisme, ongeveer 1200 jaar geleden, heeft het zich steeds meer aangepast aan de tradities die de hoofdstroom vormden in het Tibetaanse vajrayana boeddhisme. Om te overleven en om vervolging te voorkomen, gebeurde dit vaak uit noodzaak. Zowel de politieke als religieuze macht lag namelijk bij de kloosters van deze hoofdstroom en andersdenkenden werden al gauw als ketters gezien. Het gevolg is dat dzogchen in die 1200 jaar veel van de rituelen, dogma's en zienswijzen heeft overgenomen van de hoofdstroom van het Tibetaanse boeddhisme. Uiteindelijk kan de huidige vorm van dzogchen op veel gebieden niet meer onderscheiden worden als een oorspronkelijke traditie.

Het is de eerst keer dat de gehele tekst, die uit drie delen bestaat, vertaald is in het Nederlands. Er zijn, zover bij de vertaler bekend, vier andere vertalingen, maar deze zijn niet allemaal een vertaling van de gehele tekst.

E. K. Neumaier-Dargyay (1992) was de eerste die het aandurfde van het eerste deel van deze tantra een mooie Engelse vertaling te maken.<sup>4</sup>

Chögyal Namkhai Norbu (1999) heeft samen met zijn vertaler Adriano Clemente een boek uitgegeven met een kort commentaar op de tekst en een vertaling van korte fragmenten uit de gehele tantra.<sup>5</sup>

Jim Valby (2008-2014) heeft de gehele tekst in het Engels vertaald, inclusief een commentaar uit de negentiende eeuw door Khenpo Zhenphen Öser.<sup>6</sup> Zijn vertaling is sterk gebaseerd op dit vrij late commentaar, maar volgt het origineel nauwgezet en is zeer poëtisch.

Tot slot zijn er enkele stukjes in het Engels vertaald door Kennard Lipman en Merrill Peterson.<sup>7</sup> Dit boek is een uitermate vrije vertaling van een korte tekst van Longchen Rabjampa, waarin hij een advies geeft aan zijn

---

3. Ati-yoga is in het Tibetaans *shin tu rnal 'byor*. *rNal 'byor* betekent yoga. *Shin tu* is een vertaling van het Sanskriet *ati* en betekent onder andere extreem of radicaal.

4. Neumaier-Dargyay, E. K. (1992), *The Sovereign All-creating Mind, The Motherly Buddha*. Zie literatuurlijst in Appendix D.

5. Namkhai Norbu, Chögyal & Clemente, Adriano (1999), *The Supreme Source*.

6. Jim Valby, (2014), *Ornament of the State of Samantabhadra, Commentary on the All-Creating King, Pure Perfect Presence, Great Perfection of all Phenomena*.

7. Longchen Rabjam (2010), *You Are the Eyes of the World*.

leerling Lozang. Longchen Rabjampa citeert hierbij korte stukken uit de *Kunjed Gyalpo*. Omdat dit een zeer praktische gids is, is een vertaling van deze tekst opgenomen in Appendix B. Van deze tekst is ook een andere Nederlandse vertaling uitgegeven.<sup>8</sup>

Zoals gezegd bestaat de tekst uit drie delen. Deel I is de basistantra en geeft een uitgebreide en volledige uitleg over de natuur van de geest en behandelt het ontwikkelen van wijsheid door studie. Dit deel bestaat uit 57 hoofdstukken. In hoofdstuk 54 wordt een soort van index en samenvatting gegeven van dit eerste deel. Deel II, de vervolgtantra, is korter en bevat maar 12 hoofdstukken. Dit deel geeft een kort overzicht en samenvatting van deel I, maar met de nadruk op overdenking. Deel III, de uiteindelijke tantra, behandelt ook de dezelfde stof, maar nu vanuit de begrippen meditatie en niet-meditatie.

Tot slot: dit boek is *een* vertaling, niet *de* vertaling. In een vertaling van deze complexe tekst, geschreven in vaak cryptische Tibetaans, zijn zowel in de interpretatie als vertaling altijd verbeteringen mogelijk. In dit boek wordt geen poging gedaan tot tekstverklaring. De inleiding en de noten zijn slechts bedoeld als achtergrondinformatie om zo de tekst iets te verhelderen.

De teksten in de vertaling die tussen haakjes staan, zijn een toevoeging van de vertaler, met het doel de tekst leesbaarder te maken. Ook de hoofdstuk-titels staan niet in de originele tekst, maar zijn toegevoegd om het zoeken in de tekst te vergemakkelijken. De tekst valt vaak in herhalingen, maar iedere herhaling geeft net weer andere invalshoek. Daarom is in deze vertaling de tekst nergens ingekort. Zo blijft ook de sfeer van de tekst zo veel mogelijk te behouden. De getallen tussen blokhaakjes verwijzen naar de folio-nummers in de gebruikte Tibetaanse tekst (Zie appendix D). Ik dank Willy Eurlings voor zijn opbouwende suggesties en kritische opmerkingen.

Hopelijk geeft deze vertaling een glimp van de tijdloze en allesomvattende ideeën, die deze tekst probeert over te brengen.

*De vertaler*

---

8. Longchenpa, *Het Juwelenschip* (2004), Uitgeverij Het Juwelenschip.



# Inleiding

## DE OORSPRONG VAN DE TEKST

Over de oorsprong van de *Kunjed Gyalpo* bestaan verschillende theorieën en talrijke legenden zijn rond haar oorsprong geweest. De oorsprong van deze tekst kan niet verder getraceerd worden tot ergens vóór de negende eeuw. We beschouwen nu vier mogelijkheden, wat betreft haar oorsprong:

1. De tekst is ontstaan in Tibet en is sterk beïnvloed door het Chinese ch'an boeddhisme.
2. De tekst is afkomstig uit een sjamanisme traditie die oorspronkelijk in Tibet aanwezig was, nog voordat het boeddhisme daar staatsgodsdienst werd.
3. De tekst zou in zuivere visioenen in het koninkrijk Zhang Zhung aan Garab Dorje zijn geopenbaard.
4. De tekst is een vertaling vanuit het Sanskriet en bestond al in het India van vóór de negende eeuw.

We kijken eerst in hoeverre de tekst beïnvloedt zou kunnen zijn door het Chinese ch'an boeddhisme. Onder de vele manuscripten die in de grotten van Dunhuang zijn gevonden, bevond zich, naast enkele vroege ati-yoga teksten, ook een kopie van de *Kunjed Gyalpo* geschreven in het Tibetaans.<sup>9</sup> Men gaat er van uit dat deze tekst daar al voor het jaar 850, toen het gebied nog onder Tibetaans bestuur stond, is opgeborgen. Er zijn wetenschappers die stellen dat de tekst zijn oorsprong heeft in het Chinese Ch'an boeddhisme en zich via de zijderoute, die door Dunhuang loopt naar het Westen

---

9. Dunhuang is een stad in een oase in de Chinese provincie Gansu. Ze is gelegen nabij een belangrijk kruispunt op de zijderoute en heeft daaraan, en aan de militaire strategische positie die hierbij hoorde, zijn faam te danken. Dunhuang behoorde dan ook afwisselend tot China of tot Tibet. Boeddhistische kloosters in Dunhuang verzamelden veel geschriften uit Tibet (en India), maar ook uit de Chinese literatuur. Een groot deel werd opgeslagen in de Mogao-grotten. De taoïstische monnik Wang Yuanlu vond ze in 1900 terug. Hij verkocht ze onder andere aan de westerse onderzoekers Aurel Stein en Paul Pelliot. De rest van de manuscripten bleef voor China behouden. De manuscripten dateren uit de tijd tussen de vijfde en elfde eeuw en zijn van grote historische, filologische en literaire betekenis. Men dacht dat deze werken langgeleden verloren waren geraakt. Verder werden in de grot oude edities van klassieke werken gevonden, kwamen er onbekende talen uit Centraal-Azië aan het licht en werd het oudst bewaard gebleven gedrukte boek ter wereld aangetroffen, de *Diamantsoetra* uit de tijd van de Tang-dynastie. (Bron: Wikipedia)

heeft verspreid. Er zou een connectie hebben bestaan tussen het vroege Tibetaanse boeddhisme en het ch'an boeddhisme. Enkele Tibetaanse meesters uit die tijd zouden China bezocht hebben en omgekeerd. Er wordt o.a. gesuggereerd dat een Tibetaanse vorm van ch'an voortleefde onder de naam van *rdzog chen*, maar hiervoor zijn geen harde bewijzen.<sup>10</sup>

De meeste oude oorspronkelijke dzogchen teksten, hebben wel bepaalde ideeën met het ch'an boeddhisme en met zen gemeen en op het eerste gezicht zijn er parallellen. Zo gaat dzogchen, net zoals ch'an, uit van een plotselinge spontane verlichting en niet van een geleidelijk pad naar de verlichting, zoals in de meeste mahayana-scholen terug te vinden is. Ook het begrip niet-handelen vinden we terug in zowel ati-dzogchen als ch'an, maar ook in het taoïsme (*wu-wei*).

Maar het was al in de negende eeuw dat het de boeddhistische meester Nub Sangyay Yeshe (*gnubs sangs rgyas ye shes*) in een tekst schreef dat dzogchen en ch'an verschillend zijn. Het grote verschil tussen beide zit in de methode. Ch'an en zen propageren zit-meditatie als middel om verlichting te bereiken. Ati-dzogchen daarentegen wijst meditatie nadrukkelijk af en beschouwd meditatie als weinig zinvol. Verder zijn voor ch'an en zen de wijsheidsoetra's (prajnaparamita soetra's) belangrijk. Het zijn teksten die methoden onderrichten om de verlichting te bereiken, een verlichting die bereikt kan worden door de juiste oorzaken ervoor te creëren. Ati-dzogchen wijst ieder onderricht af dat gebaseerd is op oorzaak en gevolg.

Het had niet veel gescheeld of het boeddhisme dat zich uiteindelijk in Tibet vestigde, kwam uit China en niet uit India, zoals uit het volgende stukje geschiedenis blijkt.

De koning Trisong detsen (*khri srong lde bstan*) (755-797) was de eerste die, ondanks het feit dat hij hierin veel tegenstand ondervond, het boeddhisme in Tibet introduceerde. Hij is de stichter van het eerst boeddhistische klooster in Tibet, het klooster Samye (*bsam yas*). Hij zond afgezanten naar India om daar teksten te verzamelen en deze mee terug te nemen naar Tibet, waar ze vertaald werden. Deze overdracht van het Boeddhisme naar Tibet, wordt wel de eerste golf van vertalingen of de Oude Vertalingen genoemd en behoort tot de Oude School, de nyingma-traditie.

Later zond hij ook twee afgezanten naar China, om meer teksten te verzamelen. Het was de tijd dat in China het ch'an boeddhisme een stormach-

---

10. Over de kruisbestuiving tussen ch'an, zen en het Tibetaans boeddhisme, uitgaande van de gevonden geschriften in Dunhuang, heeft Sam van Schaik een boeiend boek geschreven, getiteld *Tibetan Zen*.



tige ontwikkeling doormaakte. Zij kwamen in contact met de Koreaanse ch'an monnik Chin Ho-shang, die leefde in Szechuan, een land dat klem ligt tussen China en Tibet. Hij gaf de twee gezanten niet alleen advies met betrekking tot het boeddhisme, maar ook advies met betrekking tot de moeilijke politieke situatie waarin het boeddhisme in Tibet op dat moment verkeerde. Dit leverde een connectie op tussen ch'an, het Tibetaanse boeddhisme en de politiek.

In die tijd werd waarschijnlijk zowel ch'an als de Indische vorm van het boeddhisme in Tibet beoefend. Dit verklaart mogelijk waarom er in Dunhuang ch'an teksten in een Tibetaanse vertaling zijn teruggevonden.

Aan het einde van de achtste eeuw ontstonden er in Tibet conflicten tussen beide boeddhistische stromingen. Besloten werd een openbaar debat te houden tussen twee geleerden. Een geleerde als vertegenwoordiger van het ch'an boeddhisme en een geleerde als vertegenwoordiger van het op India georiënteerde boeddhisme. Het werd gehouden in het klooster Samye. Na dit debat zou door de koning worden beslist welke geleerde het debat had gewonnen. Het boeddhisme van de winnaar zou in Tibet de staatsgodsdienst worden. Het filosofisch debat ging tussen de ch'an monnik Hashang (*hwa-shang*) uit Dunhuang en de boeddhistische geleerde Kamalashila (*ka ma la sh'i la*) uit India. Het werd gewonnen door de Kamalashila. Hashang werd gedwongen Tibet te verlaten, maar er wordt verteld dat hij zijn slippers achterliet, als symbool voor het voortbestaan van ch'an in Tibet. Vanaf dat moment was het Tibetaanse boeddhisme gebaseerd op de ideeën uit India. De vraag is natuurlijk in hoeverre politiek in de beslissing van de koning heeft meegespeeld. Tegenwoordig wordt aangenomen dat dit debat nooit heeft plaatsgevonden, maar politiek propaganda was, om zo niet alleen religieuze, maar ook politieke connecties met India te rechtvaardigen.

Desalniettemin werd sindsdien iedere vorm van boeddhisme die maar enigszins leek op die van Hashang in Tibet beschouwd als ketterij. Iedereen die zich niet aanpaste aan het 'nieuwe' boeddhisme liep een kans vervolgd te worden, opgesloten of vermoord. Ati-dzogchen werd een gewild doelwit, als het ging om beschuldigingen van het niet authentiek zijn, omdat het niet uit India kwam, laat staan door de Boeddha zou zijn onderwezen.

Een tweede golf van vertalingen van Tibetaanse teksten vond plaats in de elfde eeuw in opdracht een koning uit het koninkrijk Guge, een klein koninkrijk in de westelijke Himalaya. Zijn naam was Rinchen bzanpo (*rin chen bzang po*) (958-1055). Hij stelde een team van Tibetaanse vertalers samen om zo nog niet vertaalde teksten te vertalen en oude al vertaalde teksten te reviseren. Dit wordt wel de Nieuwe Vertalingen genoemd van de

Nieuwe School. Echter voor de Oude School, de nyingma-traditie, waren de oude vertalingen, waaronder de *Kunjed Gyalpo* veel beter en superieur aan de nieuwe.

Met de Nieuwe School werd een nieuw soort boeddhisme in Tibet geïntroduceerd en dat bekend staat als het geleidelijk pad naar de verlichting. Het was Atisha (*aa ti sha*) (982-1054) en zijn leerlingen die deze nieuwe vorm in Tibet ging onderwijzen. Toen laaide ook weer de discussie op over welke teksten authentiek boeddhistisch waren en welke niet en was dzogchen weer het middelpunt van discussie en kritiek.

Een tweede mogelijk oorsprong van de tekst is de oude sjamanistische bön traditie van Tibet, wat betekent dat de tekst helemaal geen boeddhistische oorsprong heeft. Dit kan wel verklaren waarom in de tekst de Boeddha zelf nooit aan het woord komt en ook niet geciteerd wordt. Er zijn zelfs geleerden die zeggen dat de *Kunjed Gyalpo*, gemakkelijk zonder het boeddhisme kan. Het is een tekst die bijna aan geen enkele bestaande traditie is te koppelen, behalve misschien bön. Dat maakt deze tekst binnen het boeddhisme zo bijzonder.

Ook de tekst zelf stelt dat er nooit een boeddha is geweest, die dit onderricht heeft onderwezen. In hoofdstuk 6 zegt de Ultieme Bron:

*“Eerdere Boeddha’s hebben dit volledig zuivere onderricht dat ik, de Ultieme Bron, nu onderwijs niet onderwezen. De Boeddha’s die nu leven en de toekomstige Boeddha’s zullen dit volledig zuivere onderricht niet onderwijzen.”*

Dit doet vermoeden dat ook Boeddha Shakyamuni dit nooit onderwezen heeft. Ook Longchen Rabjampa zegt in zijn gids dat de Boeddha alleen maar onderricht heeft gegeven dat nog geïnterpreteerd moet worden en niet het ondubbelzinnige onderricht van dzogchen heeft onderwezen:

*“Hij (de Boeddha) sprak tot een grote groep van discipelen die daarvoor geschikt waren louter over onderricht waarvan de betekenis nog geïnterpreteerd moest worden. Hij sprak geen enkele keer over de werkelijke uiteindelijke betekenis (van het ondubbelzinnige onderricht).”*

Het bön sjamanisme is de oorspronkelijke natuur-religie van Tibet en de oorsprong van bön is onduidelijk en verborgen in de nevelen der tijd. Ze claimt zelf dat zij de bron is van de oorspronkelijke dzogchen traditie. Oorspronkelijke dzogchen heeft zich in dit land ontwikkeld en omdat dit geheel gescheiden van India gebeurde, had het weinig met het boeddhisme te maken. Pas later toen het boeddhisme in Tibet opkwam is bön-dzogchen opgeschoven in de richting van het boeddhisme en heeft allerlei ideeën uit het boeddhisme overgenomen.

We zagen al dat dit niet altijd van harte ging, maar je moet wat doen om vervolging te voorkomen.

Voor een derde mogelijke bron van herkomst van onze tekst moeten we naar het koninkrijk Zhang Zhung. Zhang Zhung is een land dat niet meer bestaat. Het lag waarschijnlijk in het westen van Tibet. Een oude tekst uit Tibet, *De Blauwe Analen*, verteld over een klein koninkrijk in de westelijke Himalaya. Tot op de dag van vandaag zijn daar nog talloze ruïnes terug te vinden, die een roemrijk verleden doen vermoeden.

In de veertiende eeuw schreef Longchen Rabjampa in een tekst over de geschiedenis van dzogchen overleveringslijn van leraren het volgende:<sup>11</sup> “In het koninkrijk Zhang Zhung leefde ongeveer 360 jaar na het paranirwana van de Boeddha een monnik genaamd Garab Dorje (*dga’ rab rdo rje*). De *Kunjed Gyalpo* werd in zuivere visioenen aan hem geopenbaard. Ze is al die tijd in Zhang Zhung bewaard gebleven en pas later in Tibet terecht gekomen.” Historische bewijzen zijn er niet, maar wel allerlei legenden. Garab Dorje (*Skt.*: Prahevajra), wordt gezien als de eerste menselijke leraar van de overleveringslijn van de dzogchen. Hij is bekend vanwege zijn zeer korte tekst: *De drie uitspraken die de essentie treffen*.<sup>12</sup> Aan de hand van deze tekst verdeelde zijn belangrijkste leerling *jampal shenyen* (*Skt.*: Manjushrimitra) dzogchen in de nu nog steeds gebruikelijke drie klassen.

Voor de laatste mogelijke bron blijft India over. De tekst zou een Indiase tekst kunnen zijn die einde achtste eeuw Tibet bereikte en daar werd vertaald. Maar opvallend is dat een originele naam voor de tekst in het Sanskriet ontbreekt. In de colofon verwijzen de vertalers niet naar een Indiase tekst, wat wel gebruikelijk was. De tekst heeft later toch een Sanskriet naam gekregen, mogelijk omdat een Sanskriet naam autoriteit geeft aan een tekst en ook een bron doet vermoeden die in India ligt. Verder werd deze tekst voor de negende eeuw nergens in India genoemd en er werd ook niet naar verwezen.

Tot zover de mogelijke oorsprong van onze tekst. Blijven twee vragen onbeantwoord: wie schreef of schreven deze tekst en vertaalden de beide vertalers deze tekst uit het Zhang Zhung dialect of vanuit het Sanskriet?

---

11. Deze tekst heet: *Dzogchen Nyingthig logyü chenmo* wat vrij vertaald betekent: De grote geschiedenis van de innerlijke essentie van dzogchen.

12. Drie uitspraken die de essentie treffen (*tsbig gsum gnad du brdeg pa*). Deze zeer korte tekst luidt: *Men wordt direct ingevoerd in de eigen natuur. Men komt tot een onwankelbaar besluit omtrent deze unieke staat. Men gaat vol vertrouwen en onafgebroken door in bevrijding.* (eigen vertaling)

We hebben gezien dat ati-dzogchen en ook onze tekst de *Kunjed Gyalpo*, geen makkelijk bestaan hebben gehad. Ati-dzogchen is vanaf het begin van de elfde eeuw altijd een onderwerp geweest van filosofische discussies. De kritiek van andere boeddhistische scholen ging vooral over de authenticiteit van de bron en de vraag of het beginsel van ati-dzogchen wel boeddhistisch is. De teksten van het ati-dzogchen waren verdacht en onder andere de *Kunjed Gyalpo*, werd als niet authentiek bestempeld, maar werd gezien als een vervalsing.

In het verleden werd ati-dzogchen vaak beschouwd als een bedreiging voor de dominante boeddhistische scholen, zoals de sakyapa en de gelukpa, die beurtelings de politieke macht hadden in Tibet en hun filosofie krampachtig verdedigden tegen eventueel andersdenkenden.<sup>13</sup> Zij zaten niet te wachten op een filosofische onderstroom, een onderstroom die hun macht zou kunnen aantasten.

In de loop naar de tiende eeuw zat er voor de Oude School niets anders op dan in hun teksten ook ideeën van de Nieuwe School te verwerken. Op deze manier konden ze zich van de beschuldigingen van ketterij vrijwaren en in de veranderde tijden overleven. Hierdoor week ati-dzogchen steeds meer af van de oorspronkelijke ideeën. In de veertiende eeuw bereikt de integratie van de oude en nieuwe scholen zijn voltooiing. Het was de grote geniale meester Longchen Rabjampa (1308-1363) (*klong chen rab 'byams pa*) die definitief een brug wist te slaan tussen de Nieuwe School en Oude school.

Juist omdat het ati-dzogchen onderricht tegen de gevestigde ideeën in ging, moest het voorzichtig onderwezen worden. Daarom spreekt de tekst ook over het verborgen houden van het onderricht voor personen die niet voor dit onderricht geschikt zijn. *Ze zijn niet geschikt, omdat ze niet geïnteresseerd zijn of omdat ze het onderricht willen bekritisieren.*

In Hoofdstuk 83 zegt de Ultieme Bron hierover: “*Allerlei misinterpretaties zullen dit kostbare voertuig doen verdwijnen. Daarom moet dit soort kwaadaardige personen (als leerling) geweerd worden.*” Met andere woorden het onderricht van dzogchen moet verborgen blijven voor aanhangers van an-

---

13. De nyingma is de Oude School die na de eerste verspreiding van het boeddhisme in Tibet floreerde. De Nieuwe School, ontstaan in de 11<sup>e</sup> eeuw, omvatten o.a. de gelukpa, sakyapa, kagyupa tradities en wordt wel de Nieuwe school genoemd, omdat ze zich baseren op latere vertalingen. Tussen de nieuwe tradities heeft altijd wel een strijd om de macht plaats gevonden, die uiteindelijk door de gelukpa werd gewonnen, mede door het opzetten van een systeem van reïncarnaties, waaruit de Dalai Lama's zijn voortgekomen.

dere boeddhistische scholen, die het onderricht in de *Kunjed Gyalpo* willen kleineren, ontkennen of met allerlei wijsgerige uitspraken ontkrachten.

Garab Dorje zelf gaf al heel lang geleden aan dat je met het onderricht van ati-dzogchen heel voorzichtig moet zijn. Hij zei: “Als iemand niet echt interesse heeft en bijvoorbeeld alleen maar nieuwsgierig is, dan is dat een persoon te veel om te onderwijzen. Als er personen zijn die oprecht zijn en geïnteresseerd, dan zijn zelfs honderd personen te weinig.”

We zagen dat ati-dzogchen in zijn beginperiode nog al werd onderdrukt, met als gevolg dat we vanuit directe bron weinig over de oude ati-dzogchen teksten weten. De *Kunjed Gyalpo* is hier geen uitzondering op. De tekst is ook nooit echt populair geweest binnen traditionele boeddhistische kringen. Op veel teksten uit die tijd zijn uitgebreide commentaren geschreven, maar er zijn bijna geen grote Tibetaanse meesters geweest, die aandacht aan deze tekst hebben geschonken. Zover bekend zijn er slechts twee teksten geschreven als aanvulling op *Kunjed Gyalpo*. Een advies voor beoefening van Longchen Rabjampa, hier opgenomen in de appendix B, en een commentaar uit de negentiende eeuw.<sup>14</sup>

Buton Rinchen Drub (*bu ston rin chen grub*) (1290-1364), de grote Tibetaanse geleerde, die alle toen bekende dharma-teksten verzamelde, nam de *Kunjed Gyalpo* niet op in zijn verzameling, alhoewel hij de tekst wel gekend moet hebben. Zijn eigen leraren hebben hem de tekst onderwezen en hem ook verteld dat er zelfs een authentieke versie in het klooster van Samye lag! Het is onduidelijk waarom hij de tekst negeerde, maar mogelijk waren er politieke redenen. De toenmalige heersers in Tibet waren gelinieerd aan de Sakyapa-clan. Een van de meest gewaardeerde geleerden van deze school was Sakya Pandita (*sa skya pan di ta*) (1182-1251). Hij schreef een vernietigend commentaar op de Oude Vertalingen waar de *Kunjed Gyalpo* deel van uitmaakt, met als conclusie dat ze niet authentiek waren. Omdat de sakyapa's de dienst uitmaakten in Tibet, mocht Buton waarschijnlijk de tekst niet in zijn bundeling van teksten opnemen.

---

14. Dit uitvoerig commentaar omvat 2400 folio's en is getiteld: *Een versiering van de oorspronkelijke staat van Samantabhadra (kun bzang dgongs rgyan zhes bya ba)*. Het schrijven van dit commentaar, dat wil zeggen een uitleg van de tekst, werd begonnen door Khenpo Thubten Pema Rabgye (*mkhan po thub bstan pad ma rab rgyas*) en na zijn overlijden afgemaakt door zijn leerling Khenpo Zhenphen Öser (*mkhan po gzhan phan 'od zer*). Beide geleerden stonden bekend om hun kennis van de oorspronkelijke dzogchen teksten, zoals deze vertaald waren door de grote vertaler Vairochana. Vairochana is ook een van de vertalers van de *kun byed rgyal po*. Een vertaling van dit commentaar staat in Jim Valby (2014).

Toen in de vijftiende eeuw in China de gehele canon van Tibetaanse teksten voor het eerst werd gedrukt, was de *Kunjed Gyalpo* daarin nog wel opgenomen, maar al snel verdween ze eruit.

De discussie over de authenticiteit van deze oude ati-dzogchen teksten ging daarna nog eeuwen door.

## ZIJN

Bijna alle boeddhistische filosofische scholen hebben met elkaar gemeen dat zij streven naar bevrijding, streven naar het bereiken van *het* nirwana, zoals Boeddha Shakyamuni dat 2500 geleden heeft gedaan. Daarvoor moeten oorzaken worden gecreëerd, oorzaken die leiden naar het gevolg, namelijk bevrijding of nirwana. Dit gebeurt door middel van allerlei beoefeningen, beoefeningen gericht op het trainen van de geest om deze zo onder controle te krijgen. Daarom baseren deze boeddhistische voertuigen zich op beoefeningen, op dogmatische zienswijzen, op veel geloften, op het volgen van diverse paden die in de beoefening doorlopen moeten worden, op het bereiken van verscheidene stadia van spirituele ontwikkeling die bereikt moeten worden, op meditaties en visualisaties die gedaan moeten worden en op het koesteren van het doel: nirwana.<sup>15</sup>

Ati-dzogchen stelt dit alles ter discussie. Sterker nog, ze verwerpt het idee van oorzaak en gevolg en ziet al deze beoefeningen als een weinig zinvol tijdverdrijf. In ati-dzogchen staat niet-handelen centraal. De geest is al tijdloos zuiver volmaakt en dus waarom handelen en ergens naar streven? Bevrijding is niet iets om naar te streven, omdat alles in hun zoheid, in 'het zijn zoals het is', al vrij is. Alles wat er in het bewustzijn opkomt, wordt vanzelf op natuurlijke wijze bevrijd. Slecht rusten in zuivere volmaakte aanwezigheid, welke de inherente natuur van de geest is, is bevrijding.

Ati-dzogchen eist een radicale aanpak, om de vesting van het dualistische denken omver te werpen. Gebruiken andere boeddhistische voertuigen een geleidelijk pad van ontwikkeling, in Ati-dzogchen springt men als het ware meteen in het diepe. Dowman verwoordt dit als volgt:

---

15. Een pad (*lam*) is, eenvoudig gezegd, een reeks beoefeningen die doorlopen moeten worden om het doel te bereiken. Het volgen van de paden is echter geen lineair proces. Stadia kunnen gezien worden als herkenbare tussenstations in de spirituele ontwikkeling, maar ook hier het proces niet lineair, in de zin dat het bereiken van het ene stadium het andere volgt. Het woord voertuig is een gebruikelijke vertaling van *theg pa* (Skt. yana) en is een boeddhistische school of traditie. Zie ook: pag. xix.

*Als analogie kunnen we dzogchen zien als het vol vertrouwen in het water springen, in de overtuiging dat het lichaam wel blijft drijven. In plaats van schuchter één teen in het water te steken, (zoals andere boeddhistische tradities doen,) springen we in het water en drijven of zwemmen we. Wetend dat zuivere volmaakte aanwezigheid de stralende uiteindelijke realiteit is en de natuur van de geest, is het niet nodig je levensstijl te veranderen, je allerlei morele waarden en dogma's aan te meten. Voor radicale dzogchen is alleen maar een vertrouwd raken nodig met de natuur van je eigen geest en (het stralende licht van je eigen geest zal zich vanzelf manifesteren).<sup>16</sup>*

Tegen over het streven naar doelen wordt dus een heel ander perspectief gezet: louter zijn. Het vergankelijke cyclische bestaan waarin wij leven is niets anders dan een dynamisch proces van *zijn*. *Zijn* is de basis van bestaan en bereikbaar in ieder moment van bestaan. *Zijn* is zuivere volmaakte aanwezigheid. De energie van ons *zijn*, is onze spirituele beoefening. In zuivere volmaakte aanwezigheid is alles een enkelvoud, omdat alles één is in zuivere volmaaktheid.<sup>17</sup> Uiteindelijk is *zijn* in de dimensie van het tijdloze moment, het nu, de ervaring van de niet-dualiteit tussen leegte en vorm. In deze ervaring wordt alles wat aan het bewustzijn verschijnt een versiering van spontane zuivere volmaakte aanwezigheid en wordt ervaren als natuurlijk, ongekunsteld, open en vrij.

Deze ervaring is spontaan niet omdat het vanzelf gaat, maar omdat het zonder oorzaken en condities is. Zuivere volmaaktheid manifesteert zich spontaan, hoeft niet gecreëerd te worden en hoeft ook niet door allerlei inspanningen te worden gerealiseerd.

## SAMSARA EN NIRWANA

*Zijn* is een dynamisch proces dat zowel samsara, het cyclische bestaan waarin wij leven, als nirwana omvat. Onze geest creëert een dualisme tussen dit cyclische bestaan en nirwana, een dualisme dat er niet is. In de

---

16. Keith Dowman (2010), pag. 3. (Toevoeging vertaler tussen haakjes)

17. Dat alles één is, wordt vaak als een slogan in de New Age beweging gebruikt. Echter als alles één is, wat is dan de zin van een spiritueel pad? Het is een ontkenning van de immense verscheidenheid van de verschijnselen. Door te zeggen dat alles één is en de verscheidenheid van verschijnselen te ontkennen, wordt de niet-dualiteit tussen leegte (zohheid) en vorm (verschijnselen) ontkend.

oorspronkelijke staat zijn samsara en nirwana één. Daarom is het streven naar nirwana een nutteloze bezigheid.

Zo wordt in het mahayana boeddhisme onderscheidt gemaakt tussen de uiteindelijke en de fictieve realiteit, tussen nirwana en samsara. Maar volgens onze tekst, de *Kunjed Gyalpo*, bestaat er geen fictieve realiteit waarin wij leven en een andere uiteindelijke realiteit waar alles verlicht is. Er bestaat slechts een enkelvoudige realiteit en deze kan niet door denken, definities, woorden, kenmerken, benoemingen, filosofische zienswijzen, meditaties, enzovoorts, gekend worden. Je moet dat ook niet proberen. Het volmaakte pad van ati-dzogchen is niet in woorden uit te drukken en dus ook niet te onderwijzen. De tekst zegt daar zelf over in hoofdstuk 26: “... het volmaakte pad kan niet onder woorden worden gebracht. Het is daarom een illusie, dat ik jullie dat volmaakte (pad) zou kunnen onderwijzen.”

Maar als deze enkelvoudige realiteit niet door denken, woorden, benoemingen, enzovoorts gekend kan worden, wat is dan de zin van deze tekst? Woorden zijn slechts een middel om de ervaringen van rigpa op te wekken, maar je moet niet aan woorden hechten.<sup>18</sup> Zet ze om in ervaring en laat ze dan meteen weer los.

## ZOHEID

Alle verschijnselen en gedachten komen voort uit zuivere volmaakte aanwezigheid, de dynamische drijvende kracht achter alles. Alles is al zuivere volmaaktheid (*rdzog chen*), en we hoeven en kunnen daar niets aan veranderen. Alles bevindt zich al in een staat van verlichting, of we willen of niet.

Maar waarom ervaren we dat niet zo? We ervaren dat niet zo, omdat we te veel bezig met het koesteren van onze meningen, ideeën, gedachten, oordelen, doelen, emoties, activiteiten, dromen, enzovoorts, die allen gebaseerd zijn op een dualistisch denken, denken in termen van goed en slecht, van mij en van jou, geluk en lijden, enzovoorts. Dualistische gedachten komen en gaan in een hoog tempo en verduisteren de ware natuur van onze geest.

Echter onze geest wordt niet beperkt door deze gedachten. Hier wordt wel de metafoer gebruikt van de blauwe lucht. De geest is als de blauwe

---

18. Rigpa (*rig pa*) is het helder intuïtief kennen als inherente eigenschap van de geest, de niet-dualistische staat van aanwezig zijn, de geest vrij van onwetendheid en dualistisch vasthouden. Het is de zuiver heldere geest die in een directe waarneming volledig de oorspronkelijke verlichte staat herkent.



lucht. Het komen en gaan van dualistische gedachten zijn als wolken die voorbij drijven of de lucht geheel bedekken. De wolken verstoren de lucht niet. De lucht laat zich niet beperken door wolken, sterker nog, wolken zijn een aspect van lucht. Daarom zijn ze, de dualistische gedachten, volmaakt en worden gezien als versieringen van de geest en hoeven daarom niet verdrongen te worden. De ervaring dat dit komen en gaan van gedachten, emoties, enzovoorts, een dynamisch proces van volmaaktheid is, is verlichting. Omdat alles al volmaakt is, waarom je dan inspanssen in het bereiken van iets?

Deze wereld is al volmaakt mooi, er ontbreekt niets aan en van deze volmaaktheid moeten we genieten. Dit is waar een yogi van *ati-dzogchen* een directe ervaring van heeft. Wat er voor een gewoon mens uitziet als lelijk of pijnlijk, daarvan ziet deze yogi de inherente schoonheid. Met dit idee opent deze tekst een hele nieuwe dimensie in het boeddhistische denken. We moeten de verschijnselen laten voor wat ze zijn en ze niet willen manipuleren. Alle verschijnselen zijn zoheid (*de bzhin nyid*) of 'dat-louter is'. Dat wil zeggen dat ons denken over de wereld van verschijnselen in termen van goed slecht, mooi en lelijk, lief of vals, enzovoorts, niet een eigenschap is van de verschijnselen, maar voortkomt uit ons dualistische denken. In feite zijn alle verschijnselen niet anders dan wat ze zijn, verschijnselen. Ze zijn louter wat ze zijn, zoheid.

## DE NEGEN BOEDDHISTISCHE VOERTUIGEN

Voertuig is hier een vertaling van het Tibetaanse *theg pa*. Het werkwoord *theg* betekent *in staat zijn te dragen*. Het wordt hier gebruikt in de betekenis van een middel dat in staat is iemand te dragen over het boeddhistische pad van beoefening. *Theg pa* zou ook vertaald kunnen worden met spirituele benadering, stroming, traditie of school.

In de Oude School van de nyingma traditie wordt het boeddhisme opgedeeld in negen voertuigen. De tekst verwijst voortdurend, al dan niet impliciet, naar deze negen voertuigen. De negen voertuigen zijn de negen boeddhistische stromingen, die in de tijd en omgeving waarin de *Kunjed Gyalpo* werd geschreven, bekend waren. Ieder voertuig heeft zo zijn eigen specifieke beoefeningen, interpretaties en taalgebruik.

Deze negen voertuigen zijn te verdelen in de twee voertuigen van het hinayana, het ene voertuig van het mahayana en de zes voertuigen van het vajrayana. Het hinayana omvat het pad van de shravaka's en pratyeka-boeddha's. Het mahayana bestaat uit het pad van de bodhisattva's. Het vajrayana

is te verdelen in drie innerlijke en drie uiterlijke tantra's. De drie lagere of uiterlijke tantra's zijn kriya-tantra, upaya-tantra en yoga-tantra. De drie hogere of innerlijke tantra's zijn maha-yoga, anu-yoga en ati-yoga.

De negen voertuigen staan niet los van elkaar, het zijn geen strikt gescheiden geclassificeerde spirituele benaderingen. Het is niet zo dat een beoefening uit het ene voertuig niet kan samengaan met beoefening uit een ander. Eerder zijn de negen scholen een afspiegeling van de eigen ontwikkeling, startend bij het begin (shravaka's) en eindigend bij de ultieme bevrijding (ati-yoga).

Beginnende beoefenaars (shravaka's) zijn gebaat bij het soetrayana, waar luisteren naar de Dharma een belangrijk onderdeel is. Door het op deze manier verkregen inzicht in de dharma, gaat de beoefenaar interesse krijgen in de eigen bevrijding (pratyeka-boeddha's). Geleidelijk wordt mededogen ontwikkeld voor alle wezens (mahayana). De drie innerlijke en uiterlijke tantra's kunnen gezien worden als vervolg stadia in die spirituele ontwikkeling. De leerling Lozang, aan wie Longchen Rabjampa zijn advies geeft, (zie: Appendix B) is zeker geen beginnening, maar ongetwijfeld door zijn beoefeningen een 'ervaren' boeddhist, getraind in meerdere van de negen boeddhistische voertuigen.

Nu volgt een zeer beknopte uitleg over deze negen voertuigen, zonder verder al te diep in te gaan op hun specifieke zienswijzen, maar hopelijk ver genoeg om bij het lezen van de tekst te begrijpen waarom het onderricht van de eerste acht voertuigen niet het onderricht is van de Ultieme Bron.<sup>19</sup>

In het **hinayana**, ook wel het bescheiden voertuig genoemd, is men gefocust op onthechting en is gemotiveerd door de wens zelf bevrijd te worden van het lijden. Het wordt daarom ook wel het pad van onthechting genoemd. Het hinayana kan in twee soorten beoefenaars worden opgedeeld: de shravaka's en de pratyeka-boeddha's. Shravaka betekent letterlijk 'luisteraar'. Het is iemand die de voortdurende ontevredenheid en het lijden in dit cyclische bestaan vreest en zich vooral bezighoudt met zijn eigen bevrijding. Hij luistert naar het onderricht van de Boeddha, realiseert zich dat lijden inherent is in alle geconditioneerde verschijnselen en mediteert op de Vier Edele Waarheden (het lijden, de oorzaak van lijden, de opheffing van het lijden en het pad) om deze opheffing te bereiken. Een shravaka begrijpt dat er geen werkelijk bestaand zelf of ego in een mens bestaat. Alle verschijnselen bestaan uit ondeelbare deeltjes en momenten van bewustzijn,

---

19. Voor een uitgebreidere uitleg ook over de verschillen tussen dzogchen en andere boeddhistische tradities, zie Longchen Rabjam (2002).

die geacht worden werkelijk te bestaan. Zijn beoefening bestaat uit foutloos ethisch gedrag en zelfdiscipline, luisteren naar het onderricht, contempleren over de betekenis en, door middel van meditatie, één worden met de betekenis. Door de onplezierige kanten in te zien van verlangen, overwint de shravaka verstorende emoties en bereikt innerlijke rust.

Pratyeka-boeddha betekent letterlijk ‘iemand die alleen ontwaakt’. Het is iemand die het niveau van arhat bereikt zonder daarbij te steunen op een leraar. Zonder deze steun gelooft de pratyeka-boeddha dat alle verschijnselen ontstaan door een combinatie van oorzaak en condities. Door vertrouwd te raken met het feit dat we steeds weer doodgaan, worden zij moe van het cyclische bestaan, overdenken de oorzaken van het lijden en dood, onderzoeken de twaalf schakels van onderling afhankelijk ontstaan en concluderen dat de ellende in dit cyclische bestaan een gevolg is van onwetendheid. Zij realiseren zich dat personen en materie leeg zijn van een werkelijk bestaan, maar geloven nog wel dat bewustzijnsmomenten werkelijk bestaande entiteiten zijn. Door hun meditatie op de twaalf schakels van onderling afhankelijk ontstaan en deze schakels van onwetendheid tot en met de dood te volgen, begrijpen ze dat onwetendheid, het vasthouden aan werkelijk bestaande verschijnselen, de bron van alle lijden is.

Het **mahayana**, ook wel het grote voertuig genoemd, is het voertuig van de bodhisattva's. Zij gaan ervan uit dat de natuur van alle verschijnselen leegte is, het ontbreken van een inherent bestaan. Een bodhisattva is iemand die streeft naar de bevrijding van de Boeddha, niet alleen voor zichzelf, maar voor het welzijn van alle wezens. Hij of zij streeft er naar alle wezens te bevrijden uit het tranendal van het cyclische bestaan. De basis van het mahayana is het idee dat de boeddha-natuur in ieder wezen aanwezig is. Dat wil zeggen dat, omdat de potentie daarvoor aanwezig is, ieder wezen de mogelijkheid bezit om een boeddha te worden. Het onderricht over het mahayana is vooral in de soetra's terug te vinden. Het pad van de bodhisattva bestaat uit de beoefening van de zes perfecties of paramita's. Dit zijn achtereenvolgens de perfectie van vrijgevigheid, de perfectie van morele zelfdiscipline, de perfectie van geduld, de perfectie van enthousiaste volharding, de perfectie van concentratie en de perfectie van wijsheid. Belangrijk punt hierbij is het zuiveren van slecht karma en het verzamelen van heilzaam karma. De eerste vijf perfecties leiden tot het verzamelen van positieve verdiensten door heilzame activiteiten te verrichten, het houden van geloften, het doen van neerbuigingen, enzovoorts. Ze zijn de oorzaak voor de zesde perfectie, de perfectie van wijsheid, welke volgens hen de realisatie is van het dharmakaya. De bodhisattva wordt geacht vijf paden te

doorlopen: het pad van verzamelen, het pad van voorbereiding, het pad van meditatie, het pad van zien en het pad van niet meer leren. Ieder pad kent zo zijn eigen karakteristieken. Door het doorlopen van deze paden bereiken ze de tien stadia: die ook weer gekoppeld zijn aan de tien perfecties. Deze stadia heten: het Zeer vreugdevolle, het Zuivere, de Maker van licht, het Stralende, het Moeilijk te overwinnen, het Manifeste, het Vergaande, het Niet-afwijkende, Goede intelligente en Wolk van dharma.

**Het vajrayana** of het diamanten-voertuig, wordt zo genoemd, omdat de inherente oorspronkelijke natuur van iedereen, net zoals een diamant, onverwoestbaar, onveranderlijk en helder stralend is. De methoden die in de drie lagere of uiterlijke tantra's gebruikt worden, zijn omvangrijk, veelzijdig, complex en diepzinnig.

Het voertuig van **kriya-tantra** legt de nadruk op het doen van rituele handelingen. De beoefenaars van kriya-tantra visualiseren de meditatie-boeddha (*yidam*) in de ruimte voor zich. Ze bieden offergaven aan, doen gebeden tot en richten verzoeken aan hun meditatie-boeddha, in de hoop zo zijn of haar zegeningen, inspiratie en wijsheid te ontvangen. Ze benaderen hun meditatie-boeddha als een dienaar zijn meester benadert, zoals in veel op devotie gerichte religies.

In **upaya-tantra** of charya-tantra ligt de nadruk op zowel innerlijke als uiterlijke rituelen. Innerlijke rituelen omvatten meditaties, visualisaties, enzovoorts. Deze tantra vormt een brug tussen kriya-tantra en yoga-tantra, met de zienswijze van yoga-tantra en de rituelen van kriya-tantra. Ze benaderen hun meditatie-boeddha niet als dienaar, maar als intieme vriend. Deze relatie vinden we ook in de devote mystiek terug.

**Yoga-tantra** omvat de beide vorige tantra's, maar gaat nog verder en streeft naar een mystieke vereniging met de meditatie-boeddha. Men lost zichzelf op in mystieke vereniging met meditatie-boeddha in een staat van leegte, manifesteert zichzelf weer als een zuiver licht-lichaam en wordt één met de meditatie-boeddha, in een soort mystieke vereniging.

De drie hogere tantra's zijn, zo wordt gezegd, geopenbaard door Boeddha Samantabhadra. Ze worden wel het pad van transformatie genoemd, omdat op dit pad de energie van emoties in het fysieke en subtiele lichaam wordt omgezet in transcendente wijsheid.

**Maha-yoga** is complex en legt de nadruk op visualisaties van vele boeddha-vormen, boeddha-landen en mandala's. Het heeft grote overeenkomsten met de anuttara-tantra binnen de nieuwere scholen van het Tibetaanse boeddhisme en legt vooral de nadruk op het mannelijks aspect van de verlichting.

Wat betreft visualisaties en beoefeningen, komt **anu-yoga** grotendeels overeen met maha-yoga, alleen is er in anu-yoga een andere manier van visualiseren. Ze leggen meer de nadruk op esoterische yoga, waar wordt gewerkt met de subtiele energiekanalen in het lichaam. Ook beoefenen zij het visualiseren en weer oplossen van de visualisaties in de leegte.

**Ati-yoga** is het voertuig van de ultieme vereniging, ook wel dzogchen of de volmaakte volledigheid genoemd en wordt verdeeld in drie klassen: de ati-yoga klasse van de geest (*sems sde*), ati-yoga klasse van ruimte (*klong sde*) en de ati-yoga klasse van directe mondelinge overdracht (*man ngag*).

De tekst de *Kunjed Gyalpo* behoort tot de belangrijkste tekst van de ati-yoga klasse van de geest. Ati-yoga, wordt wel als tantra beschouwd, maar ati-yoga bestaat ook op zichzelf, onafhankelijk van alle methoden die in de tantra's voorkomen. Ati-yoga begint waar andere tantra's eindigen, namelijk met inzicht en contemplatie.

De eerste acht voertuigen zijn paden van geleidelijke transformatie, die naar een resultaat leiden. Daarvoor worden allerlei beoefeningen gedaan en rituelen uitgevoerd. Ze beoefenen het houden van geloften, het zuiveren van slecht karma, het zich visualiseren als de meditatie-boeddha en het zich verenigen met deze meditatie-boeddha, het transformeren van energie, het ontwikkelen van transcendent wijsheid, het transformeren van deze wereld naar een wereld van zuivere verschijningen, waarin gedachten en herinneringen niet langer meer gewoon zijn, maar de zuivere concentratie van een verlicht wezen, een boeddha.

Echter ati-dzogchen is geen pad van geleidelijke transformatie. Het is een pad dat spontaan gerealiseerd wordt, een pad van 'bevrijding vanuit zichzelf'. Daarom is het geen pad.<sup>20</sup>

Ons lichaam en de wereld zijn al zuiver zoals ze zijn, dus waarom een pad volgen? Er is niets om te zuiveren of om van te onthechten om zo bevrijding te bereiken. Zuivere volmaakte aanwezigheid is bevrijding en is de inherente natuur van onze geest. John Myrdhin Reynolds geeft een mooie metafoer voor het verschil tussen geleidelijke transformatie en bevrijding vanuit zichzelf:

*Neem een giftige slang. De beoefenaars van het hinayana proberen, als een giftige slang hun pad verspert, deze slang te vermijden. Dit is het pad van onthechting. De beoefenaar van het mahayana en de uiterlijke tantra's proberen, als zij op hun pad met deze slang in aanraking komen, allerlei*

---

20. Bevrijding vanuit zichzelf (*rang grol ba*) is een sleutelterm in dzogchen. Zie hoofdstuk 80, n. 231 van deel III: *De uiteindelijke tantra*.

*medicijnen tegen het gif van deze slang. Dit is het pad van zuiveren. Het tegengif bestaat uit meditatie op de leegte en de realisatie dat alle verschijnselen niet substantieel zijn. De beoefenaar van de innerlijke tantra's proberen op alchemistische wijze het gif van de slang te transformeren in de nectar van transcendente wijsheid. Dit is het pad van transformatie. De giftige slang staat hier voor alle hartstochten en gevoelens die de geest in dit cyclische bestaan verduisteren. Echter de beoefenaar van ati-yoga mijdt de slang niet, gebruikt geen tegengif of transformeert de slang ook niet in iets anders. In ati-dzogchen is er niets om te mijden en ook niets om te transformeren. Dzogchen heeft zijn eigen methode: bevrijding vanuit zichzelf.<sup>21</sup>*

In de meditatie beoefening van de ati-yogi worden gedachten vrij gelaten, zodat ze zich vanuit zichzelf bevrijden op het moment dat ze verschijnen. Dit is het pad van bevrijding vanuit zichzelf, het ultieme pad, en daarover gaat de tekst de *Kunjed Gyalpo*.

## RADICALE IDEEËN

Dzogchen neemt een standpunt in dat veel verder reikt dan de ideeën binnen de genoemde boeddhistische voertuigen. Ze reikt ook veel verder dan opvattingen van hindoeïstische scholen en van andere tradities, die ook allerlei methoden en beoefeningen onderwijzen om bevrijding te bereiken. Toch worden de ideeën en opvattingen van andere scholen niet verworpen, maar worden geheel anders geïnterpreteerd. Hierdoor omvat dzogchen als het ware al het andere onderricht en is dus het ene of unieke voertuig. De Ultieme Bron zegt hierover in hoofdstuk 12:

*Ik, de Ultieme Bron, zuivere volmaakte aanwezigheid, wordt de essentie van alle voertuigen genoemd. De drie voertuigen die bestaan door de drie leraren zijn in werkelijkheid slechts één enkel ondubbelzinnig voertuig. Dit ene voertuig is het allesomvattende voertuig, het pad van zuivere volmaakte aanwezigheid. Het wordt de essentie van alle voertuigen genoemd.*

In interpretatie van de boeddha-dharma door ati-dzogchen wijkt dus vaak nogal af van de interpretatie van andere boeddhistische scholen. Verderop zullen we zien dat de drie kaya's van de Boeddha, de tien fundamentele kenmerken van het tantrische onderricht, de vijf verstorende emoties, het begrip karma, en de structuur van een soetra heel anders geïnterpreteerd worden.

---

21. Reynolds, John Myrdhin (1996), pag. 31, waarbij de slang in het origineel een plant is.

Hier als voorbeeld de interpretatie van het bekende verhaal over Prins Siddhartha, de latere Boeddha Shakyamuni. Prins Siddhartha gaf zijn paradisijselijk leventje aan het koninklijke hof van zijn vader op en keerde zich af van de wereld. In de traditionele zienswijze van het soetrayana wordt als reden hiervoor genoemd zijn schokkende ontmoetingen met zieke, oude en dode mensen, tijdens een tochtje buiten de veilige paleismuren.

Vanuit ati-dzogchen perspectief is ouderdom, ziekte en dood genoeg reden om je heil te zoeken in spirituele beoefening, maar dat is niet het hele verhaal. Er is een dieper niveau van lijden en onbevredigd verlangen. Zelfs als we nooit ziek worden, jong blijven en eeuwig leven, verandert dat niets aan het lijden en het onbevredigd verlangen. Ziekte, ouderdom en dood kunnen niet beschreven worden als lijden. Ziekte, ouderdom en dood zijn nu eenmaal niets anders dan een versiering in de uiteindelijke dimensie van bestaan en zijn van nature niet-lijden. Ze zijn een spel van illusionaire verschijnselen, voortkomend uit de drijvende kracht van onze geest. Ze ontstaan, bestaan en vergaan weer als aspecten van ons leven en zijn niet meer dan dat. Geboorte, dood, vergankelijkheid, vreugde, bedroefdheid, een zonopkomst boven bevroren velden, de lach van een kind, in de file staan, verliefd worden, je been breken, een goed glas wijn, pijn in je buik, enzovoorts, alles is een spel van illusies, voortkomend uit de inherente natuur van je geest. Het zijn niet meer dan bewegingen en veranderingen en zijn de uiteindelijke natuur van de verschijnselen, dharmadhatu. We ervaren alleen maar lijden als we deze beweging en veranderingen proberen te stoppen of ons er tegen verzetten. Daartegenover kunnen we spelen en genieten van onze ervaringen in dit leven, in plaats van ons slachtoffer te voelen van de omstandigheden.

Deze radicale ideeën van dzogchen zijn in de andere boeddhistische scholen niet terug te vinden. Keith Dowman stelt zelfs dat: “Deze ideeën zijn in wat voor religieus systeem dan ook, of dit nu een joods-christelijke of islamitische religie is of een werelds geloof, zoals nihilisme, atheïsme, hedonisme of humanisme, niet terug te vinden. Materialisme, rationalisme en doelbewuste ambitie, die zo kenmerkend zijn voor onze maatschappij, worden ondermijnd door ati-dzogchen met haar belofte van zuivere volmaakte aanwezigheid en herkenning van de natuurlijke staat van zuiverheid.”

In de tekst wordt verwezen naar allerlei tradities en aangetoond dat zij een doodlopende weg bewandelen. Er wordt verwezen naar hindoe scholen, waarvan er in die tijd een aantal waren. Maar ook wordt verwezen naar hedonisten, die streven naar de bevrediging van hun zinnelijke verlangens.

Naar aanhangers van eternalisme, die geloven in het eeuwige leven na de dood en dat er niets is dat geen betekenis heeft en naar nihilisten, die bijna nergens meer in geloven.

## DE TIEN FUNDAMENTELE KENMERKEN

Door de hele tekst heen, keren de tien fundamentele kenmerken (*lung bcu*) van het tantrische onderricht steeds weer terug. Deze tien kenmerken verwijzen naar de tien aspecten van tantra onderricht in het vajrayana. Het ati-dzogchen onderricht verklaard juist het afwezig zijn van deze tien fundamentele kenmerken en dit is de essentie van het onderricht van de Ultieme Bron. Deze tien fundamentele kenmerken van tantra binnen het vajrayana zijn:

- 1) *Filosofische zienswijzen en meditatie*: het vasthouden aan verschillende leerstellingen en de bijbehorende methoden van meditatie.
- 2) *Geloften*: het nemen van geloften en het niet breken van deze geloften.
- 3) *Heilzame activiteiten*: het verrichten van allerlei activiteiten om zo voor zichzelf heilzaam karma te verzamelen, maar ook met het doel zo te werken voor het welzijn van alle levende wezens.
- 4) *Verduistering van oorspronkelijke wijsheid*: oorspronkelijke wijsheid bestaat, maar is verduisterd door allerlei versturende emoties en dergelijke.
- 5) *Stadia en paden*: het volgen van verschillende achtereenvolgende beoefeningen (paden) om zo verschillende realisaties te bereiken (stadia) in de spirituele beoefening.
- 6) *Subtiële verschijnselen*: er zijn bepaalde subtiële verschijnselen, die ontdekt moeten worden.
- 7) *Niet-dualiteit*: er bestaat geen dualiteit tussen goed en slecht, hoog en laag, object en subject, enzovoorts.
- 8) *(Onderlinge) afhankelijkheid*: de verschijnselen bestaan in onderlinge afhankelijkheid en niet als aparte substantiële entiteiten.
- 9) *Uiteindelijk onderricht*: Het onderricht in de tantra's is het definitieve onderricht en er is geen onderricht dat hier verder nog iets aan kan toevoegen.
- 10) *Directe overlevering*: de overlevering van de tantra's vindt plaats direct van leraar op leerling, d.w.z. direct van bewustzijn op bewustzijn.

Ati-yoga verwerpt al deze tien karakteristieken. De Ultieme Bron zegt hierover in hoofdstuk 9 van de basistantra:

*“Zuivere volmaakte aanwezigheid is als de ruimte. In de innerlijke natuur van ruimtelijke aanwezigheid is er niets om op te mediteren, zijn er geen*



*geloften om te bewaken, gaan verlichte heilzame activiteiten moeiteloos, zijn er geen verduisteringen van oorspronkelijke wijsheid, zijn er geen paden waarop men zich kan ontwikkelen en ook geen stadia van ontwikkeling die bereikt kunnen worden, er zijn er geen subtiele verschijnselen, is er geen dualiteit en geen (onderlinge) afhankelijkheid. Omdat ze voorbij bevestiging en ontkenning reikt, kunnen er ook geen conclusies worden getrokken over het uiteindelijke onderricht en de directe overlevering.”*

Zoals gezegd komen deze tien fundamentele kenmerken steeds weer terug in de tekst. Er wordt in de tekst ook een andere lijst van deze tien kenmerken gegeven, die iets afwijkt. Deze lijst volgt de hoofdstukken in de vervolg tantra en uiteindelijke tantra. De kenmerken in deze lijst zijn: Zienswijzen en meditatie: (hoofdstuk 59, 70 en 71), samaya geloften (60 en 72), heilzame activiteiten (61 en 73), mandala's (62 en 74), initiatie of inwijding (63 en 75), paden (64 en 76), spirituele stadia (65 en 77), gedrag (66 en 78), wijsheid (67 en 79) en het resultaat (68 en 80).

## DE DRIE KAYA'S

In de tekst worden steeds gesproken over de drie kaya's: dharmakaya, sambhogakaya en nirmanakaya.<sup>22</sup>

Wat betreft deze drie belangrijke termen, bestaan er binnen de verschillende boeddhistische tradities verschillende interpretaties en indelingen.

Zo staan deze drie in de mahayana traditie voor de drie kaya's van de Boeddha. Dharmakaya staat voor de geest van de Boeddha. Sambhogakaya staat voor de spraak van de Boeddha en is de emanatie van de Boeddha in een van de zuivere boeddhalanden, waar hij of zij verblijft in een staat van opperste gelukzaligheid. Nirmanakaya verwijst naar de vorm of lichaam van de Boeddha en staat voor zijn of haar lichaam in de grofstoffelijke werelden, zoals onze wereld van samsara. Er zijn ook verdelingen in vier of vijf kaya's.

In ati-dzogchen hebben deze termen een andere betekenis, dan in de andere boeddhistische voertuigen. Dharmakaya is het ultieme ordeningsprincipe van het universum. Het is de niet-gecreëerde dimensie van de (uiteindelijke) werkelijkheid. Dharmakaya is de tijdloze zuivere leegte van de uiteindelijke natuur. De dharmakaya-leraar is zuivere volmaakte aan-

---

22. Dharmakaya, sambhogakaya en nirmanakaya, zijn Sanskriet woorden. Ze zijn lastig te vertalen en daarom hier niet vertaalt. Het Sanskriet woord kaya betekent, afhankelijk van over welke van de drie kaya's het gaat, geest, emanatie of lichaam.

wezigheid, zij is de leraar, de Ultieme Bron en is stralende open energie (*gdangs pa*) reikend voorbij het dualistische denken. Dharmakaya (*chos kyi sku*) betekent letterlijk dharma-lichaam, waarbij dharma staat voor de uiteindelijke realiteit.

Dharmakaya heeft twee aspecten: sambhogakaya en nirmanakaya. Sambhogakaya (*longs spyod rdzogs pa'i sku*) betekent letterlijk: lichaam van volledige volmaakte vreugde. De zuivere leegte van dharmakaya toont zich als sambhogakaya en is de stralende dimensie van verrukking of van volledige rijkdom. Het sambhogakaya is de drijvende kracht (*ngo bo*), of dynamische energie van onze geest en komt voort uit zuivere volmaakte aanwezigheid. Deze drijvende kracht is de onvernietigbare essentie (*snying po*) van onze geest en de dynamische energie die alle verschijnselen manifesteert. Deze manifestatie van verschijnselen is er een van volmaakte vreugde en geluk, omdat alles wat verschijnt zuiver volmaakt is. Deze kracht manifesteert zich in de sambhogakaya-leraren als hun vorm, uitdrukking en geest.

Traditioneel zijn sambhogakaya-leraren archetypische belichamingen en worden afgebeeld als de vijf leraren van de vijf boeddhafamilies. Deze vijf leraren zijn: Boeddha Vairochana van de Boeddha-familie, Boeddha Akshobhya van de Vajra-familie, Boeddha Ratnasambhava van de Ratna-familie, Boeddha Amitabha van de Padma-familie, en Boeddha Amoghasiddhi van de Karma-familie. In de boeddhistische iconografie worden ze vaak afgebeeld in een gelukzalig boeddhaland of paradijs, waar zij voortdurend onderricht geven.

Onze tekst maakt duidelijk dat er geen een of ander gelukzalig boeddhaland bestaat, maar wel een fase waarin je geest de wereld gaat zien als een wereld vol geluk, overvloed en volmaaktheid en waar grote vreugde voortkomt uit het delen van deze ervaring met andere wezens.

Alle levende en dode materie zijn enkel manifestaties van de energie van sambhogakaya, energie die de vijf grote elementen voortbrengt: aarde, water, vuur, wind en ruimte. Aarde heeft de functie van de basis, vanwege zijn hardheid en soliditeit. Water heeft de functie alles te verbinden door zijn vloeibaarheid en natheid. Vuur heeft de functie om alles te laten volgroeien, door zijn warmte en branden. Wind of lucht heeft de functie van beweeglijkheid, omdat ze lichtheid en beweging is. Ruimte heeft de functie alles mogelijk te maken, omdat ze allesdoordringend en zonder obstakels is. Deze vijf elementen vormen in de boeddhistische kosmologie de zes bestaanswerelden.

In deze bestaanswerelden leven de zes klassen van transmigrerende wezens: de goden, halfgoden, mensen, dieren, hongerige geesten en de wezens