





**DHAMMA**  
OVERDENKINGEN BIJ EEN  
ULTIEME WERKELIJKHEID

Guy Eugène DUBOIS is eveneens de auteur van:

ATTHAKAVAGGA—*De Vrede van de Boeddha*

VIPASSANA BHAVANA—*Inzichtmeditatie*

DHAMMAPADA—*Het Pad van Waarheid*

SATTA-VISUDDHI—*De Zeven Zuiveringen*

PARAYANAVAGGA—*De Weg naar de Andere Oever*

KHAGGAVISANA-SUTTA

WOORDEN VAN WIJSHEID—*De Dhammapada Zonder Exegese*

ITIVUTTAKA—*Zo is het Gezegd*

KHUDDAKAPATHA—*Korte Passages*

YATRA NAAR MAJJHIMADESA—*Een Pelgrimsreis naar het Middenland*

UDANA—*Geïnspireerde Uitspraken van de Boeddha*

# **DHAMMA**

OVERDENKINGEN BIJ EEN  
ULTIEME WERKELIJKHEID

Guy Eugène DUBOIS



dhamma  
books

*'Sabbadanam Dhammadanam jinati'—  
De gift van Dhamma is de grootste gift'  
(Dhammapada, Gatha #354).*

Overeenkomstig deze uitspraak van de *Bhagavat*  
lijkt het vermarkten van Boeddha's wijsheid  
mij onheus en infaam.

Op dit boek rust derhalve géén copyright.

Wars van élk economisch motief mag het  
gereproduceerd en verspreid worden  
op álle mogelijke dragers  
—electronisch, mechanisch, fotokopieën,  
opnamen of op welke andere wijze ook—  
zónder mijn toestemming.

D/2019/Guy Eugène Dubois, uitgever  
Koninklijke Prinslaan 3/101 - 8670 Koksijde, België  
gdubois.dhammabooks@gmail.com

Cover: ©2018 Dave Getzschman, *Bodhi tree leaves*, Sarnath, Uttar Pradesh, India  
Vormgeving, Prepress & Design: GD  
Gezet in Helvetica Neue & Times New Roman  
Papier: Biotop crème FSC  
Druk- en bindwerk: Brave New Books, Rotterdam, Nederland

ISBN: 9789402195750 | NUR-Code: 718

•Als je wilt ontdekken wat waarheid is, moet je volkomen vrij zijn van alle religies, van alle conditioneringen, van alle dogma's, van alle vormen van geloof, van iedere vorm van gezag dat erop gericht is dat je je aanpast, wat in wezen betekent dat je totaal alléén staat en dat is heel moeilijk...•

Jiddu Krishnamurti, *Leven zonder gisteren of morgen.*





# INHOUD

|   |            |
|---|------------|
| INLEIDING   | 11         |
| <b>DEEL I - DRIJFHOUT</b>   | <b>45</b>  |
| I. 1 WIE WAS DE BOEDDHA ?   | 47         |
| I. 2 WAT ZIJN DE VIER EDELE WAARHEDEN ?                                 | 59         |
| I. 3 WAT IS HET ACHTVOUDIGE PAD ?                                       | 85         |
| I. 4 WAT IS WEDERGEBOORTE ?   | 111        |
| I. 5 WAT IS MEDITATIE ?   | 153        |
| I. 6 WAT IS VIPASSANA BHAVANA ?   | 159        |
| I. 7 VIPASSANA ALS METHODE VAN MEDITATIE                                | 171        |
| <b>DEEL II - HET VLOT</b>   | <b>179</b> |
| II. 1 HET IN BEWEGING ZETTEN VAN HET WIEL                               | 185        |
| II.1.1 DE SUTTA   | 186        |
| II.1.2 ONTLEDING VAN DE SUTTA   | 192        |
| II. 2 NIET-ZELF—Anatta-Lakkhana-Sutta                                   | 195        |
| II.2.1 DE SUTTA   | 196        |
| II.2.2 ONTLEDING VAN DE SUTTA   | 200        |
| II. 3 LEVEN IN HET HEDEN—Bhaddekaratta-Sutta                            | 205        |
| II.3.1 DE SUTTA   | 210        |
| II.3.2 ONTLEDING VAN DE SUTTA   | 214        |
| II. 4 AANDACHTIG ADEMHALEN—Anapanasati-Sutta                            | 217        |
| II.4.1 DE SUTTA   | 220        |
| II.4.2 ONTLEDING VAN DE SUTTA   | 230        |
| II.4.2.1 Inleiding  | 230        |
| II.4.2.2 Aandacht voor de ademhaling— <i>anapanasati</i>                | 235        |
| II.4.2.3 Realisatie Vier Velden van Opmerkzaamheid— <i>satipatthana</i> | 260        |
| II.4.2.4 Realisatie van de 7 Factoren van Ontwaken— <i>sambojjhanga</i> | 261        |
| II.4.2.5 Realisatie van Ware Kennis en Bevrijding— <i>vimutti</i>       | 262        |
| II. 5 AANDACHT VESTIGEN—Maha-Satipatthana-Sutta                         | 271        |
| II.5.1 DE SUTTA   | 273        |
| II.5.2 ONTLEDING VAN DE SUTTA   | 304        |
| II.5.2.1 Aandacht op het lichaam— <i>kaya-nupassana satipatthana</i>    | 306        |

|  |            |
|--|------------|
| <i>II.5.2.2 Aandacht gewaarwordingen—vedana-nupassana satipatthana</i> | 316        |
| <i>II.5.2.3 Aandacht op de geest—citta-nupassana satipatthana</i>      | 322        |
| <i>II.5.2.4 Aandacht op de dhammas—dhamma-nupassana satipatthana</i>   | 325        |
| II. 6 VOORWAARDELIJK ONTSTAAN—Paticca-Samuppada-Sutta                  | 349        |
| II.6.1 DE SUTTA  | 350        |
| II.6.2 ONTLEDING VAN DE SUTTA  | 354        |
| <b>DEEL III - DE ANDERE OEVER</b>                                      | <b>383</b> |
| III. 1 HET ONZEGBARE IN WOORDEN GEVAT                                  | 385        |
| III. 2 HET VLOT ACHTERLATEN—Alagaddupama-Sutta                         | 389        |
| BIBLIOGRAFIE   | 395        |
| VOETNOTEN  | 407        |

## INLEIDING

Zoals dit boek finaal zal concluderen, komt aan alles een einde. Zo ook aan het schrijven van dit bouwstuk. Op het einde van de rit rest me enkel de zoete wraak van de redactie van deze inleiding.

Laat het vooraf duidelijk zijn: ik heb erg veel voldoening beleefd aan het registreren van wat ik—in de herfst van mijn leven (*'the luxury of time and space'* wanneer de structuren van de routineuze gewoontepatronen vervagen)—wezenlijk belangrijk vind, namelijk—in volstrekte vrijheid <sup>1</sup> én vrede <sup>2</sup>—te doen wat ik altijd graag heb willen doen, namelijk de *innerlijke ratrace* <sup>3</sup> tot stilstand brengen. <sup>4</sup>

Osho: <sup>5</sup>

• *Whenever there is a thought moving in your consciousness it distorts.*

*And there are many thoughts, millions of thoughts, continuously rushing, and it is always rush-hour. Twenty-four hours a day it is rush-hour, and the traffic goes on and on, and each thought is associated with thousands of other thoughts.*

*They are all holding hands and linked together and interlinked and the whole crowd is rushing around you. How can you know what truth is?*

*Get out of this crowd.*

*That's what meditation is, that's what meditation is all about: a consciousness without mind, a consciousness without thoughts, a consciousness without any wavering—an unwavering consciousness.* <sup>9</sup>

*Inzicht* kan voor de *yogi* <sup>6</sup> slechts dagen wanneer de omstandigheden er rijp voor zijn, d.i. wanneer de vereiste oorzaken (*P. hetus*) en voorwaarden (*P. paccayas*) ertoe aanwezig zijn. Slechts *dán* kan evenwicht, i.c. de balans tussen lichaam en geest ontluiken.

Welnu, *plóts* was het dan toch zo ver. Een bliksemschicht. Een *dorje*. <sup>7</sup> Het heeft me vreugde gegeven en vrede verschaft. De hieruit ontsproten harmonie heb ik gelijkmoedig aanvaard en gekoesterd. Beter: ik heb me erin gewenteld en heb voor mezelf besloten dit standvastig te *blijven* doen. *For the rest of my life. Adhitthana.*

De kiem van dit geschrift ligt in de vraag die ik vanuit diverse hoeken opving (in orde van Eerbiedwaardigheid en Notoriteit, gemeten naar leeftijd—analoog de *patimokkha*: Ludwien, Marie-Paule en Maaïke) om méér klaarheid te scheppen over de inzichten van de Boeddha. <sup>8</sup>

En zoals dat gaat: uit het één volgt het ander. *Paticca samuppada*. <sup>9</sup>

Wat me nú opvalt—nà het maandenlang schouwen—is dat ik me uiterst bewust geworden ben van de immense hoeveelheid *Poortloze Poorten* <sup>10</sup> die de Boeddhas <sup>11</sup> voor ons openen in hun amechtige poging *inzicht* te brengen in *des mensen* eigen natuur.

Ik ga nog een stapje verder: óók in de toekomst <sup>12</sup> zullen openen—wars van én frontaal tegen alle bestaande en toekomstige boeddhistische instituties in 'zolang we maar bereid zijn te luisteren en ons ervoor open te stellen'. <sup>13</sup>

Waarlijk, de *Koh-i-noor* <sup>14</sup> heeft minder facetten!

Paul Van hooydonck: <sup>15</sup>

• *De Boeddha onderrichtte niet één methode of één pad op een exclusieve manier. Als hij mensen ontmoette die in nood waren reageerde hij vanuit zijn grote hart, niet vanuit starre principes.*

*Hij gaf zijn onderricht niet met de bedoeling dat zijn toehoorders het kleine stukje Dhamma dat ze in hun geheugen hadden opgeslagen op een dogmatische manier zouden verdedigen, maar in de hoop dat deze zaadjes zouden kiemen in de harten van de mensen.* •

De door Boeddha getoonde wegen naar bevrijding zijn onbegrensd <sup>16</sup> maar er is slechts één inzicht, één *Dhamma*.

Zoals Zen-patriarch Sengh-Ts'an, <sup>17</sup> het scherp en klaar kapittelde in de 6de eeuw GTR: <sup>18</sup>

• *There is one Dharma, not many. Distinctions arise from the needs of the ignorant.* •

Al die '*Poortloze Poorten*' om ons tot inzicht te brengen vormen *hulpmiddelen* voor onze persoonlijke zoektocht. Het zijn *sléchts* hulpmiddelen. *Upayas*. Want, hoe je het ook draait of keert: het zijn en blijven *concepten*. Concepten die de *yogi*—op zich genomen—*nooit* tot bevrij-

ding kunnen brengen. Het conceptuele is immers ‘*dat vingertje dat naar de maan wijst*’. Maar het *is* de maan *niet*. En zal het ook *nóóit* worden.

Inzicht—*nana dassana*—kan bij de *yogi* énkél ontstaan door *persoonlijk* experiëntieel ervaren. Door *bhavana-maya panna*. Door beoefening. Door persistente meditatie.

In ieder geval: ik heb verschillende routes bewandeld en op grond van deze persoonlijke beoefening durf ik voorzichtig te opperen (ik wens mijn geest *gelijkmoevig* in balans te houden!) dat er géén énkéle weg bestaat die ook maar énlige voorkeur geniet boven alle andere.

De keuze <sup>19</sup> hangt gewoon af van de individuele eigenheid, terwijl élke ‘*Poortloze Poort*’ ertoe leidt dat de *yogi* finaal tot het besef komt dat *zoeker én gezochte* identiek zijn.

*Mijn* individuele eigenheid draagt géén vruchten op een *vóór*-geploegde akker: devotie, ritén en rituelen gaan compleet aan mij voorbij. <sup>20</sup> Dit is niet *mijn* mirador om het terrein te overschouwen.

Maar doet dit—abstractie gemaakt van het feit dat de lieve lezer het *recht* heeft dit te weten—verder iets ter zake? Ik meen van niet.

In essentie is de boodschap van de Boeddha erg bevattelijk ‘*voor wie weinig stof op de oogleden heeft*’. <sup>21</sup> Alléén *zien* de meesten, door hun manifeste geconditioneerdheid, de waarheid niet. Hun onwetendheid (*P. avijja; moha*) <sup>22</sup> is onmiskenbaar *té* groot om de schapen van de bokken te scheiden.

John Snelling: <sup>23</sup>

• *In essence, Buddhism is quite simple. But simple things are often hard to fully realize, so people need all kinds of aid and supports.*

*A vast superstructure has therefore grown up around the basic heartcore of the Buddha’s teaching: mountains of philosophical speculation, a voluminous literature, monastic codes and ethical systems, histories, cosmologies, different types of ritual and meditation practice, institutions and hierarchies.*

*All or any of this may be helpful in enabling the sincere practitioner to zero in upon the central issue—who or what is here, now—and to keep doing so until that great mystery has been completely realized. But it can also become a massive hindrance, entangling*

*the all-too-errant mind in a thick undergrowth of secondary accretions [an increase by natural growth or addition—nvds].*

*When Shuan Chinken wrote his preface to the Mumonkan, a great textbook of the Zen school of Buddhism, produced in China in the early 13th century, he complained that he had been practically forced to take up his brush. “Don’t use it, don’t use it, for it will be yet another drop in the great lake” he urged, implying that the true practice of Buddhism is about getting rid of thoughts and other mental bric-à-brac and confronting the central matter starkly and squarely; books, however, just contain more potential clutter for the attics of the mind. \**

Bij het herlezen van dit, toch enigszins omvangrijk bouwstuk schudt bovenstaande tekst me opnieuw klaar wakker, want de *Mumonkan*—inclusief het beklijvende Voorwoord—stelt de zaken doorgaans in het juiste perspectief.

Maar apart van de diepgang van deze waarheid: wáár start dan het hele verhaal? wáár begint de weg van de *yogi*?

*Post factum* is het eenvoudig om de *shortcuts* in deze rimboe aan informatie aan te wijzen... *aber in der Praxis*—waar het finaal om te doen is—vallen de grenzen minder gemakkelijk te traceren.

In ieder geval, laat het duidelijk zijn: ik ben me er terdege bewust van dat ik mezelf in dit boek heb herhaald; soms gepapegaaid; met een ándere volzin net hetzelfde heb gezegd (maar wat is het leven—van het meest subtiele tot het meest basale—ánders dan voortdurende herhaling?). Alhoewel: men kan niet tweemaal in dezelfde rivier stappen...

... Bekijk deze iteraties dus eenvoudigweg als een zoveelste reflectie van de maan in een waterplas. En bedenk hierbij dat nóch de maan; nóch de waterplas; nóch het *bewust*-zijn dat de maan-in-de-waterplas bekijkt, ook maar één moment identiek zijn. Het gevoel van herhaling is bijgevolg gewoon een *kronkel* in ons brein.

Illusie en conditionering. Onlangs las ik—overigens in een totaal andere context—het volgende verhaaltje: <sup>24</sup>

• *Een kalkoen wordt door een slager 1.000 dagen lang gevoed.*

*Iedere dag dat de slager hem te eten geeft, wordt de kalkoen bevestigd in zijn analyse dat de slager het beste met hem voor heeft, dat het zijn vriend is.*

*Na 999 dagen heeft de kalkoen méér statistisch bewijs dan ooit tevoren. Hij heeft immers maar liefst 999 dagen aan harde statistische data die zijn analyse bevestigt.*

*Totdat na 1.000 dagen kerstmis aanbreekt.*

*Juist op de dag waarop het vertrouwen van de kalkoen in zijn vriend de slager het allerhoogst is verandert alles. Hij krijgt te maken met een "Black Swan"-event: een gebeurtenis die voor hem volledig uit de lucht komt vallen. En die hem fataal wordt.*

*Welke fout maakt de kalkoen?*

*Door zijn ogenschijnlijk stabiele leven vergat de kalkoen om dóór te denken. Het simpele feit dat zijn leventje 999 dagen lang zo stabiel was, deed hem concluderen dat de rest van zijn leven óók stabiel zou zijn.*

*Hij vergat daarbij tegelijk om onderscheid te maken tussen natuurlijke stabiliteit en geforceerde stabiliteit. Terwijl zijn situatie uiteraard niet bepaald natuurlijk was. \**

Enkel maar om—illustratief—aan te geven hoe óók *herhaling* een zoveelste begoocheling is. Een illusie bovenop alle andere. Maar met één troost: bedenk dat, door het doorprikken van elke illusie, steeds een ontmoeting plaats vindt met onze wérkelijke natuur.

Op deze manier lijken me—zelfs *post factum!*—deze zogenaamde *herhalingen* niet helemaal overbodig, vermits mijn eigen ervaring me méér en méér duidelijk maakt dat de diepe, transcendente inzichten van de *Dhamma* onmogelijk in woorden kunnen worden vertaald<sup>25</sup> en bijgevolg onmogelijk *direct gerealiseerd*,<sup>26</sup> wat toch de ultieme bedoeling is.

Ik troost me verder met de zoete gedachte dat het de lezer vrij staat om dit boek op elk moment te sluiten. *Mét* of *zónder* gerealiseerd inzicht.

Shabkar:<sup>27</sup>

*\* Wanneer je direct het stralende licht van het Bewustzijn ervaart, zijn de wijze woorden van leraren overbodig.*

*Wat voor zin heeft het als iemand de smaak van honing beschrijft, terwijl je je mond ermee vol hebt. \**

Ondanks het voor de snelle lezer storend kán zijn (dit boek is bewust geconcipieerd voor nuttig gebruik in stilte—'de Wijze die door *direct*

*inzicht de Dhamma volkomen begrijpt, maakt zich vrij van begeerte en komt tot rust zoals een kalm, rimpelloos meer*<sup>28</sup>—én in *slowmotion mode*<sup>29</sup>), voel ik me, door deze gedachten te delen, in het voortreffelijk gezelschap van mijn Engelse zielsvriend, Wei Wu Wei:<sup>30</sup>

• *Dit werk is... een serie beschouwingen van een pelgrim onderweg, en geeft de voortgaande ontwikkeling weer van de ingevingen en ideeën die hem ten deel zijn gevallen.*

*Nergens kan er sprake zijn van absolute waarheid. Nergens wordt iemand gevraagd iets te geloven. Nergens is het laatste woord te vinden.*

*Een pelgrim deelt de vruchten die hij onderweg verzameld heeft  
—dat is álles. •*

En op de keper beschouwd, hóe men ook—vanuit verschillende perspectieven—naar hetzelfde kijkt, de *wezenlijke* natuur verandert er niet door: een *Poortloze Poort* blijft een *Poortloze Poort*.

Uiteindelijk... is het gezochte de zoeker zelf. Realisatie behoeft geen zoeken... Observeren, kijken, zien is voldoende. Gewoon *zien*...<sup>31</sup>

Wei Wu Wei:<sup>32</sup>

• *In the abandonment of the quest, of all questing, the questor disappears and where there is no thing [nothing] to be found, and no one to seek, 'is-ness' is. •*

... Maar déze wijsheid wéét (*P. avabujjhati*) de *yogi* pas als de berg *Meru*<sup>33</sup> volledig beklommen is en de vallei—als een voldragen vrucht—aan zijn of haar voeten ligt...



Vermits de *Dhamma* leert dat álles constant in beweging is en met elkaar verbonden en als zodanig kenmerkloos en doelloos,<sup>34</sup> heb ik mijn goedmoedige anarchistische geest<sup>35</sup> vrij spel gegeven.

En zoals *supra* gezegd: het vieren van de teugels (énkel de metafoor laat mijn hart *himmelhoch jauchzend*...<sup>36</sup>) heeft deze *vintage man* méér dan deugd gedaan!



Aldus is, wat hier voorligt, een direct, pointillistisch verhaal met veel citaten, met veel voetnoten, met veel persoonlijke bedenkingen en met veel bewuste én onbewuste verwarring, want ik wil—ijverig, aandachtig en helder bewust—diepe onrust <sup>37</sup> zaaien en grote gaten schieten in je meest kostbare concept, namelijk in je totaal *illusoire* ego.

Zoals de oude Zenmeester Tsjeng het martiaal uitdrukte: <sup>38</sup>

• *Kaalgeschoren koppen, als ik mij op een ongebruikelijke manier gedraag, doe ik dat in de hoop dat jullie nu eindelijk eens zullen ophouden de oorspronkelijke geest te zoeken aan de hand van grappenmakers die allang dood zijn, of door geregeld een onbezuide oude man—zoals ik—te raadplegen.*

*Ik hoop dat jullie eindelijk de moed zullen opbrengen om de oorspronkelijke geest in jezelf te zien.*

*Mijn methode van onderricht is jullie door elkaar te schudden zoals de bergwind een struik te grazen neemt. Ik sla alles weg waar jullie je aan vasthouden. Als ik klaar ben zijn jullie geheel ontredderd en hebben jullie niets meer om je aan vast te klampen.*

*Doordat ik al jullie kleinzielige zekerheden ondermijn, worden jullie gek van angst. Om jezelf gerust te stellen zeggen jullie dan dat ik tegen de Wet en de Traditie zondig en eigenlijk een gemene heiligschennis ben.*

*In plaats dat jullie alles wat overbodig is loslaten en uit je leven laten verdwijnen, zonder er iets van te willen behouden, blijven jullie je wanhopig vastklampen aan de uiterlijke schijn en aan dingen die alleen maar als hulpmiddel <sup>39</sup> bedoeld zijn. •*

en toch, en toch...

... nu de inkt—figuurlijk althans—is opgedroogd (en ik me onbehouden kan wentelen in mijn ruimtelijke *leegte*), besef ik dat dit geschrift, hoewel gerijpt in die ongebreidelde chaos van ongebonden vrije gedachten van mijn obscure *monkey mind*, uitiem uitkomt bij de kern van de *Dhamma*, <sup>40</sup> namelijk het dynamische *proces* van de Vier Waarheden, <sup>41</sup>—‘*de hoogste taken waartoe de mens in staat is*’ <sup>42</sup>—een *proces* dat bij de *yogi* tot het besef leidt dat er géén separaat Zelf bestaat en dat alles in eenheid mét en dóór elkaar verbonden is.

[Kernhout in het kwadraat]

Ajahn Chah, de bosmonnik, formuleerde deze kern concreet als volgt: <sup>43</sup>

• *The eight ways for measuring the true teaching of the Buddha:*

*Any teaching that speaks of the diminishing of defilements; which leads out of suffering; which speaks of renunciation [of sensual pleasures]; of contentment with little; of humility and disinterest in rank and status; of aloofness and seclusion; of diligent effort; of being easy to maintain... these eight qualities <sup>44</sup> are characteristics of the true Dhammavinaya, the teaching of the Buddha.*

*Anything in contradiction to these is not.* •

Dit zien is *Dhamma*. Dit *zien* is innerlijke realisatie: herkennen, erkennen en er één mee worden. *Dhamma* als zelfrealisatie. Zelf-realisatie.

Wanneer de *yogi* dit ‘inziet’, heeft hij verder geen leraren of *gurus* nodig. Of, in de taal van de *Pali*-canon, is zijn *Dhamma*-inzicht compleet conform aan ‘*leringen die goed zijn in het begin, goed zijn in het midden, goed zijn aan het einde en die het volledig zuivere leven met de juiste betekenis en met de juiste formulering in al zijn volheid verkondigen.*’ <sup>45</sup>

Met de juiste betekenis én met de juiste formulering de werkelijkheid *zien* en *wéten* zoals ze *is*. *Yatha bhuta nana dassana*.

Zo zal de *yogi* op élk moment en op élke plaats de *Dhamma* ervaren—zijn *persoonlijk* schouwtoneel, waar handeling, tijd en ruimte een *sacrale* eenheid vormen. <sup>46</sup>

Hiervoor volstaat het dat hij/zij ijverig (*P. atapi*) en opmerkzaam (*P. sati*) is; bewust van het ontstaan en vergaan van alle dingen (*P. sampajanno*) <sup>47</sup> en volkomen gelijkmoedig (*P. upekkha*).

Realisatie van *Dhamma* is een bewustzijnsproces: deze realisatie is énk mogelijk in de geest. Het is immers de geest (ons *bewust-zijn*) die hunkert; de geest die speculeert; de geest die loslaat; de geest die transcendeert. Het is deze geest, dit *bewust-zijn*, deze gedachtenstroom (*P. vinnanasota*), <sup>48</sup> die uiteindelijk onze wereld—ons *ervaren*—creëert. <sup>49</sup>

En dit bewustzijnsproces leidt de *yogi* finaal naar innerlijke vrede, naar *nibbana*—de gemoedstoestand waar vergankelijkheid en dood geen greep op hebben. Niet in een oneindige, onafzienbare, transcendente toekomst, maar in *dít* leven. In het *hier-en-nu*.

De Boeddha: <sup>50</sup>

• *Dhamma is alles wat leidt naar volledige uitdoving, beëindiging, vrede, hoger inzicht, verlichting, nibbana.* • <sup>51</sup>



Wat de beschrijving van de praktische *vipassana*-beoefening betreft ben ik in dit boek rabiaat tekort geschoten: uiteindelijk is hier slechts het terrein (enigszins) afgebakend; zijn de krijtlijnen getrokken en de doelen geplaatst. Méér is het niet.

Maar dit preliminair werk moet eerst verricht worden vooraleer de *yogi* de noeste, persoonlijke Sisyphus-arbeid van *vipassana bhavana* kan aanvatten. De *yogi* moet in de eerste plaats leren kijken. Zien. Zelf *zien*.

Ajahn Chah: <sup>52</sup>

• *Even if the teacher speaks the truth, don't just believe it, because you don't yet know the truth of it for yourself. It is essential that you learn to examine yourself, to interview yourself... Only through self-examination can you understand.* •

De toekomstige *yogi* moet eerst zichzelf tegenkomen, namelijk door de twijfel van het *niet-weten* <sup>53</sup> over zijn geest te laten regeren. Om vervolgens dit agnostische inzicht ijverig, opmerkzaam, met bewust inzicht in het ontstaan en het vergaan van alle verschijnselen, <sup>54</sup> gelijkmoedig in zichzelf te realiseren. Of hóe de samenstellende componenten van de *satipatthana*-techniek de toekomstige *yogi* reeds preliminair ter hulp snellen...

Sri Nisargadatta Maharaj: <sup>55</sup>

• *Je moet alles in twijfel trekken, alles weigeren en onder geen enkele voorwaarde dingen aannemen op gezag van anderen.* •

Jules Prast: <sup>56</sup>

• *Alle boeddhistische beoefening behoeft... scholing, reflectie op de fundamenten ervan, ook en juist dán wanneer de uitkomst ervan 'niet-weten' is.* •

In ieder geval verbergt de beoefening—waar het uiteindelijk allemaal om draait—ontzettend véél méér dan wat in dit boek aan bod gekomen is.

Theorie (*P. pariyatti*)<sup>57</sup> is één, doch op beoefening = meditatie (*P. patipatti*) komt het aan. Er is maar één essentie en dat is beoefening. Net zomin als men de smaak van een appel kan kennen door hem te zien of aan te raken net zomin kan men de waarheid van *Dhamma*<sup>58</sup> kennen door er énkél naar te luisteren of er over te lezen. Slechts door beoefening kan de *yogi* tot Zelfrealisatie komen (*P. pativeda*).

Satya Narayan Goenka:<sup>59</sup>

• *If you apply it, it is Dhamma;  
Otherwise it is empty talk.  
When the sun rises, dawn comes;  
Otherwise, blackest night.* •

De praktische beoefening heb ik systematisch en analytisch uitgewerkt in mijn boek *Vipassana Bhavana—Inzichtmeditatie*.<sup>60</sup>



*Intermezzo.*

Aan onze hooggeroemde<sup>61</sup> westerse universiteiten staan *kennis* en *wijsheid* quasi voortdurend *diametraal* tegenover mekaar. Onverzoenbaar. Antagonisten.

Een universiteit is een instelling waar vooral een universele proliferatie van wetenschappelijke gewoontepatronen en 'vakjes'-denken plaatsvindt. Daar zorgen de gevreesde visitatiecommissies voor. Een universiteit is een plaats waar het *out-of-the-box-denken* eerder uitzondering is dan algemene regel; waar de slaafse onderwerping aan het geconditioneerde oordeel van anderen hoog in het vaandel geschreven staat.<sup>62</sup>

Universiteiten zijn gigantische intellectuele conglomeraten waar de enorme hoeveelheid 'kennis' die er vergaard, opgeslagen en geprolifereerd wordt er vooral voor zorgt dat de spirituele capaciteit om te *zien* waar het in dit bestaan *wérkelijk* om draait steeds maar kleiner wordt. In die zin zijn universiteiten *copies conformes* van de huidige maatschappij.

*Kennis* die niet tot experiëntieel *ervaren* leidt, kennis waaruit geen Zelfrealisatie volgt is steriel en gebaseerd op een zgn. autoriteit van anderen, i.c. de professoren. *Wijsheid* daarentegen is het *antidotum* tegen elke autoriteit.

*Kennis* is, in essentie, duale woordenkramerij. Drukdoenerij. Vol van Eigendunk, terwijl *wijsheid* zijn oorsprong juist vindt in het 'leegmaken' van het hoofd.

Enige terughoudendheid *lijkt* op zijn plaats, maar *schroom* is nu net *niet* de meest ontwikkelde kwaliteit aan en van universiteiten...

Ed Brickell: <sup>63</sup>

• *Even though we're making our way through an enormous mystery, we often think we do a pretty good job of trying to explain just how things are—until we actually experience the thing we're trying to explain.*

*Then we realize our words and ideas are like trying to grab a single drop of rain in a thunderstorm.* •

Mijn persoonlijke definitie van professoren (en ik heb er héél wat, van héél dichtbij, in hun meest natuurlijke, onverholen, ongekunstelde *habitat* meegemaakt): burgermannetjes en -vrouwtjes, groteske *tsunami's* van zelfgenoegzaamheid en—overeenkomstig de 80%-regel van Pareto—holle vaten vol aangeleerde, niet-originele kennis, die zich bij voorkeur wentelen in hun geroemde status van 'hooggeleerdheid', wat zich veruitwendigt door het vooral *niet* buiten-de-lijntjes-kleuren (énkel *serviele* exemplaren worden geduld voor de verdere instandhouding van het systeem; anders worden ze immers geen 'professor') en het 'verlenen' van titels <sup>64</sup> aan een amorfe massa van minutieus door henzelf gecreëerde klonen.

In dit kunstmatige land der blinden is éénoog koning. Dat fenomeen was 3.000 jaar geleden al in Indië bekend. En werd door de Boeddha zonder pardon aan de schandpaal genageld. In het Westen floreert dit systeem als nooit tevoren. Van Master over MaNaMa naar PhD. En de terminologische proliferatie van dit systeem zwermt naar alle kanten uit. Wildgroei. Zelfs de *Kindergarten* speelt zich momenteel op een *campus* af!

*Katha Upanishad*: <sup>65</sup>

• *The foolish continue to believe themselves to be intelligent and learned; they will continue to suffer and to pass through the life forms of many species in the same way that the blind man who is led by other blind people will wander, suffer, and never reach his destination.* •

Universiteiten zijn leerscholen van innerlijke onwetendheid—van zintuiglijke illusie. Onzin-fabrieken. Nonsens-industrie. De meeste universiteiten onderkennen *niet* dat het de ideologieën; de religies en de hieruit voortspruitende wereldbeelden zijn die uiteindelijk bepalen wélk soort kennis ontwikkeld wordt. <sup>66</sup>

De oppergaai—de *floche*—van dit groteske academische circusspel is *summa cum laude*. Hiermee wordt best niet gelachen.

Evenmin als met bepaalde afkortingen: Prof., Dr., Drs., PhD, Ir., MA, MSc, Lic., Mr., Bacc, Em., en nog véél minder met alle mogelijke combinaties van dergelijke abbreviatuur...—illustratie: Prof. dr. ir. em. Hoepeldepoep. <sup>67</sup>

Laat het voor eens en altijd duidelijk zijn: deze jongen speelt niet meer mee in deze wereld van Eénogen! Deze weg zal nooit meer de mijne zijn. Mijn universitaire adelbrieven heb ik met een grijns verscheurd. Prullaria.



Nog een belangrijke opmerking. *Kennis* en *wijsheid* zijn absoluut géén synoniemen. Beide begrippen dekken elkaar *niet*. Men hoeft geen *kennis* te bezitten om *wijs* te zijn. Alhoewel het wél kan helpen. Méér: *Kennis* staat diametraal tegenover *wijsheid*.

*Kennis* behoort tot het verleden, terwijl *wijsheid* zich altijd in het heden manifesteert.

*Kennis* bevredigt het ego, terwijl *wijsheid* juist dit ego vernietigt.

*Kennis* is overgeleverd, is tweedehands, terwijl *wijsheid* uit jezelf komt, oorspronkelijk is.

*Kennis* is een *theorie* over waarheid, terwijl *wijsheid* de waarheid *zélf* is.

*Wijsheid* is het ervaren van je eigen wezen; *wijsheid* ontstaat en bestaat binnen in jezelf—*'If it exists at all, it exists within you. Otherwise it does not exist at all.'* <sup>68</sup>

*Wijsheid* (*P. panna*) is gegrond in opmerkzaamheid in de wáre aard van de fenomenen (*P. vipassana*); in de zó-heid van de verschijnselen—de dingen zien zoals ze in werkelijkheid zijn (*P. yatha bhuta nana dassana*). *Wijsheid* is overal. Hier en nu. En, voor iedereen beschikbaar. Je moet alleen maar kijken op een *speciale* manier. *Zien*.

*Kennis* wordt 'bijgebracht' door leraren, die ons 'volproppen' met zgn. encyclopedische, zintuiglijke wetenschap. *Kennis* is het aanleren van feiten en van technieken. *Enkuklios paideia*. Maslow is nooit veraf. <sup>69</sup>

*Wijsheid* is het werk van Meesters en vraagt een compleet andere benadering. Hiervoor moet het bewustzijn juist 'leeggemaakt' worden opdat we *inzicht* zouden kunnen verwerven in het noumenale. *Wijsheid* is geen intellectuele verworvenheid. *Wijsheid* betekent *realisatie*. *Zelfrealisatie*. Eén worden met een compleet doorvoelde *ervaring*: herkennen, erkennen en er één mee worden.

*Chandogya Upanishad*: <sup>70</sup>

- *As by knowing one piece of gold, dear one,  
We come to know all things made out of gold—  
That they differ only in name and form,  
While the stuff of which all are made is gold...  
So through that spiritual wisdom, dear one,  
We come to know that all of life is one.* •

Met *leraren* <sup>71</sup> kunnen we moeiteloos de straten leggen. *Meesters* daarentegen vormen een uiterst schaars goed.

*Kennis* is *relatief*, geleend van (het denken van) anderen: het is ontvangen wijsheid (*P. sutta-maya panna*) die vervolgens door logisch en rationeel (maar geconditioneerd!) denken intellectueel verworven en geoogst wordt (*P. citta-maya panna*).

Gedachten spuien en onderbouwen is niet voldoende: gedachten bewijzen met andere gedachten is vergelijkbaar met jezelf aan de haren uit een moeras trekken!

Laten we deze misleiding stoppen.

Enkel door direct empirisch *ervaren* kunnen we veranderen; enkel door aandacht op onze gewaarwordingen <sup>72</sup>—geobjectiveerde manifestaties van ons bewust-zijn—kunnen we *transformeren*.

*Wijsheid* is *absoluut* én is *zelf-verworven*: het is directe, experiëntiele wijsheid; ervaringswijsheid door zelfinzicht (*P. bhavana-maya panna*).

Zulk *ervaren* staat diametraal tegenover het blind geloof dat vereist is (geëist wordt) in de geïnstitutionaliseerde religies.

Tegenover blind geloof staat wijsheid. Wijsheid is *transcendentiaal* en daarom onmogelijk door woorden (die uit de aard van de dingen *conceptueel* zijn) uit te drukken en/of onder woorden te brengen.

Toch een persoonlijke poging: wijsheid is het persoonlijk, intuïtief, direct, *ervaren* van de universele (energie)flow van het bestaan; d.i. het *experientieel* <sup>73</sup> *ervaren* van het bestaan (het 'Proces') zoals het *ís. As it is. Yatha bhuta*.

De nevel van onwetendheid (*P. avijja, moha*) valt plóts weg en een complete *transformatie* vindt plaats. Tezelfdertijd ontstaat een diep gevoel van mededogen (*P. karuna*) dat rechtstreeks voortvloeit uit het doorvoelde besef dat alles één is.

Zulke wijsheid (*P. panna*) is een combinatie van *zien én weten* (*P. janami passami*) en leidt tot:

→ de directe realisatie (d.i. objectief observeren als een getuige—zonder er enig oordeel of vooroordeel aan toe te voegen) van wat de Boeddha de *cattari ariya saccani* (de Vier Waarheden) <sup>74</sup> noemt:

- het lijden dat moet *begrepen* worden;
- de oorzaak van het lijden dat moet *losgelaten* worden;
- de beëindiging van het lijden dat moet *gerealiseerd* worden en
- het pad dat leidt tot deze beëindiging dat moet *gecultiveerd* worden;

→ de directe realisatie van de *tilakkhana* <sup>75</sup> (de drie karakteristieken van alle geconditioneerde verschijnselen—bijgevolg ook de eigenschappen van onze geest/lichaam-structuur (*P. nama-rupa*): vergankelijkheid (*P. anicca*), lijden (*P. dukkha*) en zelfloosheid (*P. anatta*) en

→ de directe realisatie van Afhankelijk Ontstaan (*P. paticca samuppada*).

Énkel *meditatie* kan ervoor zorgen dat men deze *wijsheid* verwerft en de ultieme werkelijkheid *direct ervaart*. Zoals *supra* aangehaald: *beoefening* leidt tot een begripsniveau van *Dhamma* dat door woorden *nooit* kan bereikt worden.

Meditatie-beoefening voert naar waarheid. Waarheid als een existentiële *ervaring*. Waarheid als een kwaliteit van het hart <sup>76</sup>—gecenterd in de diepste essentie van onszelf—en komt in de plaats van dat kluwen van onze meest exquisite (door begeerte, afkeer en onwetendheid geïnspireerde) illusoire dromen.



Ajahn Brahm: 77

• *You can grasp much of the Dhamma by reading about it in books or studying the suttas. That's important, but it only gives you an external view. What you really need is to see for yourself how the mind works.*

*You need to understand through direct experience where frustration, boredom, and restlessness—and also good qualities like stillness—come from. When you understand this process, you grow in insight.*

*But to get there you have to develop calm and peaceful states of mind. The deeper that peace and stillness are, the more you understand the nature of things. •*

De meditatie-techniek die ik in dit boek bespreek is de *vipassana*-methode van de Birmees Satya Narayan Goenka (in de traditie van Sayagyi U Ba Khin) die in 2013 in Mumbai overleden is. <sup>78</sup>

Maar wil dit zeggen dat ik de andere technieken *d'office* uitsluit?

In géén geval. Waar ze me van nut zijn gebruik ik *alle* technieken, *alle* hulpmiddelen (*P. upayas*)—als de meest volleerde pragmaticus. <sup>79</sup>

Waarom geef ik voorkeur aan de techniek van Goenka?

Omdat ik, voor mijn *persoonlijke* beoefening zocht naar een techniek die niet enkel naadloos aansloot op het vrijzinnige, niet-sectaire denken van de Boeddha zelf, maar die tevens vertrok van de kern van de oorspronkelijke leer, zoals opgetekend en overgeleverd in de *Pali*-canon.

Satya Narayan Goenka: <sup>80</sup>

• *As one continues to walk on the path and goes through the words of the Buddha, it becomes clearer and clearer that the teaching is not intended to convert people from one organized religion to another.*

*The teaching itself is not an organized religion. It can be practiced by one and all.*

*When one reads the words of the Buddha and the commentaries and sub-commentaries, one is surprised to find that throughout the literature the words “Buddhism” and “Buddhist” are conspic-*

*uously missing. The Buddha never used these words. His followers also did not use these words for a number of centuries.*

*He called his teaching the Dhamma—that means the Law, the Truth. He called his followers Dhammi; Dhammattho; Dhammiko; Dhammacari; Dhammavihari; and so on.*

*In Indian languages, the word for “Buddhism” or “Buddhist” is Bauddha—a word without equivalent in the vast Pali literature.*

*If the word “Buddhism” is used for the Buddha’s teaching, it becomes limited to a particular community, but Dhamma is limitless—appamano dhammo.*

*It is not for one particular community or religion. It is for all. ♣*

Goenka zelf rekent fijntjes af met de verschillende institutionele stromingen die het boeddhisme ‘rijk’ is: <sup>81</sup>

*♣... Otherwise, in the name of Dhamma, you would have been involved in rites, rituals, philosophical beliefs and dogmas—in different sectarian entanglements. ♣*

De techniek die *guruji* Goenka onderwijst—vrij van riten, rituelen, ceremonies, taboes, dogma’s en zónder bemiddelaars—vertegenwoordigt een traditie die *rechtstreeks* teruggaat tot de leer van de Boeddha.

In deze *Dhamma*, die wezenlijk een weg is naar *bevrijding*, kán geen plaats zijn voor enige (boeddhistische) sektarische religie, vermits vrijheid niet kán bestaan in een (zogenaamd ‘veilige’) hechtrelatie. <sup>82</sup>

Vrijheid heeft geen ‘veilige’ afgesloten ruimte nodig om zich te ontwikkelen. Vrijheid hoeft uitsluitend persoonlijk *herkend* te worden.

Ik ben het volstrekt ééns met Stephen Batchelor in volgend citaat: <sup>83</sup>

*♣... hoe meer ik mij verdiep in het bestuderen en beoefenen van de Dhamma, hoe meer afstand ik voel tot het boeddhisme als geïnstitutionaliseerde religie.*

*Hoe dichter ik kom bij het leven en het onderricht van Gotama, des te verder kom ik af te staan van de zelfgenoegzame zekerheden van de boeddhistische orthodoxie, welke het ook is. ♣*

en met Satya Narayan Goenka: <sup>84</sup>

• *There cannot be any doubt about Dhamma. The teaching of the Buddha becomes so clear. Here is a person who is teaching Dhamma not to establish a sect of believers in a particular philosophy. Not at all.*

*... Such a person [the Buddha] would never give emphasis to mere belief. His entire emphasis will always be on the creative part of Dhamma, the practice of Dhamma. •*

Concreet en nóg duidelijker benadrukt—ik schreeuw het luid van de daken af: *Dhamma* als religie is *niet* wat de *Tathagata* <sup>85</sup> onderwees. <sup>86 87 88</sup>

De *Schwedagons*, *Wat Phra Kaews*, *Borobudurs*, *Potalas*, *Bodhgayas* zijn een (bijna té perfect mooie, en juist dáárdoor een, oh zo gevaarlijke, illusoire) maskerade. Zij vormen het boeddhistische Mekka, Rome en Jeruzalem.

Zij zijn de uitwassen van een verkeerd begrepen filosofie. Een groteske exotische poppenkast. Zondagmiddag in Rangoon. Bezoekje aan de *Schwedagon*. Boedधाatje wassen met de hele familie. Nadien kaarsjes branden.

Speeltjes voor de massa. <sup>89</sup>

Zoals de Boedधा wil dat we de werkelijkheid *zélf* bekijken—*As It Is*—zo moeten we ook *zélf* de confrontatie met de Boedधा én het boedধisme *dúrven* aangaan. *As He Is. As it is.*

Hem recht in het gezicht kijken, niet zeemzoeterig, maar vrank en recht-op, met dezelfde vastberadenheid (*P. adhitthana*) <sup>90</sup> waarmee Hijzelf de menselijke ellende (*dukkha*) <sup>91</sup> dissecteerde en diagnostiseerde én er de gepaste remedie voor vond en aan de mensheid als zijn legaat doorgaf.

*Zónder* bijstand van een schare bemiddelaars, die slechts het belang van hun zelf gecreëerde institutie belangrijk achten en *zónder het* volvoeren van prostraties die uiteindelijk enkel de kleren vuil en de knieën kaduuk maken.

Laat het voor eeuwig & drie dagen duidelijk zijn: *essentie* laat zich niet veruitwendigen: niet in tempels; niet in gebaren of rituelen; niet in woorden <sup>92</sup> en nog minder in hiërarchie. <sup>93</sup>

Tempels; gebaren; rituelen; woorden zijn slechts *duale* concepten die volledig de kern van de zaak voorbijschieten. Zolang we niet *inzien* dat *subject* en *object* slechts *vermeend* verschillend zijn in ons geconditioneerd bewust-zijn is het speelgoed. Gevaarlijk speelgoed dat ons belet de wáre aard van de werkelijkheid te zien.

Ik voel me gesteund door Meester Tsjeng: <sup>94</sup>

• *Wanneer je wierook brandt, sutra's opdreunt, je ter aarde buigt, je oefent in het stilzitten, je op een gedachte concentreert of die juist uitbant, ben je op een dwaalspoor.* •

De Boeddha stelde dat *'wie zuivering nastreeft met uiterlijke middelen, niet gelouterd wordt.'* <sup>95</sup> De geest kan énkél gezuiverd worden door het *direct ervaren* <sup>96</sup> van de werkelijkheid die zich élk moment aan ons openbaart én door systematisch te werken aan het herkennen en het verwijderen van élke conditionering die ons tot slaven en gevangenen maakt.

<sup>97</sup>

Robert Elias Najemy: <sup>98</sup>

• *We are all imprisoned in our beliefs, attachments, needs, desires and fears. These are what really prevent our freedom; not other people or governments.*

*We are prisoners of our social programming, of our fear about what others think about us, of our fear of death, of our ignorance concerning our real spiritual nature.*

*We are prisoners of our senses, which control our mental and emotional functioning, causing us often to do what we have sworn many times to ourselves that we would not do because we have realized that we harm ourselves in that way.*

*But our senses seduce our mind into repeating these mechanical thoughts or actions.* •

Met ouder te worden wordt alles me méér en méér duidelijk. Vooral het feit dat de werkelijkheid soms zodanig *banaal* is dat we er gewoon over kijken. We zijn dusdanig zwaar geconditioneerd dat we het zelfs niet eens meer *beseffen*.

Stille opmerkzaamheid (*P. sati*) is *dé* sleutel om de deur van onwetendheid door meditatie-beoefening voor eens en altijd te sluiten.

Uitsluitend in *stilte* <sup>99</sup> bevindt zich de ware transcendentie, maar let op: stilte is bedeesd. Stilte komt nooit met wereldse bravoure, komt nooit met een processie van barokke praal en *dito* spektakel, met op kop een opzichtige tamboer, die met zijn *mace* de maat aangeeft.

Net zoals de maan slechts gereflecteerd wordt in een rimpelloze vijver, <sup>100</sup> zo ook heeft transcendentie nood aan stilte. Stilte is nederig; is *niet* van deze wereld. <sup>101</sup>

Zoals alles wat waarde heeft, is ook stilte totaal *weerloos*. Wanneer stilte zelfs maar hóórt dat je over haar spreekt, kruipt ze weg. Stilte wacht geduldig tot je ze plots ontdekt in jezelf. En dan—pas dán—kan je deze stilte *ruimte* laten worden; en deze ruimte, ruimte in de ruimte... *Dhammakaya* <sup>102</sup> —de ruimtedimensie van de ultieme werkelijkheid.

Deze stilte maakt ons *bewust*-zijn gevoeliger én ruimer. Zo creëren we openheid voor onszelf en voor de anderen. Stilte is Zonder Woorden: essentie laat zich niet in woorden uitdrukken.

*Sutta Nipata*: <sup>103</sup>

• *Learn this from the waters:  
In mountain clefts and chasms,  
Loud gush the streamlets,  
But great rivers flow silently.* •

De antwoorden die je zoekt vind je *nooit* door erover na te denken of te piekeren. Ze verschijnen *uit zichzelf*, als de geest *stil* genoeg is...

Stilte is ons échte *zijn*. *Zijn* is een immense stilte van niet-verlangen; van niet(s) doen; van énkelt te *zijn* in het huidige moment—d.i. door te beseffen dat 'doen' geen zoden aan de dijk brengt in een wereld waar álles van moment-tot-moment verandert.

Enkel een *stille* geest kan de dingen waarnemen zoals ze *werkelijk* zijn: wie stilte ervaart, ervaart ook een verbindende kracht. In stilte in jezelf schouwen is een kwestie van pure mentale hygiëne.

Wei Wu Wei: <sup>104</sup>

• *It is only with total humility, and in absolute stillness of mind  
that we can know what indeed we are.* •

Stilte is opmerkzaam zijn én gelijkmoedig in het huidige moment. *Sati* én *upekkha*. *Vipassana*.

Ajahn Chah: <sup>105</sup>

• *Stillness is tranquility, and flowing is wisdom. The mind of a true practitioner is like still water that flows, or flowing water that's still...*

*Wisdom comes from tranquility. We can only escape through wisdom.* •

En zijn leerling Ajahn Brahm: <sup>106</sup>

• *Silence is so much more productive of wisdom and clarity than thinking.*

*When you realize how much more enjoyable and valuable it is to be silent within, then silence becomes more attractive and important to you.*

*The Inner Silence becomes what the mind inclines towards. The mind seeks out silence constantly, to the point where it only thinks if it really has to, only if there is some point to it.*

*Since, at this stage, you have realized that most of our thinking is really pointless anyway, that it gets you nowhere, only giving you many headaches, you gladly and easily spend much time in inner quiet.* •

Sri Ramana Maharshi: <sup>107</sup>

• *For the mind that has gained skill in concentration, Self-enquiry becomes comparatively easy. It is by ceaseless enquiry that the thoughts are destroyed and the Self realized—the plenary Reality in which there is not even the 'I'-thought, the experience which is referred to as “Silence”.* •

Wijsheid vergt geen woorden. Wijsheid komt voort uit stilte; niet uit het dualistische lawaai van ons conceptuele denken. Vanuit stilte ervaart de *yogi* de *ware* natuur van de dingen. Het is het *kennen*, *weten*, *zien* van de *ware* aard van alle geconditioneerde verschijnselen. De *ware* aard *as it is*.

Wijsheid is het *ervaren* van het continu *proces* van ontstaan en vergaan in *é*lk moment, van moment-tot-moment; ontstaan en vergaan, geboren worden en sterven. Dit is de *ware* aard van de dingen; altijd en overal.

Dit '*proces*' in jezelf realiseren is wijsheid. <sup>108</sup>

Dhammapada: 109 110

- *Iemand kan honderd jaar leven,* 111
  - Zonder het ontstaan en het vergaan van de dingen te zien. 112
  - Beter is één enkele levensdag van iemand, 113
  - Die het ontstaan en vergaan van de dingen ziet. 114 •

Siddhattha had geen sprookjestuin in de maak, geen religieuze Efteling. Hij had een Nieuwe Mens voor ogen of beter: dezelfde mens maar *mét inzicht* in zijn eigen natuur. Hij streefde een nieuwe cultuur na: een samenleving gevat in een cultuur van *bevrijding* 115 en *ontwaken*.

Vergelijkbaar met het natuurwetenschappelijke inzicht van Copernicus die besepte dat de aarde rond de zon draaide en niet omgekeerd, zo ook doorzag de Boeddha—2000 jaar eerder—dat al onze ellende (*P. dukkha*) voortkomt uit het *waanidee* dat de mens een onafhankelijke, eeuwige substantie bezit, een permanente kern, terwijl hij, in werkelijkheid, slechts een continu interactief *proces* is van ontstaan en van vergaan, uitsluitend gestuurd door de onpersoonlijke Wet van Afhankelijk Ontstaan (*P. paticca samuppada*). De mens als een minuscuul facet van een onzichtbaar dynamisch en van moment-tot-moment veranderend geheel; een onderdeel van een eeuwige, universele energiestroom, waar voor een separaat 'ik' 116 absoluut geen plaats is...

De Boeddha ging ervan uit dat *alle* mensen te maken krijgen met *eenzelfde soort problemen* en dat er een *praktische methode* bestaat om deze ellende op te lossen.

Het menselijk lijden (*P. dukkha*) heeft—zowel nú als 2.600 jaar geleden—dezelfde oorsprong: verlangen (begeerte), afkeer (boosheid, haat) en onwetendheid (illusie). 117

Door het beoefenen van *vipassana* kan de *yogi* zijn geest—geleidelijk aan—vrij maken van deze onzuiverheden (*P. kilesas*) en spanningen.

In plaats daarvan komen positieve kwaliteiten tot ontwikkeling zoals vriendelijkheid, verdraagzaamheid, medeleven en goede wil voor allen.

*Vipassana* moedigt mensen *niet* aan zich mordicus—zoals monniken 118 of nonnen—terug te trekken uit de maatschappij. Integendeel, *vipassana* sterkt hen juist om met de stress 119 en de 'ups and downs' van het dagelijkse leven op een kalme en evenwichtige manier om te gaan.

Men hoeft de wereld niet te verzaken. Integendeel.

Men moet slechts de onwetendheid (*P. avijja*)<sup>120</sup> afwerpen; het hechten (*P. upadana*)—het constant brandstof geven aan het verlangen naar de zintuiglijke wereld, het verlangen naar 'worden' (*P. upadhi*)<sup>121</sup>—achterwege laten. En voor de rest aandachtig opmerkzaam zijn op élk moment. Van moment-tot-moment. Thuiskomen bij jezelf: zonder verzaking, maar ook zónder verlangen; zónder er verslaafd aan te raken: in feite de overstijging van de tegenstelling tussen verzaking en lust.

Dit is de Middenweg—*majjhima patipada*—die de Boeddha predikte.<sup>122</sup>

Thera Nyanaponika:<sup>123</sup>

• *Not he who is depressed by grief, but one possessed of joy finds that serene calmness is leading to a contemplative state of mind. And only a mind serene and collected is able to gain the liberating wisdom.* •

En vooral beseffen dat alles élk moment verandert en dat het 'zelf'—en de uiterst subjectieve en illusoire wereld die we zorgvuldig rond dit 'zelf' spinnen—slechts een groteske begoocheling (*P. maya*) is. Beseffen dat verlangen (*P. tanha*) en afkeer (*P. dosa*) de twee manieren zijn waarop deze *fata morgana* zich uitdrukt.

Maar wát is deze illusie? Wáár komt deze begoocheling vandaan?

De illusie komt voort uit het feit dat wij met zijn allen (foutief) denken/geloven/menen dat *ieder* van ons een onafhankelijke entiteit vormt, een substantiële kern op zich is, liefst van al nog mét een *eeuwige ziel*, maar in ieder geval, *iets* dat volkomen *separaat* staat van het hele universum.

De mens—élke mens—creëert aldus, op basis van zijn uiterst persoonlijke zintuiglijke ervaringen, zijn *eigen* hallucinante droomwereld (en in dit perspectief gezien is hij inderdaad *uniek*).

Wij (subject) communiceren—door de zintuigen—permanent met de externe wereld. Deze zintuiglijke wereld is onze habitat; wat *voorbij* deze wereld ligt, daar hebben we het raden naar.

Wat echter duidelijk is—voor mij althans—is dat er *méér* te beleven valt in dit bestaan dan die alledaagse zintuiglijke ervaring.

Als mens zijn we gemaakt om onszelf te ontdekken. Om onze limieten op te zoeken. Om het bestaan werkelijk de moeite waard te maken om geleefd te worden. De hele zintuiglijke wereld rondom ons is slechts een *base camp*. Er is méér in ons. *Plus est en nous!*



De *wérkelijke* werkelijkheid (*P. yatha bhuta*) is dat we helemaal *niet* die onafhankelijke entiteit zijn die volkomen los van het universum alles bestiert—de maatstaf der dingen als het ware (hetgeen we zelf uiteraard graag geloven/menen/dromen; hetgeen ons al van kindsbeen af op alle mogelijke manieren wordt ingeprent; hetgeen ons in het onderwijs jarenlang wordt ingepeperd <sup>124</sup> en hetgeen de maatschappij ons door dik en dun voorhoudt).

De *wérkelijke* werkelijkheid is van een heel ánder allooi. De échte realiteit is dat we slechts de dromers van onszelf zijn in élke droom waarin we verschijnen.

Er is absoluut geen sprake van enig 'ik'—van enige vaste entiteit.

Waar zit deze illusie; deze groteske begoocheling?

Onze ellende zit verscholen in onze (foutieve) *identificatie*—de dromer (het subject) met zijn object.

Het is deze identificatie die ons verlangen (*P. lobha; tanha*); onze afkeer (*P. dosa*) en onze onwetendheid (*P. moha; avijja*) in zich draagt. Niet toevallig zijn verlangen, afkeer en onwetendheid de drie bezoedelingen (*P. kilesas*) van de *Dhamma*. De drie vergiften.

Wat is Verlichting? Wat is Zelfrealisatie? Verlichting is wakker worden uit deze begoocheling.

De Boeddha verwoordde zijn Ontwaken op een sublieme manier: <sup>125</sup>

• *Vele geboorten heb ik samsara doorlopen,*<sup>126</sup>  
*Op zoek naar de bouwer van dit huis,*<sup>127</sup>  
*Maar vergeefs heb ik gezocht.*<sup>128</sup>  
*Pijnlijk is het om steeds weer geboren te worden.*<sup>129</sup> •

• *Maar nu heb ik je gezien, Huizenbouwer!*<sup>130</sup>  
*Je zal niet nogmaals dit huis voor me bouwen:*<sup>131</sup>  
*Al je spanten zijn gebroken,*<sup>132</sup>  
*En je nokbalk is versplinterd.*<sup>133</sup>  
*Mijn geest heeft het Ongeconditioneerde bereikt.*<sup>134</sup>  
*Begeerte is tot stilstand gekomen.*<sup>135</sup> •

Het is het verdwijnen; het loslaten; het oplossen; het verdampen; het vernietigen van dit ingewortelde gewoontepatroon waarop we als een separaat 'ik' kijken naar én ons op deze manier *identificeren* met ónze objec-

ten; ons *identificeren* met *óns* ‘verhaal’; ons *identificeren* met *óns* individueel persoonlijk ‘drama’.

Verlichting is het *ervaren* van het *niet-duale*, van de *heelheid* van alles. Het is het onderkennen van de ontzettende, onbeschrijfbaar openheid die zich in *élk* moment van het continu ‘proces’ van ontstaan en vergaan openbaart.

Verlichting is loslaten. Loslaten betekent enerzijds het verminderen van onze gehechtheid aan de verschijnselen die we aangenaam vinden en anderzijds het reduceren van onze afkeer voor datgene wat we onaangenaam vinden door het diepe besef dat geen van beide dingen het intrinsieke vermogen in zich draagt om ons gelukkig, respectievelijk ongelukkig te maken.

Dit is het loslaten van dualiteit, het loslaten van concepten, het loslaten van de illusie van het zelf <sup>136</sup>..., langzaam smelten..., langzaam oplossen..., *bhanga*..., de continue *flow* van energie..., permanent ontstaan, bestaan, vergaan en opnieuw ontstaan: *anicca*, <sup>137</sup> *dukkha*, <sup>138</sup> *anatta*. <sup>139</sup>

Loslaten wil óók zeggen: het loslaten van elk *streven* naar perfectie; van het *streven* naar de gemoedstoestand van innerlijke vrede, het *evolueren* naar *nibbana*. Want ook *dát* is tenslotte een illusie. Zolang er nog *enig* verschil bestaat tussen de *zoeker* en het *gezochte* heeft de *yogi* te weinig ‘los-gelaten’.

Cheng-Li:

• *Jullie denkende wezens die verlossing zoeken, waarom laten jullie niet los?*

*Als je bedroefd bent, laat de reden van die droefheid dan los...*

*Als je begerig of vol verlangen bent, laat het voorwerp van je verlangen dan los*

...

*Wees vrij van jezelf, van moment tot moment.*

*Waar geen zelf is, kan geen verdriet zijn, geen verlangen...*

*De winden van omstandigheden razen over leegte. Wie kunnen ze deren? •*

Loslaten is kijken, horen, ruiken, smaken, voelen en denken *zónder* dat er hele (uiterst subjectieve) verhalen en drama’s door onze geest/bewustzijn/gedachtenstroom aan de zintuiglijke objecten worden toege-

voegd. Drama's en verhalen: perceptie overal en altijd. Zoals Charles Baudelaire het ons op een subtiele manier probeerde duidelijk te maken: 'La mort...nous affecte plus profondément sous le règne pompeux de l'été'.<sup>140</sup>

Ruth King: <sup>141</sup>

• *Once we perceive, we habitually jump to thoughts and feelings about what is being perceived. These thoughts and feelings, rooted in past experiences and conditioning, then influence the mood of our mind. When perception, thoughts, and feelings are repeated or imprinted through experiences, they solidify into view or belief.* •

Loslaten is de Rubicon oversteken.

Wanneer we erin slagen—door meditatie-beoefening—om ons zintuiglijk (fenomenaal)<sup>142</sup> 'zien' te transformeren in transcendentaal (noumenaal) *kijken*<sup>143</sup> én hierdoor de identificatie met onze zintuiglijke objecten stop te zetten, wordt alles duidelijk op een experiëntiele manier.

Dit kunnen we bereiken door te *ervaren* dat het 'ik' géén énkele entiteit; géén énkél 'zelf' bevat en dat het slechts een permanente *flow is* van *kalapas*—subatomische partikels, die ontstaan en vergaan met een ontzettende snelheid.

Het hele universum is gewoonweg niets anders dan *verandering*. Verandering is de énjige constante in het universum. Verandering vormt de basis van *álle* dingen.

Gary Zukav: <sup>144</sup>

• *Elke subatomaire interactie bestaat uit de vernietiging van de oorspronkelijke deeltjes en het ontstaan van nieuwe subatomaire deeltjes. De subatomaire wereld is een voortdurende dans van schepping en vernietiging, van massa die verandert in energie en van energie die verandert in massa. Vluchtige vormen laaien op en doven uit, een nooit eindigende, voortdurend nieuwe werkelijkheid creërend.* •

We ervaren dat het héle universum, niets anders is dan een massa energiedeeltjes<sup>145</sup> die bij elkaar komen en weer uit elkaar gaan. Op élk moment. En van moment-tot-moment.

Dit is het experiëntieel *ervaren* van onze vergankelijkheid. *Anicca vata sankhara*—'alle geconditioneerde dingen zijn vergankelijk'. Het ervaren

dat het leven vlug voorbij vliedt en niets achterlaat. Alle samengestelde, geconditioneerde verschijnselen dragen vanaf hun ontstaan het zaad van de eigen ondergang in zich. Ingebouwde slijtage. De geboorte als zaad voor het sterven.

Dhammapada: 146

- 'Alle geconditioneerde dingen zijn vergankelijk !' 147 148  
Wie dit met wijsheid ziet, 149  
Beëindigt het lijden. 150  
Dit is het pad van zuivering. 151 •

Dhammapada: 152

- 'Alle geconditioneerde dingen zijn niet-zelf !' 153 154  
Wie dit met wijsheid ziet, 155  
Beëindigt het lijden. 156  
Dit is het pad van zuivering. 157 •

Door het experiëntieel, direct *ervaren* van deze volkomen *desintegratie* van de eigen fysiek/mentale structuur (*P. bhanga*) begrijpt de *yogi—voorbij* 158 de fenomenale werkelijkheid; *voorbij* zijn zintuigen—de ultieme werkelijkheid van materie, geest en mentale formaties als louter *vibreren*, louter *veranderen: vibrating..., changing*, een eeuwige stroom van energie, die steeds verandert en *nooit* meer hetzelfde wordt.

De *yogi* die de groteske begoocheling van dit bestaan experiëntieel *ervaart*, (*P. bhavana-maya panna*) heeft geen probleem om dit kolder-circus los te laten.

Dit als teaser voor wat verder in dit boek komen gaat...



Maar terug naar het hier-en-nu, enkele opmerkingen in de marge:

Ik heb me weerhouden om citaten uit Engelstalige boeken te vertalen naar het Nederlands. Veel werken over de *Dhamma* zijn rechtstreeks vanuit het *Pali* naar het Engels overgezet, meestal door de *Pali Text Society (PTS)* in Londen.

Ik pas er voor om *nogmaals* een translatie te doen naar een ándere taal, met als mogelijke uitwas dat bepaalde finesses niet óf slecht(er) uit de verf komen.

Dit in het besef dat élke vertaling niet énkél de woorden weergeeft maar evenzeer de ervaringsinhoud van wat de vertaler er uiteindelijk van begrepen heeft.

Een bijkomende beweegreden om geen extra vertaalslag in te lassen is dat ik besef dat de lezers van dit boek beschikken over een méér dan gedegen kennis van de Engelse taal. Waarom zou ik dan het leven van de lezer—en van mezelf—moeilijk maken?

Ook heb ik ervoor geopteerd om bij *dhamma*-begrippen, de oorspronkelijke *Pali*-woorden cursief weer te geven, zonder evenwel gebruik te maken van diakritische tekens.

Het weergeven van de originele *Pali*-woorden draagt bij tot een beter verstaan en zal verkeerde interpretaties vermijden.

Het weglaten van diakritische tekens doet geen enkele afbreuk aan het doel van dit geschrift (filologie is tenslotte een heel *ándere* tak van sport)—namelijk inzicht verwerven en ervaren—en het zal een vlotte lectuur ongetwijfeld faciliteren.

Op plaatsen waar ikzelf dicht bij *de Poortloze Poort* kom, heb ik een kleine notitie [Kernhout] gemaakt. Maar dat belet natuurlijk niet dat de *vibraties* van de lezer véél *subtieler* of gewoonweg *ánders* (kunnen) zijn.

Bekijk deze merkpaaftjes dan ook énkél als een *pointer*, een *vinger-naar-de-maan*, een *upaya*.

Vergeet echter nooit dat woorden slechts *indicaties* zijn—in het beste geval *richtingaanwijzers*. Zij kunnen nooit *waarheid* zijn, vermits woorden slechts *concepten* zijn, inclusief de dualiteit die inherent is aan concepten.

Waarheid <sup>159</sup> is het onderkennen van *hóe* de dingen zijn—hoe *jij* onderkent én *ervaart* dat de dingen in werkelijkheid zijn. Waarheid is énkél *jouw* persoonlijke waarheid die je ervaart op het experimentele niveau van je lichaam en je geest op *dít* moment (*P. bhavana-maya panna*), <sup>160</sup> én van moment-tot-moment.

Dit is *siddhanta*, een persoonlijke, originele, authentieke, existentiële ervaring; een transformatie; een realisatie. Ontwaken. De verschijnselen zien én kennen zoals ze zijn—*yatha bhuta nana dassana*; je persoonlijke visie op de werkelijkheid, strak geliëerd aan én ingebed in je *eigen*, individueel bevattingsvermogen.

*In casu*: wat is de ware aard van *mijn* werkelijkheid? Wat is de 'zin' van het bestaan? Als algemene, *filosofische* kwestie lijken dit soort vragen me weinig interessant, laat staan relevant. Als levende, prangende vragen zijn ze—voor de *yogi*—wél belangrijk. Wat is de zin van *zijn* leven, nú, op dit eigenste moment? Wat is *écht*? Wat is *wáárachtig*?

In ieder geval: wanneer de *yogi* zich dit soort vragen *stélt*, duidt dat erop dat er een scheiding bestaat, althans bezig is te ontstaan, tussen het oorspronkelijke '*zelf*' van de *yogi* én het leven dat hij leidt.

Waarheid is *jezelf zijn*. *Jezelf*. *Zijn*.

*Jezelf*: beseffen dat *jij* het bent die jezelf *ketent* of jezelf *bevrijdt*. En dat het *niet* de uiterlijke omstandigheden zijn waarin je je bevindt die hiervan de oorzaak vormen.

*Zijn*: beseffen dat je géén moment dezelfde blijft, dat je van moment-tot-moment verandert; dat je zelf-loos bent.

En toch is waarheid *synoniem* van je eigen Meester zijn. Zelfrealisatie is je *eigen* waarheid door inzicht realiseren—'*... de smaak die écht bevredigt onder alle smaken is die van het inzicht. Allerhoogst geluk vind je alleen in jezelf...*'<sup>161</sup>

Dit betekent: géén duplicaat worden van één of andere god of *guru*; géén gedweë volgeling van één of andere religie of genootschap. Maar als een Meester—een *échte* Meester—met rustige kalmte en vastberadenheid '*de mensen overtreffend; de goden navolgend*'.<sup>162</sup> Een persoonlijke realisatie. Zelfrealisatie. Het *zien* van je '*oorspronkelijk gezicht*'. Niemand anders kan het voor je realiseren.<sup>163</sup> Niemand!

De ultieme waarheid is énkél te vinden in de fysieke en mentale structuur van ons *eigen* lichaam (*P. namarupa*): dit *eigenste* lichaam en geest vormt *yogi's* Tempel van de Waarheid (met Hoofdletters). Het is trouwens de éniige Tempel die naam waardig.

Osho: <sup>164</sup>

• *All temples are outside, all temples are part of the world, and you cannot reach the self through their doors.*

*No journey in the outer world can be a pilgrimage to the holy place. That place is within... •*

Alle andere tempels zijn concepten. Maar concepten scheppen *géén* waarheid. Het conceptuele kan nooit tot bevrijding leiden. *Nooit*.

Concepten 'kunnen' in het beste geval slechts een hulpmiddel (*P. upaya*) zijn voor het bereiken van inzicht.

Concepten zijn in hetzelfde bedje ziek als woorden. Ook voor woorden is bevrijding te hoog gegrepen. Ze prevelen slechts *lippendienst* aan zowel de spreker als aan zijn toehoorder. Aan de spreker die énkél zegt wat hij *meent* te begrijpen. En aan de toehoorder die énkél hoort wat hij *wil* horen...

Zo is 'vergankelijkheid' (*P. anicca*) een waarheid, maar vergankelijkheid is geen 'woord'. We gebruiken het woord énkél om vergankelijkheid *uit te drukken*.

In dezelfde zin is 'lijden' (*P. dukkha*) een waarheid, geen 'woord'.

Is ook 'zelfloosheid' (*P. anatta*) een waarheid, geen 'woord'.

Woorden zijn louter concepten om vergankelijkheid, lijden en zelfloosheid *uit te drukken*.

*Dhamma*—de waarheid van de natuurwet, de kosmische wet, de zo-heid van de dingen, ligt verborgen in de stilte van jezelf, niet in het gedruis en gejongleer met woorden: stilte is *zóvéél* productiever voor het cultiveren van waarheid dan denken: *'He who knows, doesn't say; he who says, doesn't know.* <sup>165</sup>



... Verder vraag ik begrip voor de vele citaten (véél mensen zien meer dan één) en *dito* voetnoten. Toch wil ik er graag op wijzen dat de pure vermelding of visies van bepaalde auteurs niet *d'office* wil zeggen dat dit ook mijn *persoonlijke* mening is (maar *áls* het niet mijn persoonlijke opvatting is, laat ik het duidelijk blijken uit de tekst).

Dit ligt volledig in lijn met de *Dhamma*, de leer van de Boeddha, die huiverde van elke normerende centrale autoriteit: het is tenslotte aan *élke* lezer om op basis van zijn gezond verstand *zélf* uit te maken óf hetgeen hier beschreven staat, voor hem of voor haar waarheid inhoudt. In ieder geval: de vele citaten en voetnoten zijn louter ingegeven door mijn zorg om (te pogen) de tekst en vooral het inzicht verstaanbaar te houden.

Veel van wat hier beschreven staat is immers moeilijk in woorden te vatten (*cfr. supra*); veel gaat ook *voorbij* aan woorden...

... dagelijkse beoefening zal echter alles helder en duidelijk maken: *sati* (aandachtig observeren van onze lichaam/geest structuur) en *upekkha* (gelijkmoedig niet-reactief handelen; alle ervaringen— aangename en on-aangename— als gelijkwaardig beschouwen).<sup>166</sup>

Kazuaki Tanahashi: <sup>167</sup>

• *In meditation we experience distinctions in feelings and thoughts. We feel comfort and pain. We qualify actions as right or wrong. We identify some things as good and others as bad.*

*At times, however, we experience a state where the differences among all things become obscure.*

*In this realm, the distinction between small and large, near and far, momentary and timeless, self and other, and even life and death fades away. •*

Dit is wanneer subject en object één zijn; wanneer er géén énkél onderscheid meer te vinden is; géén énkéle reactie gegeven wordt op het-geen gezien, gehoord, geroken, geproefd, gevoeld en gedacht wordt.

*Bahiya-Sutta*: <sup>168</sup>

• *Laat het geziene alléén het geziene zijn; het gehoorde alléén het gehoorde zijn; het geproefde alléén het geproefde zijn; het gevoelde alléén het gevoelde zijn; het waargenomene alléén het waargenomene zijn en het gedachte alléén het gedachte zijn. •*

Wanneer de *yogi* zich onthoudt van élke reactie. Wanneer de *yogi* énkél *getuige* is. Door niets *doen*, énkél te *zijn*. *Zijn* en de dingen laten gebeuren, zonder te proberen ze te managen, zonder te pogen ze te manipuleren.

Getuige zijn is onze *énige* taak: we zijn slechts een golf die, nadat ze spontaan uit de oceaan is opgekomen, opnieuw vergaat en terugkeert naar haar oorspronkelijke habitat...

... *Anyway*, aan het einde van deze *bumpy ride*—de Zoeker en het Gezochte zijn helaas nog niet één—hoop ik, lieve lezer, dat het goed met je gaat.



Moge je gelukkig zijn, zonder lijden zijn, vrede kennen en veilig zijn.

Het is verder mijn wens dat je, in deze Himalaya van conceptuele woorden, finaal de *Poortloze Poort* bereikt.

In de wetenschap dat uiteindelijk één enkel bescheiden woord, <sup>169</sup> één modeste gedachte <sup>170</sup> of het plukken van één bloem—zoals de Meester himself '*directe transmissie doorgaf buiten de woorden om*' aan Mahakassapa <sup>171</sup> <sup>172</sup>—voldoende is om de ultieme werkelijkheid te openbaren...



*Retrograde flashback:*

De Boeddha draait een bloem rond tussen zijn vingers. Ik zie mezelf daar zitten in de menigte in de broeierige hitte van de Gangesvallei.

Terwijl ik naar de hoog opgestoken bloem kijk, breekt het angstzweet me uit: '*Wát bedoelt de Boeddha dáár nu mee?*'

En naast mij kijken ook de anderen—allemaal even warrig.

Helemaal vooraan zit Mahakassapa, weliswaar in een besmukte poging om zijn gezicht in de plooi te houden.

Hij is de enige die kijkt én glimlacht. Als enige. *Nenge misho...* <sup>173</sup> Mahakassapa kijkt—van het werkwoord *zien!* (*P. dassana*)—als enige, op *díe* manier, naar de bloem.

*Avatamsaka-Sutta:* <sup>174</sup>

• *Maha Kassapa watched the flower. He was selfless in the moment. He saw the flower as from its origin to its death and saw the truth of its entire existence.*

*This truth became an appreciation of its beauty—that which came not from the flower but from within Mahakassapa's inner self.*

*The love of the flower was outwardly expressed by his gentle smile. Mahakassapa was enlightened to the mystery of the flower in Sakyamuni's hand.*

*This is how Sakyamuni recognized Maha Kassapa's selfless inner state from the outward smile. ॑*

De Boeddha spreekt vervolgens:

• *Ik heb de methode gevonden om het kostbare oog van de ware Dhamma volledig te openen en nibbana te bereiken.*

*Het kan niet in woorden worden uitgedrukt—de overdracht overstijgt immers woorden en wordt overgeleverd voorbij elke leerstelligheid.*

*Vandaag geef ik het aan jou door, Mahakassapa. Je moet voorzichtig zijn met deze methode en zorg dragen dat het altijd wordt overgedragen opdat het nooit verloren gaat. ॑*

Ik zeg:

• *Dit is wijsheid-die-voor-wijsheid buigt; mededogen-voor-mededogen.*

*Een transmissie waarin zowel de Boeddha als Mahakassapa tijdloos in ruimte oplossen. ॑*



En tenslotte wil ik een héél aparte—met ontzettend veel liefde aangedragen—plaats in dit voorwoord vrijhouden voor mijn lieve eega, die de tijd dat ik me—als een dartel veulen<sup>175</sup>—vermeide met het schrijven van dit boek, zich (meestal) gelijkmoedig onthield van profane commentaar wat, met haar uitgesproken karakter, een ware *Sisyphus*-kwellung moet geweest zijn.

Ik ben er haar dankbaar voor zoals voor alles waarmee ze mijn leven, in dit moment én van moment-tot-moment, kleur geeft en opfleurt.

Ze was, is en blijft mijn steun en toeverlaat en mijn onvolprezen *utamwara*.<sup>176</sup>

Guy Eugène Dubois  
Keerbergen, 15 augustus 2017

## Addendum bij de tweede druk

De tweede druk met een enigszins gewijzigd formaat en layout noopte me om de tekst van het boek volledig te herlezen.

Elk nadeel heeft echter zijn voordeel: dit euvel maakte het mogelijk om tegemoet te komen aan een aantal terechte opmerkingen en vragen om verduidelijking van lezers.

Verder heeft—in de tijd die tussen beide uitgaven ligt—mijn progressie in de kennis van *Pali* ontegensprekelijk ook mijn inzicht in de geschriften zich verdiept. Wat zich eveneens vertaalde in een aantal tekstaanpassingen.

Verder heb ik van de gelegenheid gebruik gemaakt om een aantal *suttas* die 'mijn' vlot samenstellen om de stroom over te steken vertaald vanuit het *Pali* naar het Nederlands.

Het betreft de *Dhammacakkappavattana-Sutta* (de Voordracht over het In Beweging Zetten van het Wiel van Dhamma); de *Anattalakkhana-Sutta* (de Voordracht over het Niet-zelf); de *Bhaddekaratta-Sutta* (de Voordracht over Leven in het Heden); de *Anapanasati-Sutta* (de Voordracht over Aandachtig Ademhalen) en de *Paticca-samuppada-vibhanga-Sutta* (de Voordracht over Afhankelijk Ontstaan).

De *Maha-Satipatthana-Sutta* (de Voordracht over het Vestigen van Bewuste Aandacht) heb ik voorlopig niet vertaald omdat ik dit beschouw als een volgend boek-project.

Ondertussen zijn al mijn boeken gratis te downloaden op verschillende websites van het internet.<sup>177</sup> Hiervoor gaat mijn dank in de eerste plaats uit naar mijn spirituele vriend Paul Van hooydonck, de initiator én *driving force* van het *Boeddhistisch Centrum Ehipassiko* in Antwerpen, die er als eerste op aandrong om de boeken kenbaar te maken voor een groter publiek.

Verder gaat mijn dank uit naar Ven. Ayya Vimala, de oprichtster van *Samita ASBL*, die momenteel het *Tilorien* klooster bouwt in Engreux in de Belgische Ardennen en tevens rechtstreeks betrokken is bij de uitbouw van *SuttaCentral*—de grootste bron van vroeg-boeddhistische teksten en vertalingen in de wereld met als doel de studie van deze *suttas* te bevorderen door vergelijkend en historisch onderzoek.

En tenslotte naar Joop Hoek, de hoofdredacteur van het *Boeddhistisch Dagblad*, die de gratis digitale verspreiding van mijn boeken in Nederland mogelijk maakte.

Driewerf dank voor de erg gewaardeerde *dana*.

Guy Eugène Dubois  
Koksijde, 26 augustus 2019

# DEEL I - DRIJFHOUT



## I. 1 WIE WAS DE BOEDDHA ?

Wie was nu feitelijk die rebelse <sup>178</sup> Siddhattha Gotama, die de hele zelfvoldane Brahmaanse samenleving deftig op zijn kop zette?

Siddhattha Gotama, de latere Boeddha, die ongeveer 2.600 jaar geleden in het noordoosten van Indië (*P. Majjhimadesa*) <sup>179</sup> leefde, was in de eerste plaats een doelgerichte pragmaticus <sup>180</sup> en een empirist *avant la lettre*. Hij behoorde tot de elite van zijn tijd—was een representant van de leidende *Kshatriya*-kaste <sup>181</sup>—en had een schare rijke vrienden en gulle sponsors om zich heen verzameld. <sup>182</sup>

Koenraad Elst: <sup>183</sup>

• *Overigens was de Boeddha zelf niet helemaal ongevoelig voor status op basis van afkomst. Hij en zijn volgelingen wezen graag op zijn afstamming uit de zogenaamde zonnedynastie waartoe ook de vergoddelijkte held Rama behoord had.*

*De omschrijving van zijn eigen leer en leefregels als “edel” (P. ariya) is pas later in louter morele zin opgevat geworden, maar had oorspronkelijk zeker de betekenis van “aristocratisch”, passend bij zijn eigen afkomst uit de krijgerskaste. •*

Hij presenteerde zich als een gespierde, viriele en sensuele man <sup>184</sup> en beschikte door zijn filiatie over een eminent netwerk, <sup>185</sup> waarvan hij handig, pragmatisch, opportunistisch én veelvuldig gebruik maakte. Hij was een erudiet <sup>186</sup> filosoof die de *Vedas* en de *Upanishads* <sup>187</sup> volledig beheerste. Oratorisch bezat hij ontegensprekelijk de gave van het woord en in het debat was hij erg bedreven.

Maar hij was ook een beeldenstormer, een *provo*, die de bestaande sociale, religieuze en filosofische ideeën van de brahmaanse maatschappij radicaal afwees en een bevrijde Nieuwe Mens evenals een nieuwe cultuur voor ogen had.

In zijn eigen woorden zegde hij dat zijn pad—en iedereen die dat pad wilde volgen —*patisotagami* was; letterlijk vertaald: ‘tegen de stroom in’. Tegen de stroom in van hebzucht, haat en onwetendheid. <sup>188 189</sup>

Gotama wordt door zijn volgelingen graag geportretteerd als een uiterst aimabel persoon die, voor iedereen en voor alles, meedogend begrip had. Een vriendelijke opa als het ware. Op andere plaatsen dan weer—

vooral in de *Mahayana-suttas*—wordt hij gepresenteerd als een *Übermensch* (*P. Mahapurisa*).

Dit rooskleurige beeld, dat wordt opgehangen door het sektarische, religieuze boeddhisme (zowel van *Theravada*, *Mahayana* als *Vajrayana*), <sup>190</sup> klopt absoluut niet met de realiteit.

Hans Wolfgang Schumann: <sup>191</sup>

• *De Indologie als wetenschap is sinds ongeveer twee decennia uit haar filologische ivoren toren afgedaald, zodat de grote Indische denkers tegenwoordig in het kader van de omstandigheden van hun tijd en leefwereld worden beschouwd.*

*Het tijdperk van de Boeddha is op grond van nieuwe detailstudies in een nieuw licht komen te staan.*

*Men ziet de Boeddha niet meer als een, als het ware, boven de grond zwevende heilige, maar als een wereldwijze, van politieke constellaties gebruik makende, tactisch inzicht inzettende organisator—vergelijkbaar bijvoorbeeld met de grootste Indiër van de moderne tijd, Mahatma Gandhi, die zijn missie vervullen kon, omdat hij niet alleen een vrome hindoe, maar ook een geslepen advocaat en een realistisch denkende politicus was. •*

Gotama werd door vele mensen, en vooral door de kaste van de *brahmanen* gezien als een erg vervelende luis in de pels. De *brahmanen* hadden zich in de loop der tijden met een uitstekend marketingverhaal—als perfecte bemiddelaars—uiterst kundig tussen de samenleving en de goden gemanoeuvreerd, waarbij zowel de geledingen van de maatschappij als de zgn. goden afhankelijk waren van de gunsten van de *brahmaanse* priester.

Zonder *brahmaanse* ‘hulp’ (lees: zonder de door hen uitgevoerde water- en vuurrituelen) konden de goden zagezegd geen gunsten verlenen en konden de gelovige hindoes bijgevolg evenmin geholpen worden.

De *brahmaanse* aanwezigheid stond centraal in dit hele hocus-pocus ritueel en dit etherisch monopolie werd overtuigend uitgespeeld en vertaald in macht, status en rijkdom.

En nu kwam daar opeens een indringer—een bedelmonnik (*P. samana*) nog wel!—die beweerde dat al het lijden niet veroorzaakt wordt door de goden, maar door onszelf geschapen is. Nog béter: hij verkondigde luidkeels dat de goden van de *Vedas* zelfs niet bestonden, en gewoon illusoire hersenspinsels waren van de onwetende menselijke geest. Hiermee



werd zowel de noodzaak als het bestaansrecht van de *brahmaanse* priesters geheel onderuit gehaald. Een aardverschuiving!

Maar voor de opkomende burgerij, in de zich economisch ontwikkelende steden langs de Ganges was dit vanuit financieel en sociaal oogpunt een zegen: zij hoefden de priesters niet meer duur te betalen voor hun rituelen en offers én zij konden vooral niet meer door deze offeraars gechanteerd worden.

Gotama vond niet enkel groot gehoor bij deze opkomende burgerij, maar evenzeer bij de heersende civiele elite, namelijk bij de *rajas* en machthebbers. Dit bestuurlijk establishment moest immers eeuwenlang—flink tegen de goesting—de macht delen met de *brahmanen*.

Gotama speelde—gewiekst als hij was—de geestelijke en wereldlijke macht tegen elkaar uit: hij ontzegde de macht aan de *brahmanen* maar claimde de macht niet zelf en legde ze bij de bestuurlijke gezaghebbers.

Dit standpunt werd hem in dank aangenomen door de burgerlijke machthebbers zodat de fondsen, die voordien naar de *brahmanen* gingen nu aan de ontluikende *Sangha* werden toegewezen: op vele plaatsen ontstonden *Dhamma*-plaatsen voor kloosters (*P. viharas*) en werden *bhikkhus* voorzien van voeding en pijn. Er werd voor transport en infrastructuur gezorgd zodat de bevolking de voordrachten konden bijwonen en er werden medische hulpposten en scholen rond deze plaatsen opgericht.

Het credo van Siddhattha klonk de machthebbers als muziek in de oren en dit werd cash verzilverd: deze leer moest en zou uitgedragen worden! Waarlijk, er is niets nieuws onder de zon!

Stephen Batchelor: <sup>192</sup>

• *Siddhattha Gotama was een andersdenkende, een radicaal, een iconoclast. Hij wilde niets te maken hebben met de priesterlijke religie van de brahmanen. Hij verwierp hun theologie als onbegrijpelijk, hun rituelen als zinloos en de sociale structuur die erdoor werd gelegitimeerd, als onrechtvaardig.* •

De *brahmanen* zagen dit met lede ogen aan. Hun invloedssfeer werd voor het eerst sinds eeuwen fundamenteel en in ras tempo aangetast, maar niet enkel de *brahmanen* werden in het diepste van hun ziel—namelijk in de geldbeugel—gepakt, maar ook hun volgelingen kregen ervan langs: Gotama beweerde dat rituele wassingen onzinnig waren en dat door een rituele wassing (het wegspoelen van de zonde) de zonden

niet verdwenen. Ook de vuuroffers (het wegbranden van de zonde) en de dierenoffers aan de goden bestempelde hij als klinkklare onzin: <sup>193</sup>

• *Denk niet, o brahmaan, dat je door het leggen van brandhout  
reinheid verkrijgt. Dit is slechts een uiterlijkheid.  
Wie loutering nastreeft met uiterlijke middelen,  
die wordt niet gelouterd, zo zeggen de wijzen.* •

Tot slot benadrukte de Boeddha dat *iedere* vorm van cultus overbodig was. Uiteraard maakte hij zich in deze kringen niet geliefd.

Hoeft het dan te verwonderen dat er meerdere moordpogingen op hem gepleegd zijn en dat er nog vaker gepoogd is om hem in diskrediet te brengen?

Zoals *supra* reeds aangehaald: er is waarlijk niets nieuws onder de zon!

Tevens was Gotama een bereisd man, zeker in vergelijking met zijn tijdgenoten waarvan de gemiddelde actieradius slechts een beperkt aantal kilometers bedroeg. <sup>194</sup> Maar hij was vooral een praktisch gericht mens die zijn kwaliteiten en vooral zijn inzicht ten dienste stelde van zijn tijdgenoten.

Bovenstaande omschrijving is niet conform de gebruikelijke hagiografie. Het vormt een persoonlijke <sup>195</sup> invulling. De Boeddha zal het me niet kwalijk nemen. Vooral omdat bovenstaande beschrijving niet geringachtend bedoeld is.

Integendeel, het vergroot slechts de enorme verdienste én de immense *splendeur* van de man.

Vanuit mijn persoonlijke visie <sup>196</sup> is het echter noodzakelijk om een scheidingslijn te trekken tussen enerzijds de mens Boeddha zoals hij werkelijk was en anderzijds het idolatrische icoon dat een schare adepten—al dan niet goed bedoeld—doorheen de geschiedenis en doorheen een pleïade van (sektarische) boeddhistische stromingen <sup>197</sup> van hem gemaakt hebben.

In de oorspronkelijke *Pali*-canon komt de menselijke Boeddha volledig tot zijn recht, terwijl in de *Mahayana-suttas* een verheven Boeddha wordt geprojecteerd, een hemelse verschijningsvorm met een 'verheerlijkt lichaam' (*P. sambhoga-kaya*). <sup>198</sup>

Nochtans, niets menselijks is de Boeddha vreemd; waarom zouden we hem dan *per se* bovenaardsheid toeschrijven?