





Wat Boeddha allemaal zei;  
de Dhammapada van  
Siddhartha Gautama  
voor leken zoals wij

Clark Gillian

Singel Uitgevers B.V.

handelend onder de naam

van Brave New Books.

Weteringschans 259,

1017 XJ Amsterdam

clarkgillian.be

Origineel gepubliceerd op: 29-03-2021

Herwerkte editie: 3-11-2021

Derde Editie

ISBN: 9789402196009

Auteur: Clark Gillian Van Herrewege

© 2020 Clark Gillian Van Herrewege

*Met dank aan  
Professor Eva de Clercq  
Professor Ann Heirman  
Daksha, Nandu van Malayalame Books*

Waarheid



## N°1: Het ene is het andere niet

### १. यमकवर्गः प्रथमः

Wie we vandaag zijn is het overschot van wat we gisteren allemaal dachten. En de toekomst komt puur uit wat we vandaag aan het denken zijn. En het gaat zo maar eindeloos door! Onze gedachten hebben ons hele leven in hun handen.

Stel nu dat we niet met onze gedachten erbij zijn en daardoor verkeerde dingen doen en verkeerde dingen zeggen, dan kan het niet anders dan dat miserie volgt, net zoals een beest die dezelfde kar blijft voort trekken.

मनःपूर्वङ्गमा धर्मा मनःश्रेष्ठो मनोमयाः ।

मनसा चेत्प्रदुष्टेन भाषते वा करोतवा ।

ततो एनं दुःखमन्वेतच्चिक्रमवि वहतः पदम्

॥ १ ॥

Wie we vandaag zijn is het overschot van wat we gisteren allemaal dachten. En de toekomst komt puur uit wat we vandaag aan het denken zijn. En het gaat zo maar eindeloos door! Onze gedachten sturen ons hele leven.

Stel nu dat we ons volledig toelagen op wat we aan het denken zijn. Dan kunnen we onze gedachten in handen nemen in plaats van



omgekeerd en ook ons leven. Een zalig gevoel dat je bijblijft als een schaduw.

मनःपूर्वङ्गमा धर्मा मनःश्रेष्ठा मनोमयाः ।

मनसा चेत्प्रसन्नेन भाषते वा करोतवा ।

तत एनं सुखमन्वेतच्छ्रायेवानपायिनी ॥ २॥

“Hij heeft mij beledigd, hij heeft mij pijn gedaan, hij heeft mij vernederd, hij heeft iets van mij afgepakt.” Die gedachten zijn als een soort van lijm voor haat.

अक्रोशति मां अवधी मां अजैषीत् मां अहार्षीत् मे । ये च  
तदुपनहयन्तवैरं तेषां न शाम्यति

॥ ३॥

“Hij heeft mij beledigd, hij heeft mij pijn gedaan, hij heeft mij vernederd, hij heeft iets van mij afgepakt.” Die gedachten niet meer denken en de haat valt van u af op de grond.

अक्रोशति मां अवधीत् मां अजैषीत् मां अहार्षीत् मे ।

ये तन्नोपनहयन्तवैरं तेषूपशाम्यति ॥ ४॥

Haat kan je niet verslaan door meer haat: alleen liefde kan haat overheersen. Dat is voor eeuwig

en altijd de manier.

नह्वैरेण वैराणी शाम्यन्तीह कदाचन ।

अवैरेण च शाम्यन्तीष धर्मः सनातनः ॥ ५॥

Het is om met elkaar in harmonie samen te leven dat we hier op deze planeet zitten; veel mensen beseffen dat niet en strijden en vechten tegen elkaar over kleine en grote dingen.

परे च न वजानन्तवियमत्र यस्यामः ।

ये च तत्र वजानन्ततितः शाम्यन्ति मेधगाः

॥ ६॥

Alleen maar leven voor pleziertjes koste wat het kost, zonder appreciatie over wat je allemaal opeet, op automatische piloot met niets dat je zelf zou willen doen, geen enkele kracht put uit uw idealen – dat is MARA die U leidt: letterlijk alleen maar bewegen voor uw eigen verleidingen.

शुभमनुपश्यन्तं वहिरन्तमन्द्रियेषु असंवृतम् ।

भोजनेऽमात्राज्जं कुसीदं हीनवीर्यम् ।

तं वै प्रसहतभारो वातो वृक्षमवि दुर्बलम् ॥ ७॥

Leven voor iets anders dan pleziertjes, genoeg zijn voor uzelf en tevreden zijn met uzelf, nadenken over wat je eet, beseffen wanneer iets misschien al teveel van het goeie is, geloven en vertrouwen in uw idealen – dat is zo sterk zijn als een rots in de branding.

अशुभमनुपश्यन्तं वहिरन्तं इन्द्रियेषु सुसंवृतम् ।

भोजने च मात्राज्जं श्रद्धामाराब्धवीर्यम् ।

तं वै न प्रसहते मारो वातः शैलमवि पर्वतम् ॥ ८॥

Als iemand een ineens een gele tuniek aantrekt net als een monnik, maar in gedachten nog niet genoeg is voor zichzelf en niet tevreden met zichzelf, niet op een letterlijke manier eerlijk is met zichzelf en met de wereld, dan is die persoon de tuniek niet waard.

अनपिक्षायः काषायं यो वस्त्रं परध्यास्यति ।

अपेतो दमसत्याभ्यां न स काषायमर्हति ॥ ९॥

Iemand die puur is en tot in het binnenste van hun ziel kracht put uit hun idealen en daar ook volledig naar leeft, die genoeg is voor zichzelf en tevreden met zichzelf, eerlijk met zichzelf en de wereld; die persoon is het waard om de gele tuniek te dragen.

यश्च वान्तकषायः स्यात् शीलेषु सुसमाहृतिः ।

उपेतो दम-सत्याभ्यां स वै काषायमर्हतः ॥ १० ॥

Leven alsof wat niet bestaat wél bestaat, en denken dat wat wél bestaat helemaal niet bestaat, trekt U constant verder weg van Waarheid. Het is gewoon leven in constante absurditeit.

असारे सारमतयः सारे चासारदर्शनिः ।

ते सारं नाधगिच्छन्तमिथियासङ्कल्पगोचराः ॥ ११ ॥

Weten wat écht is en tegelijk weten dat wat niet echt is niet bestaat, het lijkt misschien simpel maar dat is de manier om Waarheid te bereiken. Dat onderscheid maken voor uzelf in uw gedachten, dat is veilig zitten op weg naar de juiste gedachten.

सारं च सारतो ज्ञात्वा असारं च असारतः ।

ते सारं अधगिच्छन्तसिम्यक्-सङ्कल्प-गोचराः ॥ १२ ॥

Zet de pannen maar klaar als het regent in een huis met een kapot dak, de regen druipt er door. Met uw gedachten is het net hetzelfde: verleidingen, verslavingen en passies kunnen uw gedachten overnemen. Bescherm je gedachten,

blijf wakker en bewust, doe wat je doet.

यथागारं दुश्छन्नं वृष्टिः समतविधियति ।

एवं अभावति चित्तं रागः समतविधियति ॥ १३ ॥

Een sterk dak laat geen regen door; blijf wakker en bewust, dan sijpelen er geen verleidingen, verslavingen en passies door in je gedachten.

यथागारं सुच्छन्नं वृष्टिर्न समतविधियति ।

एवं सुभावति चित्तं रागो न समतविधियति ॥ १४ ॥

Het zou kunnen dat je zwaar afziet in deze wereld, het kan ook zijn dat je afziet in de volgende wereld: iemand die kwaad blijft doen ziet af in allebei. Ze zien af, ze zijn aan het lijden en daar bovenop beklagen ze zichzelf wanneer ze beseffen wat ze allemaal verkeerd gedaan hebben.

इह शोचति प्रेत्य शोचति पापकारी उभयत्र शोचति ।

स शोचति स बहिन्यते दृष्ट्वा कर्म क्लृष्टमात्मनः ॥ १५ ॥

Het zou kunnen dat je gelukkig bent in deze wereld, en het kan ook zijn dat je pas gelukkig bent in de volgende wereld: iemand die goed doet is gelukkig in allebei. Zaligheid en tevredenheid

voor wie kan terugkijken op alle goeie dingen die hij of zij gedaan heeft.

इह मोदते प्रेत्य मोदते कृतपुण्य उभयत्र मोदते ।

स मोदते स प्रमोदते दृष्ट्वा कर्मवशुद्धिमात्मनः ॥ १६॥

Het zou kunnen dat je triestig bent in deze wereld, het kan ook zijn dat je triestig bent in de volgende wereld: iemand die slecht doet heeft verdriet in allebei. “Ik heb slecht gedaan” reclameren ze en ze blijven reclameren op weg naar nog meer verdriet.

इह तप्यति प्रेत्य तप्यति पापकारी उभयत्र तप्यति ।

पापं मे कृतमति तप्यति भूयस्तप्यति दुर्गतगितः ॥ १७॥

Het zou kunnen dat je vrij en blij bent in deze wereld, het kan ook dat je vrij en blij bent in de volgende wereld: iemand die goed gedaan heeft in hun leven voelt zich zalig, vrij en blij in allebei. “Ik heb goed gedaan”, denken ze bij zichzelf en ze worden hoe langer hoe blijer op het pad naar meer geluk.

इह नन्दति प्रेत्य नन्दति कृतपुण्य उभयत्र नन्दति ।

पुण्यं मे कृतमति नन्दति भूयो नन्दति सुगतगितः ॥ १८॥

Stel nu dat er iemand maar niet ophoudt met heilige woorden en regels, maar het blijft alleen bij woorden en doet niets; zo iemand is niet hun eigen koeien aan het tellen, maar die van hun meester.

बह्वीमपसिंहतिं भाषमाणः न तत्करो भवतनिरः प्रमत्तः  
।गोप इव गा गणयन् परेषां न भागवान् श्रामण्यस्य भवति॥  
१९॥

Stel nu dat er iemand alleen maar af en toe heilige woorden spreekt, maar ook écht leeft naar die woorden, vrij in gedachten, vrij van verleidingen en haat en illusie, niets constant aan het hunkeren doorheen de dag en daarna, dat is een bovenmenselijk en goddelijk leven.

अल्पमपसिंहतिं भाषमाणो धर्मस्य भवत्यनुधर्मचारी ।  
रागं च द्वेषं च प्रहाय मोहं सम्यक् प्रजानन् सुवमुक्तचित्तः  
।अनुपाददानः इह वाऽमुत्र वा स भागवान् श्रामण्यस्य भवति  
॥ २०॥

## N° 2: Erbij blijven

### २. अप्रमादवर्गः द्वितीयः

Opletten en erbij blijven is het pad van onsterfelijkheid: uw aandacht er niet bij houden is het pad van de dood. Mensen die opletten op wat ze doen en erbij blijven gaan nooit sterven, mensen die hun aandacht er niet bij houden en vanzelf doorgaan zonder nadenken zijn levend al zo goed als dood.

अप्रमादोऽमृतपदं प्रमादो मृत्योः पदम् ।

अप्रमत्ता न म्रियन्ते ये प्रमत्ता यथा मृताः ॥ १ ॥

Sommige mensen zijn al zodanig scherp en helder dat ze dit al door hebben. Zij die wijs en wakker en bewust zijn voelen hoe zalig het is om op het zogenaamde pad der Groten te zijn.

एतं वशिषतो ज्ञात्वाऽप्रमादे पण्डिता ।

अप्रमादे प्रमोदन्त आर्याणां गोचरे रताः ॥ २ ॥

Nu is het zo dat Nirvana op het einde van dat pad staat te wachten, de ultieme kalmte, vrede en eindeloze vreugde. Allemaal dankzij de gedachten hoog te houden met constante krachtige en diepe, diepe doorgronding.



ते ध्यायनिः साततकिा नत्तित्यं दृढपराक्रमाः ।

स्पृशन्तधीरा नरिवाणं योगक्षेमं अनुत्तरम् ॥ ३॥

Iemand met een sterk, sterk vertrouwen, die niet vergeet wat het hogere doel is, die het werk puur houdt en die voorzichtig naar alle mogelijke details kijkt van het werk, die dan ook perfect voor zichzelf zorgt en voor alles op zichzelf steunt, en die altijd aandachtig en bij de zaak blijft, zo iemand maakt glorieuze vooruitgang.

उत्थानवतः स्मृतमितः शुचकिर्मणो नशिम्पकारणिः ।

संयतस्य च धर्मजीवनोऽप्रमत्तस्य यथोभविरद्धते ॥ ४॥

Uw aandacht erbij houden, belangrijk;  
vertrouwen hebben, belangrijk; zelfvoorzienend  
zijn, belangrijk; genoeg zijn voor uzelf, belangrijk;  
dit alles creëert een eiland dat nooit kan  
overstromen.

उत्थानेनाऽप्रमादेन संयमेन दमेन च ।

द्वीपं कुर्वन्तमिधावी यं ओघो नाभकिरिति ॥ ५॥

Sommige mensen kan het zodanig weinig schelen  
en willen niet weten wie of wat ze schaden zodat  
ze verder kunnen gaan met het leven op