





**DE GEEST ZONDER HOUVAST**  
HET EINDE VAN WORDEN

Guy Eugène DUBOIS is eveneens de auteur van:

VIPASSANA BHAVANA

—Inzichtmeditatie—

ATTHAKAVAGGA

—De Vrede van de Boeddha—

SATTA-VISUDDHI

—De Zeven Zuiveringen—

DHAMMA

—Overdenkingen bij een Ultieme Werkelijkheid—

DHAMMAPADA

—Het Pad van Waarheid—

KHAGGAVISANA Sutta

PARAYANAVAGGA

—De Weg naar de Andere Oever—

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—

SATIPATTHANA

—Het Pad naar Zelfrealisatie—

EKAYANO MAGGO

—De Directe Weg—

SOTAPATTIMAGGA

—Het Pad van de Stroombetreder—

ANICCA

—Sleutel tot Bevrijding—

*JIJ BENT DE STROOM*

*DHAMMA-ZAADJES*

*— Deel I - II - III - IV - V - VI- VII - VIII - IX—*

*ASTAVAKRA GITA*

*—Het Lied van de Verguisde—*

*BEVRIJDING & ZELFREALISATIE*

*—De Woorden van de Astavakra Gita—*

*YATHA-BHUTA*

*—The True Nature of Reality—*

*HSIN HSIN MING*

*—Het Sacrale Niets—*

*KANCHUKA'S*

*—Versluierungen—*

*LĪLĀ*

*—Het Kosmische Spel van Leegte en Werkelijkheid—*

*BOEDDHA ZONDER MASKER*

*LĪLĀ*

*—The Cosmic Play of Emptiness & Reality—*

*DE STILTE VAN DE JHĀNA'S*

*—De Weg naar het Zien dat Bevrijdt—*

*DE ZESTIEN VIPASSANĀ-ÑĀṆA'S*

*—Van Vergankelijkheid Naar Bevrijding—*

*THE STILNESS OF THE JHĀNAS*

*—The Seeing that Liberates—*

*HET ONGEBORENE*

*Al deze boeken kunnen gratis gedownload worden  
op de site van de Yatha-Bhuta Academy  
<https://yatha-bhuta.com>*

*Evenals op de site van het Boeddhistisch Dagblad  
<https://boeddhistischdagblad.nl/>*



**DE GEEST ZONDER HOUVAST**  
HET EINDE VAN WORDEN

**Guy Eugène DUBOIS**

Dhamma  
books

• *Spirituele wijsheid is een geschenk dat met inzicht en mededogen gedeeld moet worden en niet uitgebuit voor vulgair persoonlijk gewin.*

*Wanneer wijsheid gecommmercialiseerd — 'vermarkt' — wordt, verliest ze haar zuiverheid en verwordt ze tot koopwaar, waardoor diepgaande inzichten een taxatie krijgen, wat hun transformerende kracht ondermijnt. •*

(Guy E. Dubois)

Om deze reden mag dit boek vrij gereproduceerd, gebruikt en verspreid worden — via elk medium of bestandsformaat — mits inachtneming van de clausules van de copyright licentie (CC BY-NC-SA 4.0) van Creative Commons Belgium



D/2026/Guy Eugène Dubois, uitgever  
Zomerlaan 8/101 - 2580 Beerzel, België  
gdubois.dhammadbooks@gmail.com  
<https://yatha-bhuta.com>

Vormgeving, Prepress, Design & Cover: GD  
Tekstcorrectie: Jan Dewitte  
Gezet in Helvetica Neue  
Papier: HVO wit FSC  
Druk: Brave New Books, Rotterdam, NL  
ISBN: 9789465464985 | NUR-Code: 718

• *De verschijnselen zó diep onderzoeken dat elke behoefte aan een blijvende essentie wegvalt.* •

GD



## INHOUD

INHOUD	11
INLEIDING	13
DEEL I — DE CONTEMPLATIEVE ANALYSE	17
HOOFDSTUK I — HET ONGEBORENE	19
HOOFDSTUK II — VRIJ VAN CONDITIONERING	57
HOOFDSTUK III — ONTKOMEN	77
HOOFDSTUK IV — ZICHTBAAR WORDEN	81
HOOFDSTUK V — VOORBIJ METAFYSICA	89
HOOFDSTUK VI — DE VINGERS EN DE MAAN	103
HOOFDSTUK VII — ZONDER IDENTITEIT	111
HOOFDSTUK VIII - ZONDER HOUVAST	117
DEEL II — DE CONTEMPLATIEVE BEOEFENING	125
HOOFDSTUK IX - HINDERNISSSEN & WORDEN	127
HOOFDSTUK X - VERSTILLING	141
HOOFDSTUK XI - HET DIRECTE ZIEN	151
HOOFDSTUK XII - HET ONGEBORENE	161
BIBLIOGRAFIE	169
VOETNOTEN	173



## INLEIDING

De menselijke geest is zelden werkelijk stil. Zelfs wanneer het lichaam rust, blijft de geest bewegen: denken, verlangen, herinneren, plannen, vergelijken, hopen, afwijzen, vrezen, en vasthouden.

Bij nader kijken lijkt die voortdurende beweging bijna onafgebroken. Alsof de geest zichzelf moment na moment opnieuw probeert te bevestigen, te beschermen of te vervolledigen.

Binnen het vroege boeddhisme wordt deze beweging niet gezien als een persoonlijke fout of moreel tekort, maar als een proces van conditionering.

De geest raakt voortdurend verstrikt in verlangen, identificatie, weerstand en onwetendheid, waardoor een voortdurende stroom van 'worden' ontstaat.

Niet alleen in de betekenis van wedergeboorte van leven tot leven, maar ook psychologisch: telkens wanneer de geest zich vastzet in ervaring, wordt opnieuw een vorm van 'ik', 'mij' of 'mijn' geboren.

Vanuit dat perspectief verschuift meditatie fundamenteel van betekenis.

Meditatie wordt dan niet louter een techniek om rustiger te worden, noch een methode om bijzondere bewustzijnstoestanden te bereiken. Zij wordt een rechtstreeks onderzoek naar de aard van ervaring zelf.

Een stil en aandachtig kijken naar hoe verlangen ontstaat, hoe gehechtheid zich vormt, hoe identificatie verschijnt, en hoe lijden zich telkens opnieuw conditioneert. Dit boek vertrekt daarom niet vanuit metafysische speculatie, maar vanuit directe ervaring.

Niet de vraag “Wat is de ultieme werkelijkheid?” staat centraal, maar eerder: hoe ontstaat innerlijke onrust? Hoe ontstaat gehechtheid? Hoe ontstaat psychologisch worden? En kan dat proces ook tot rust komen?

Binnen de vroege Dhamma ligt bevrijding immers niet in het verwerven van een nieuwe identiteit, een hogere spirituele status of een metafysisch inzicht waarin een eeuwige essentie ontdekt wordt.

De nadruk ligt eerder op het geleidelijk uitdoven van datgene wat lijden voortdurend voedt: begeerte (taṇhā; tṛṣṇā), gehechtheid (upādāna; id.), identificatie en onwetendheid (avijjā; avidyā).

Deze contemplatieve weg ontvouwt zich geleidelijk.

Aanvankelijk leert de beoefenaar de grove bewegingen van de geest herkennen: verlangen, weerstand, traagheid, onrust en twijfel.

Binnen het boeddhisme worden deze bewegingen de Vijf Hindernissen (pañca nīvaraṇāni; pañca nivāraṇāḥ) genoemd. Deze obstakels verduisteren de helderheid van de geest en houden het proces van psychologisch 'worden' (bhava; id.)<sup>1</sup> in stand.

Wanneer deze hindernissen geleidelijk verstillen, ontstaat ruimte voor diepere concentratie en innerlijke stabiliteit. Binnen de vroege Dhamma worden de jhāna's beschreven als staten van verstilling, concentratie en verfijning van de geest.

Toch vormen ook zij geen einddoel. De jhāna's zijn geen metafysische werkelijkheden en evenmin spirituele prestaties die bezit kunnen worden. Zij vormen eerder een verfijnde en heldere basis van waaruit inzicht mogelijk wordt.

Vanuit die verstilling kan vipassanā zich ontvouwen: het directe inzicht in vergankelijkheid (anicca; anitya), onbevredigendheid (dukkha; duḥkha) en niet-zelf (anattā; anātman).

De beoefenaar begint dan niet alleen te begrijpen, maar rechtstreeks te zien dat alle geconditioneerde verschijnselen afhankelijk ontstaan van oorzaken en voorwaarden, voortdurend veranderen en nergens een blijvende kern bevatten. Door dit inzicht begint de greep van identificatie langzaam te verzwakken.

Wat eerst als een vaste identiteit werd ervaren, blijkt bij nader inzicht eerder een dynamisch proces van conditionering te zijn.

Gedachten verschijnen en verdwijnen. Emoties verschijnen en verdwijnen. Zelfs bewustzijn verschijnt afhankelijk van voorwaarden.

Nergens wordt uiteindelijk een onafhankelijke, blijvende essentie gevonden die het geheel bezit of controleert.

Binnen het vroege boeddhisme verwijst bevrijding daarom niet noodzakelijk naar het ontdekken van een absolute metafysische werkelijkheid achter de verschijnselen, maar eerder naar het uitdoven van het grijpen waardoor de geest zichzelf voortdurend opnieuw conditioneert.

Vanuit dat perspectief krijgt ook het begrip 'het Ongeborene' (ajāta; id.) een bijzondere betekenis.

Het Ongeborene verwijst niet naar een verborgen eeuwige substantie of een kosmisch Zelf, maar naar datgene wat zichtbaar wordt wanneer conditionering, gehechtheid en 'worden' tot rust komen.

Niets nieuws wordt verworven. Eerder dooft iets uit.

Dit contemplatieve onderzoek ontvouwt zich in dit boek geleidelijk in twee bewegingen.

Eerst wordt onderzocht hoe de geest zich voortdurend vastzet in verlangen, metafysisch grijpen, identificatie en psychologisch 'worden'.

Vervolgens verschuift de aandacht naar de contemplatieve beoefening zelf: het rechtstreeks herkennen van hindernissen, de verstilling van de geest, het direct zien van ervaring en het langzaam uitdoven van datgene wat voortdurend probeert opnieuw te worden.

Deze hele contemplatieve weg kan men eenvoudig samenvatten als een geleidelijk verstillen van alles waaraan de geest zich voortdurend probeert vast te klampen.

En waar dat grijpen volledig ophoudt, daar komt ook het 'worden' tot rust. Daar ontvouwt zich het Ongeborene. Het Ongeconditioneerde. Nibbāna (nirvāṇa).

Guy  
Beerzel, juni 2026

## DEEL I – DE CONTEMPLATIEVE ANALYSE

De hoofdstukken die nu volgen onderzoeken hoe de geest zichzelf voortdurend conditioneert via verlangen, gehechtheid, identificatie en psychologisch 'worden'.

Daarbij verschuift de aandacht niet naar metafysische speculatie over een ultieme werkelijkheid, maar naar het directe contemplatieve onderzoek van ervaring zelf.

Want pas wanneer zichtbaar wordt hoe gebondenheid ontstaat, kan ook de mogelijkheid van bevrijding langzaam zichtbaar worden.





## HOOFDSTUK I — HET ONGEBORENE

In mijn vorige boek *“Het Ongeborene”* <sup>2</sup> onderzocht ik uitvoerig wat deze term binnen de vroege Dhamma kan betekenen.

Dat onderzoek keert hier terug, niet als herhaling, maar als noodzakelijke grond voor wat in dit boek verder ontvouwd wordt.

Want zolang het Ongeborene verstaan wordt als een metafysisch beginsel dat voorbij de wereld verborgen zou liggen, als een blijvende essentie die in alle verschijnselen aanwezig zou zijn, of als een absolute bewustzijnsgrond waarin het individuele bestaan uiteindelijk oplost, blijft de betekenis van bevrijding binnen het vroege boeddhisme onvermijdelijk verduisterd.

Binnen de vroege Dhamma wordt het Ongeborene immers niet voorgesteld als een eerste oorzaak, een eeuwige substantie of een transcendente werkelijkheid die achter de vergankelijke verschijnselen schuilgaat.

Het verwijst evenmin naar een verborgen zelf, een vaste kern of een onveranderlijke identiteit die ontdekt of gerealiseerd moet worden. Ook wordt het niet beschreven als een universeel of absoluut bewustzijn waarin alle dualiteit uiteindelijk oplost.

Wanneer dergelijke voorstellingen op het Ongeborene geprojecteerd worden, ontstaat gemakkelijk de indruk dat bevrijding zou neerkomen op het terugkeren naar een metafysische oorsprong of het versmelten met een ultieme werkelijkheid. Maar precies dat soort speculatieve opvattingen laat de Boeddha in de vroege teksten consequent los.