DHAMMA-ZAADJES

DEEL XI

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—

DHAMMA-ZAADJES
—Deel I - II - III - IV - V - VI - VII - VIII - IX & X—

JIJ BENT DE STROOM

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
—Versluieringen—

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—

BEYOND BUDDHISM
—Rediscovering The Original Dhamma—

DE ZESTIEN VIPASSANĀ-ÑĀṆAS
—Van Vergankelijkheid naar Bevrijding—

THE SIXTEEN VIPASSANĀ-ÑĀṆAS
—From Impermanence to Liberation—

THE STILNESS OF THE JHĀNAS
—The Seeing that Liberates—

HET ONGEBORENE

DE GEEST ZONDER HOUVAST
—Het Einde van Worden—

THE MIND WITHOUT FOOTHOLD
—The End of Becoming—

VOORBIJ BOEDDHISME
—Naar het Hart van Dhamma—

ONTWAKEN
—Het Einde van Dukkha—

AWAKENING
—The End of Dukkha—

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

Evenals op de website van het Boeddhistisch Dagblad
https://boeddhistischdagblad.nl/

DHAMMA-ZAADJES

DEEL XI

Guy Eugène DUBOIS
Voorwoord door Nils Vandevijvere

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.

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.dhammabooks@gmail.com
https://yatha-bhuta.com

Vormgeving, Prepress & Design: GD
Tekstcorrectie: Jan Dewitte
Coverfoto: Eva Van Tulden
Gezet in Helvetica Neue
Papier: Biotop crème FSC
Druk: Brave New Books, Rotterdam, Nederland
ISBN: 9789465548500 | NUR-Code: 718

‘Dukkha begrijpen.
De oorzaak van dukkha loslaten.
De beëindiging van dukkha realiseren.
En het pad ontwikkelen dat naar die beëindiging leidt.’

Dhammacakkappavattana Sutta
Saṁyutta Nikāya 56.11

INHOUD

INHOUD **11**

VOORWOORD **15**

INLEIDING **19**

DHAMMA-ZAADJES **25**

De Boeddha is een leraar, geen profeet 25
Voorbij het meest Verhevene 28
De illusie achter het denken 31
Bevrijding kent geen dualiteit 33
Pāli leren 34
Wanneer het 'ik' zijn houvast verliest 36
Verfijning van denken is geen bevrijding 38
De leraar die zichzelf overbodig maakt 40
Wat niet blijft 42
Samādhi brengt het grijpen tot rust 43
Wanneer het hart ontwaakt – saṃvega 44
De Vijf Overdenkingen 46
Het Ongeborene en de Vijf Hindernissen 47
Geen 'ik' in het midden 50
De Boeddha keek en zag… 51
Zelfs de Dhamma en de Boeddha loslaten 52
Structuren zijn geen inzicht 54
Wanneer niets ontbreekt, maar niets volstaat 56
De Middenweg in tijden van conflict 58
Dhamma laat zich niet opdelen 60
Zonder iemand 62
Dogma versus inzicht 64
Het geborene en het Ongeborene 66
Het Ongeborene verschijnt niet 68
Kijk zélf. Niet via de blik van een ander 70
Als structuren hun vanzelfsprekendheid verliezen 72
Wanneer het Ongeborene zich ontvouwt 73
Waar alles samensmelt in ontstaan en vergaan 75
Waar het 'worden' ophoudt 77
Upekkhā als ontwakingsfactor 79
Ook verwarring behoort tot het pad 83

Alles begint met aandacht 84
Geen Houvast 85
Direct zien 86
Leegte als bevrijdend zien 88
Het Ongeborene en de Vier Edele Waarheden 92
Als zelfs het Pad verdwijnt… 95
Wat werkelijk telt 96
Geen eerste oorzaak, geen schepper 98
Een onbruikbaar ding 101
Graaf de wortel van verlangen op 102
Vier synoniemen voor één bevrijding 103
Het openen van het Dhamma-oog 107
De Vier Edele Waarheden als levende ervaring 110
De laatste schuilplaats van het denken 113
Het veld voorbereiden 115
Waar niets vaststaat, ontvouwt zich alles 117
Waar overtuiging plaats maakt voor inzicht 119
Het onderscheid tussen dorst en toewijding 122
Als er geen 'zelf' is, wat sterft er dan? 124
Zonder 'zelf', wat gebeurt er dan met kamma? 127
Zonder zelf, toch verantwoordelijkheid 129
Perceptie 130
Geboren in elk moment 131
Gedachten zonder een denker 133
Een golf 134
De tilakkhaṇa zien is yathābhūta 135
Niet geloven, maar doorzien 137
Het wereldse pad en het bovenwereldse pad 138
Niet God, Niet Brahman, Niet Līlā 140
Gedachten ontstaan en vergaan 144
Niets meer om aan vast te houden 145
Geen antwoord 146
Verlangen loslaten 147
Waar stilte wijst en denken loslaat 149
Wat altijd vrij was… 151
Een spirituele vriend 152
Anattā en mededogen 154
In waarheid samen 156
Woorden en het Pad 157

Een meditatie over inzicht en het Ongeborene 158
Breng je geest tot rust 162
Geboorte en sterven in dit moment 165
Waar verbeelding vervaagt en doorzien overblijft 166
Waarheid laat zich niet vangen in tijd 168
Jezelf bestuderen, is jezelf vergeten 170
Begoocheling 172
Wanneer het ‘ik’ wegvalt, dooft het lijden 174
Anders Zien 176
Wakker worden 178
En zelfs dat is al te veel gezegd 180
Waar geen “ik” wordt gevonden 182
Ik ook 184
Geen enkele structuur is bevrijding 189
De natuur van de vormen 191
Het lichaam zonder verfraaiing 193
Niets dan wat verschijnt 196
Leef in het nu. 197
Wat bewaart, kan ook versluieren 200
Sati en mindfulness 202
Er valt geen tijd te verliezen 204
De Dhamma is geen verklaring van de wereld 207
Laat de Dhamma Dhamma zijn 209
Waaraan herken je de Dhamma? 212
Ontwaken is niet esoterisch 214
Ik, mij, mijn 216
Geen gesloten vuist 218
Vrees de dood niet 220
Dhamma is niet worden. Maar gewoon loslaten 223
Yathābhūta — Zoals het werkelijk is 225
De vergankelijkheid van vorm 227
Terug naar wat essentieel is 229
Erkenning of herkenning 232
Een andere geschiedenis (I) 235
Niet alleen geschiedenis (II) 237
Een persoonlijke geschiedenis (III) 239
Het oude pad. De Boeddha. En wij. 242
Het einde van worden 244

VOORWOORD

Mijn zoektocht naar manieren om met perfectionisme, faalangst en een voortdurend eroderend, ondermijnend zelfbeeld om te gaan, bracht mij enkele jaren geleden bij de theorie en praktijk van mindfulness, en zoals dat wel vaker gebeurt, kwam van het één het ander.

Ik vond veel soelaas en verheldering in de bestudering en (nog belangrijker) de beoefening van mindfulness en meditatie en het duurde niet lang voor ik mij op een steeds verder verdiepend *spiritueel* pad begaf.

Mijn eerste kennismaking met de dhamma (met boeddhisme in het algemeen) was dankzij een boekje van Alan Watts: *'Buddhism. Religion of no religion'* (1996). Hierin las ik pas voor het eerst over de Vier Nobele Waarheden en het Achtvoudige Pad en ik werd omver geblazen door de eenvoud en haast onmiddellijke toepasbaarheid van Gotama's synthese en inzichten. Inzichten die blijkbaar al meer dan 2500 jaar bestonden, ontwikkeld werden en waar het bij één van de gekendste en grootste spirituele tradities in de wereld—ondanks de diversiteit—allemaal om draait. Who knew??

Voor iemand die nochtans al heel wat filosofie en psychologie had bestudeerd—en al bijna 15 jaar werkzaam was als vrijzinnig humanistisch consulent bij het *huisvandeMens*—was het toch wel enigszins verrassend dat ik dit toen pas ontdekte. Het zegt misschien ook wel iets over hoe weinig dit nog ingebed is in onze opvoeding of cultuur.

Ik kon er in elk geval metéén heel wat van mijn eigen (existentiële) 'lijden' onder plaatsen en plots werden veel —tot dan eerder verborgen—processen en dynamieken

glashelder. Ik kreeg een prachtige nieuwe richting aangewezen en eindelijk wist ik wat mij 'te doen' stond: leren 'kijken' en bevrijding van *dukkha* realiseren.

Als je in onze contreien op zoek gaat naar degelijke bronnen en informatie rond boeddhisme en de Dhamma kom je—ik althans—onvermijdelijk al snel terecht bij Guy Dubois en zijn prachtige werken.

Niet alleen bleek hij (toen) al meer dan 35 (!)—intussen zijn er nog meer bijgekomen—boeken te hebben geschreven. Hij stelde—en stelt—deze ook nog eens allemaal gratis ter beschikking in pdf. Het was de eerste keer dat ik ooit in een boek las dat alles wél vrij gereproduceerd en gekopieerd mocht worden—dit in de geest van geen eigendom te claimen op de Dhamma en om de intenties helemaal zuiver te houden. Prachtig!

Omdat ik echter nog altijd een grote liefhebber ben van fysieke boeken en ik ontdekte dat Guy de meeste van zijn boeken ook in fysieke vorm te koop aanbood, bestelde ik zijn *'Dhamma. Overdenkingen bij een ultieme werkelijkheid'* (2019) als eerste fysieke exemplaar.

Het verslinden van dit boek was heel gemakkelijk omdat ik bij elke zin en elke paragraaf zo onder de indruk was van zijn eruditie, grondigheid en helderheid. De meer dan 1000 noten achteraan vormden op zich al een volledig boek!

Hier was duidelijk een ontzettend bevlogen en ervaren onderzoeker en (ver)kenner aan het woord, met (vrije) geest en hart op de juiste plaats. Ik voelde me voortdurend in verbinding staan met misschien wel een van de best mogelijke bronnen die je rond Dhamma kan vinden.

Na dit boek kocht en las ik nog verschillende andere van zijn boeken en telkens bleef de diepgang, helderheid en zuivere intentionaliteit me meeslepen.

Dat het allemaal vanuit een volledig vrijzinnig, non-sectair perspectief werd geschreven, maakte het plaatje helemaal compleet. Net zoals Guy ben ik óók sterk allergisch aan dogmatiek, sektarisme, nodeloze ritualistiek of conceptueel geneuzel. Over de bron kan niet gediscussieerd worden, over woorden, concepten en tradities wel.

Natuurlijk ontdekte ik ook al gauw zijn Dhamma-*Zaadjes*. Prachtige, inspirerende korte stukjes voor 'tussendoor'.

Ik vond zijn eerste volume al zo mooi en verrijkend, bleek dat er al tien van bestonden! (Ik denk stiekem dat Guy in een andere tijdsdimensie leeft, want hoe hij erin slaagt al die werken te (blijven) produceren is me een echt raadsel).

Hoe dan ook, zijn bevlogenheid voel je bij élke zin die je leest in élk van zijn werken.

Nu heeft Guy een elfde editie klaar van de 'Zaadjes' en net zoals alle andere kan ik het ook nu niet anders zien en omschrijven dan een verzameling prachtige inspirerende richtingaanwijzers en alweer een mooie aanvulling van zijn 'oeuvre'.

Het blijft Guy ook enorm sieren dat het nooit om de teksten zelf gaat, noch om hem als auteur. Guy zoekt duidelijk geen erkenning, geen accolades. Zijn interesse is telkens opnieuw dat wat kan bijdragen of helpen om in de juiste richting te 'kijken'. Datgene waarnáár het ge-

schrevene of gesprokene verwijst en wat ertoe kan bijdragen om zélf te kunnen zien, onderzoeken en ervaren.

In een sterke woord- en egogedreven cultuur—en wereld—is dit een enorme verademing en het maakt zijn werk daarom zo universeel.

Er zijn—net zoals voor de dhamma zelf—nooit genoeg woorden om de diepte en rijkdom van Guy's Dhamma-Zaadjes te omvatten, maar dat ik heel blij ben dat hij ze blijft verzamelen en uitgeven en dat ze tot bij mij zijn geraakt en mij blijven inspireren, daar is geen enkele twijfel over.

Moge dit ook voor jou zo zijn en mogen ze op jouw manier mooi tot bloei komen.

Nils Vandevijvere
Antwerpen, 9 oktober 2026

Nils Vandevijvere is muzikant, filmmaker en vrijzinnig humanistisch consulent bij het huisvandeMens Antwerpen. Hij studeerde film aan de Luca School of Arts en Moraalwetenschappen aan Ugent.

INLEIDING

Met dit elfde deel stroomt de reeks Dhamma-Zaadjes verder—woorden die niet geschreven zijn om zich aan vast te klampen, maar om ruimte te maken voor wat rechtstreeks gezien kan worden.

Dag na dag worden deze Dhamma-Zaadjes gedeeld met de leden en sympathisanten van de Antwerpse saṅgha 'Boeddha in de Stad'. Soms kort en eenvoudig, soms wat uitvoeriger, proberen ze de Leer van de Boeddha dicht bij het geleefde leven te brengen. Niet als een verzameling ideeën, maar als een uitnodiging tot kijken, voelen en begrijpen.

De vorm waarin een zaadje verschijnt, ligt nooit vooraf vast. Het kan ontstaan vanuit een uitspraak van de Boeddha, een gedicht, een beschouwing, een antwoord op een vraag of een spontane gedachte die woorden vindt. Niet de vorm verbindt deze teksten met elkaar, maar de richting waarin ze wijzen: naar de ervaring zelf.

Ook in dit deel krijgen de *Pāli*-termen die in de teksten voorkomen bijzondere aandacht. Waar ik dit zinvol vind, wordt ook het *Sanskriet*-begrip vermeld, als een discrete verwijzing naar de verwantschap die over verschillen in taal en traditie heen herkenbaar blijft.

Deze oude woorden laten zich niet volledig in een vertaling onderbrengen. Hun betekenis reikt verder dan het begripsmatige: ze kunnen verwijzen naar een houding, een wijze van kijken, een inzicht dat rechtstreeks ervaren wordt. Door ze kort toe te lichten, wil ik niet zozeer kennis toevoegen, maar vooral ruimte scheppen waarin herkenning mogelijk wordt.

Want pas wanneer woorden werkelijk worden begrepen *—jānāmi passāmi—* wijzen ze voorbij zichzelf, naar wat rechtstreeks ervaren kan worden. Wat zij aanwijzen, kan niet louter intellectueel worden geleerd, maar moet zelf gezien en gekend worden.

Bij het samenstellen van deze bundel werd opnieuw gezocht naar een evenwicht tussen eenvoud en diepgang, tussen toegankelijkheid en verfijning.

Onze *saṅgha* bestaat immers uit mensen met verschillende achtergronden, ervaringen en graden van vertrouwdheid met de Dhamma, en juist die verscheidenheid geeft haar kleur en frisheid.

Wie beoefent, ongeacht hoe lang of intensief, kent de kwetsbaarheid die bij het beginnen hoort en weet hoe belangrijk volharding *(adhiṭṭhāna)* op dit pad is. Niet als gespannen wilskracht of geforceerde inspanning, maar als de rustige bereidheid om telkens opnieuw te kijken.

Dhamma verwijst daarbij niet uitsluitend naar de Leer die door de Boeddha werd onderwezen. Die Leer nodigt uit om verschijnselen te onderzoeken zoals ze werkelijk zijn *—yathābhūta:* niet vanuit ideeën, voorstellingen of overtuigingen, maar door rechtstreeks hun ontstaan en vergaan te zien.

Daarom ligt het zwaartepunt bij persoonlijke ervaring.

Geen enkele uiterlijke autoriteit kan het eigen zien en doorgronden vervangen. Er valt nergens een vaste grond te onderkennen waaraan we ons kunnen vastklampen. Grenzen, rollen en identiteiten bieden finaal geen bescherming of zekerheid.

En toch—of net daarom—blijven we dit pad bewandelen.

Met een open geest en een kritische blik. Met ruimte voor twijfel wanneer twijfel nodig is, maar ook met een diep verlangen om te zien wat zich werkelijk voordoet. Niet zomaar geloven omdat iets gezegd wordt, maar kijken. Niet volgen omdat iemand voorgaat, maar zelf onderzoeken en ontdekken.

Zelf onderzoeken betekent in de eerste plaats dat we onze eigen overtuigingen, voorkeuren en interpretaties niet ongemerkt tot waarheid verheffen. Ook zij moeten worden bekeken, bevraagd en getoetst aan wat zich werkelijk presenteert. Zo blijft de beoefening open: niet vasthouden aan wat we denken te weten, maar telkens opnieuw kijken naar wat ontstaat, verandert en verdwijnt.

Binnen onze *saṅgha* krijgt daarom geen enkele vorm een absolute betekenis. Structuren kunnen ondersteunen en richting geven, maar zodra zij het zicht op de ervaring beginnen te vertroebelen, moeten ook zij worden losgelaten. Zonder schroom. Inzicht woont immers niet in systemen; het ontstaat in het rechtstreeks persoonlijk waarnemen van wat zich toont.

Daarom kiezen we bewust voor een beoefening zonder dogmatische of sektarische begrenzing—open en onderzoekend, en wanneer dat nodig is tegen de stroom in: *paṭisotagāmī*.

Een *saṅgha* wordt niet gevormd door ideeën alleen, maar door mensen—door lichamen die ademen, voelen, vallen en weer opstaan *(kāyena).* Mensen die midden in het gewone leven telkens opnieuw proberen niet te ver-

harden, maar ontvankelijk te blijven. Niet door zich tegen *dukkha* te verzetten, maar door *dukkha* aandachtig te onderzoeken en te trachten te doorzien.

Op dit pad kan een stille vreugde ontstaan. Geen opwinding die moet worden gezocht of vastgehouden, maar een subtiele helderheid die groeit wanneer loslaten natuurlijker wordt. *Pīti* en *sukha* zijn dan wel geen doelen die bereikt moeten worden, maar kwaliteiten die spontaan kunnen meeklinken wanneer aandacht en inzicht zich verdiepen.

Wat we beoefenen is daarom noch pessimistisch, noch nihilistisch. Het is een keuze voor helderheid en voor het eenvoudige vertrouwen dat dit bestaan onderzocht en doorgrond kan worden, wat het lijden van binnenuit verzacht.

Daarom oefenen we ons in eenvoud, stilte en dienstbaarheid—niet met de bedoeling iemand anders te worden, maar om steeds minder in de weg te staan van wat zich werkelijk kan ontvouwen.

Zo staan we niet buiten de wereld, maar midden erin. Als beoefenaars die het leven niet trachten te ontlopen, maar het rechtstreeks tegemoet treden. Stap voor stap, soms licht en moeiteloos, soms struikelend, ontdekken we hoe vreugde en inzicht elkaar voeden en dragen. Niets menselijks is ons vreemd.

De woorden die vanuit de *Pāli*-canon tot ons zijn gekomen, zijn daarbij geen eindbestemming. Het zijn richtingaanwijzers. Ze kunnen wijzen naar wat gezien moet worden, maar nooit het zien zelf vervangen. Daarom hoeven ze niet te verstarren tot doctrinaire overtuigingen

of systemen; ze mogen blijven ademen en telkens opnieuw worden onderzocht en verstaan in het licht van de directe ervaring.

Kijk daarom niet alleen naar de woorden, maar ook door de woorden heen. Onderzoek met aandacht en nieuwsgierigheid wat zij daadwerkelijk aanwijzen—als bakens die niet naar iets buiten jezelf verwijzen, maar naar wat in de onmiddellijke ervaring rechtstreeks gezien en onderzocht kan worden.

Het pad geeft richting. Hoe we het leren bewandelen, vergt telkens opnieuw aandacht, oefening en inzicht. Al gaande kan meer helderheid ontstaan. Ook door te aarzelen. Ook door te struikelen.

Loop daarom met open ogen het Middenpad dat de uitersten vermijdt en zich uitdrukt in een harmonische en inzichtelijke manier van leven. Een weg waarop verlangen wordt doorzien, gehechtheid wordt losgelaten en de beëindiging van *dukkha* wordt gerealiseerd.

Zelf verantwoordelijkheid nemen voor de beoefening is daarbij noodzakelijk. Niemand kan het zien en doorgronden van ons overnemen.

Daarom onderzoeken we, stellen we vragen, twijfelen we en verifiëren we zelf, zoals de oude *samaṇa's:* thuislozen, niet zozeer uiterlijk, maar vooral in de diepere betekenis van het woord—zonder ons blijvend in mentale verblijfplaatsen te nestelen.

De Boeddha volgen we dan ook niet als een autoriteit die achter ons staat en dogmatisch voorschrijft wat gedacht moet worden. Zijn onderricht nodigt ons uit om recht-

streeks te luisteren, te kijken en te begrijpen—eenvoudig, krachtig, tijdloos.

Vanuit diezelfde geest worden ook deze Dhamma-Zaadjes aangeboden: niet als antwoorden die moeten worden aangenomen, maar als uitnodigingen om zelf te kijken, te onderzoeken en te toetsen, zodat het pad *(magga)* zich kan ontvouwen en de vrucht *(phala)* onder de juiste voorwaarden kan rijpen.

De coverfoto van dit boek verwijst naar het engagement van Eva Van Tulden, die samen met ons de weg van de Dhamma bewandelt. Via haar initiatief '*Reach Out For A Cause*' onderneemt zij solofietstochten voor de mensenrechten en het behoud van de Tibetaanse taal en cultuur. De opbrengsten steunen projecten van de '*International Campaign for Tibet*'.

Haar inzet maakt zichtbaar wat 'Boeddha in de Stad' wil uitdragen. Niet wegvluchten uit de wereld. Niet onverschillig blijven tegenover het lijden. Maar aanwezig zijn. Met open ogen. Met een warm hart. Niet vanuit dogma. Maar vanuit betrokkenheid. Vanuit mededogen. Dhamma is geen afzondering van het leven. Ze staat er midden in. Ze hoeft niet verkondigd te worden om zichtbaar te zijn. Het volstaat dat iemand opstaat, op haar fiets stapt en handelt.

In stilte. In eenvoud. In dienstbaarheid.

Guy
Beerzel, oktober 2026

DHAMMA-ZAADJES

De Boeddha is een leraar, geen profeet

De Boeddha is geen profeet. Noch een god. Noch de zoon van een god. Hij is gewoon een mens. Weliswaar een groot Mens. Een Uitzonderlijk Groot Mens. Een *Mahapurisa.* Een Wijze. Een *Muni*. Een Leraar. Een Meester. Verlicht. Zelfgerealiseerd. Een Volledig Ontwaakte Edele Mens. Een *Sammasambuddha.*

De leer van de Boeddha *(buddhasasana)* is dan ook de leer van een Mens. Voor mensen. Voor allen die 'geen zand op de oogleden hebben'. Het is een Leer voor hen die door aandachtig én gelijkmoedig te 'kijken' naar de verschijnselen tot bevrijding willen komen.

De *buddhadhamma*—de leer van de Boeddha—staat niet voor blind geloof. Zijn leer is niet gebouwd op geboden, verboden en regels. Geen obscure, dreigende, eigenzinnige, tirannieke god die verdrijft en bestraft.

De Boeddha heeft nooit beweerd dat zijn ontwaken een moment was waarin allerlei goddelijke mysteriën aan hem geopenbaard werden. Toen hij zijn ontwaken beschreef aan de Vijf Asceten in Sarnath, zei hij dat hij een grote vrijheid van hart en geest had ontdekt: de complete bevrijding van de onvrede *(dukkha; duḥkha)* die verlangen (*taṇhā; tṛṣṇā*) met zich brengt. En deze bevrijding noemde hij 'de smaak van Dhamma.'

Zijn zelfrealisatie heeft hij bereikt door middel van persoonlijke observatie. Door forensisch onderzoek van zijn lichaam en geest. Door trial and error. Door zijn eigen ervaring was hij in staat om zich te bevrijden. Door zijn