

Facetten van het Boeddhisme
2.3.

De drie kenmerken van het leven

samengesteld door Nico Moonen

Copyright © 2023 / 2566

Het is toegestaan om elektronisch of in gedrukte vorm fragmenten van deze compilatie of de compilatie in zijn geheel over te nemen voor eigen gebruik, of ook met als doel ze met anderen te delen, uitsluitend voor gratis verspreiding en zonder commercieel oogmerk.

De drie kenmerken van het leven

Inleiding

Op zijn zoektocht naar het doodloze, de onvergelijkbare innerlijke vrede, ging Siddhattha in een lieflijk bos neerzitten aan de voet van een vijgenboom. Hij dacht er geconcentreerd na over ouderdom, geboorte en dood. Hij zag dat alles onderling afhankelijk is, dat alles oorzakelijk ontstaat en weer vergaat.

Anicca, vergankelijkheid

Het inzien van oorzakelijk ontstaan en vergaan leidt tot het inzien van het kenmerk van *anicca*, vergankelijkheid. Alles wat samengesteld is, is onbestendig, veranderlijk en vergankelijk. Niets dat en niemand die in het bestaan is getreden, blijft gelijk, blijft eeuwig bestaan. Ook de hoogste god zal eens van het goddelijk leven afscheid moeten nemen. Het bestaan is maar tijdelijk. - Dit is het kenmerk van *aniccā* (veranderlijkheid, vergankelijkheid).

Dukkha, onvoldaanheid

Het feit dat alles in dit leven constant verandert, dat niets gelijk blijft, is een oorzaak voor leed,

frustratie, *dukkha*. Dat is een ander kenmerk van het leven.

Meestal willen wij dat een bepaalde situatie zo blijft als ze is, dat ze niet meer verandert. Wie jong is, wil niet graag oud en gebrekkig worden. Wie sterk is, wil dat graag blijven. Maar door ziekte kan ook de sterke mens heel zwak worden.

Wij worden geboren, worden ouder en sterven. Tijdens dat hele proces hebben er onafgebroken veranderingen plaats. En wij kunnen er niet voor zorgen dat iets ongewijzigd blijft. Als wij dat wel willen, dan is dat alleen maar een bron van frustratie, leed, *dukkhā*.

De Boeddha zag niet alleen wat *dukkha* is, maar ook het ontstaan en de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en de manier hoe *dukkha* opgeheven kan worden. (Zie hierover: [De vier edele waarheden](#)).

Anattā, het kenmerk van niet-zelf

Na de toespraak over de vier waarheden onderwees de Verhevene de vijf asceten verder met de toespraak over het kenmerk van niet-zelf (*anatta*). Hij had er eerder al in het kort over gesproken met Mucalinda.

Het lichaam is niet-zelf, heeft geen blijvende kern, het is zonder levensbeginsel. De zintuigen hebben geen blijvende kern, ze zijn zonder levensbeginsel. Het geestelijke is zonder een blijvende kern, is zonder levensbeginsel.

Vorm (het lichaam) is niet-blijvend. En wat niet-blijvend is, dat is smartelijk. Wat niet-blijvend is, wat smartelijk is omdat het onderhevig is aan verandering, dat kan men niet als volgt beschouwen: "Dit is van mij, dit ben ik, dit is mijn zelf."

Op gelijke wijze is het met gevoel, waarneming, geestelijke formaties en bewustzijn. Ook daarvan kan men niet zeggen: "Dit is van mij, dit ben ik, dit is mijn zelf."

Wanneer een edele volgeling die de waarheid heeft vernomen, op die manier ziet, beschouwt hij vorm, gevoel, waarneming, geestelijke formaties en bewustzijn niet meer als zijn zelf. Hij beschouwt ze niet meer als zijn eigendom, eigent ze zich niet meer toe. Dan ebt de hartstocht weg. En met het wegebben van de hartstocht is hij bevrijd.

Niets is een zelfstandige, op zichzelf bestaande eenheid. Alles is aan oorzaken gebonden. Alles is op de een of andere manier veroorzaakt door meerdere dingen of omstandigheden. Zo kan water zich uiten als damp, sneeuw of ijs, al naargelang de omstandigheden. Zo is bijvoorbeeld muziek van een

cassetterecorder veroorzaakt. De muziek is niet zelfstandig, zit niet in de cassette en ook niet in de recorder noch in de elektriciteit die de recorder in beweging zet. Maar door diverse oorzaken wordt geluid geproduceerd. Er is geen zelfstandig iets.

De overweging van de onpersoonlijkheid, van leegheid is de bevrijding door inzicht dat alles leeg is van een zelf. Meditatie over leegheid is erg belangrijk en kan iemand leiden naar Ontwaking.

Deze drie kenmerken van het leven, - namelijk dat alle formaties vergankelijk zijn (*anicca*), dat alle formaties niet tevredenstellend zijn, dat ze aan leed onderworpen zijn (*dukkha*), dat alle dingen zonder een zelf zijn (*anattā*) - die kenmerken doorschouwde de Volmaakte en hij maakte ze duidelijk en openbaar. Ze zijn in veel toespraken behandeld en uitgelegd. Hij

legde ook uit dat er een manier is om aan *dukkha*, leed een einde te maken. Hij sprak met geleerden en koningen, maar ook met bedelaars en niet zo heel snuggere mensen. En soms begrepen de minder bedeelde zijn leer eerder dan de geleerde mensen.

NB. Uitvoerig worden de drie kenmerken behandeld in:

[9.2. De drie kenmerken van het leven: *dukkha*, *anicca*, *anatta*](#)

-o0o-