

Facetten van het Boeddhisme
5.2.2. (1-3)

Majjhima Nikāya

Vagga I-III (M.1-30)

samengesteld door Nico Moonen

Copyright © 2021 / 2564

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.

Majjhima Nikāya

Vagga I-III (M.1-30)

I. Mūlapariyāya-vagga: M.1-10 (M.I.1-10)

[M.1 \(M.I.1\)](#) Mūlapariyāya sutta. De wortel van alle verschijnselen.

[M.2 \(M.I.2\)](#) Sabbāsava sutta. Hoe de geest te reinigen van de smetten.

[M.3 \(M.I.3\)](#) Dhammadāyāda sutta. Erfgenamen van de leer; het beoefenen van eenzaamheid.

[M.4 \(M.I.4\)](#) Bhayabherava sutta. Onzuivere gedachten, woorden en daden brengen schade; overwinning van angst en vrees.

[M.5 \(M.I.5\)](#) Anangana sutta. Vier soorten mensen; schuldig - onschuldig.

[M.6 \(M.I.6\)](#) Ākankheyya sutta. Wees op de hoede voor de geringste fout.

[M.7 \(M.I.7\)](#) Vattha sutta (Vatthūpama sutta).

Gelijkenis van smerige stuk stof en de bevuilde geest

[M.8 \(M.I.8\)](#) Sallekha sutta. Opheffing van verkeerde inzichten - Uitwissing.

[M.9 \(M.I.9\)](#) Sammāditthi sutta. Juist inzicht; vier soorten voedsel.

[M.10 \(M.I.10\)](#) Satipatthāna sutta. De grondslagen van oplettendheid.

II. Sīhanāda-vagga: M.11-20 (M.II.1-10)

[M.11 \(MN.II.1\)](#) Cūlasīhanāda sutta. De ware monnik; vier soorten van asceten.

[M.12 \(MN.II.2\)](#) Mahāsīhanāda sutta. Over de bovennatuurlijke krachten, over de tien krachten van een Boeddha, over vier soorten van zekerheid, de vijf sferen van bestaan; de ascetische oefeningen van de Bodhisatta.

[M.13 \(MN.II.3\)](#) Mahādukkhakkhandha sutta. Over onvoldaanheid, lijden.

[M.14 \(MN.II.4\)](#) Cūladukkhakkhandha sutta. Korte toespraak over onvoldaanheid, lijden.

[M.15 \(MN.II.5\)](#) Anumāna sutta. Over de waarde van zelfonderzoek.

[M.16 \(MN.II.6\)](#) Cetokhila sutta. Over de vijf geestelijke boeien.

[M.17 \(MN.II.7\)](#) Vanapattha sutta. Over de voor- en nadelen van het leven in het bos.

[M.18 \(MN.II.8\)](#) Madhupindika sutta. Het einde van hechten.

[M.19 \(MN.II.9\)](#) Dvedhāvitakka sutta. Hoe slechte gedachten overwonnen kunnen worden.

[M.20 \(MN.II.10\)](#) Vitakkasanthāna sutta. Vijf methoden om onheilzame gedachten te verdrijven.

III. Tatiya-vagga: M.21-30 (M.III.1-10)

[M.21 \(MN.III.1\)](#) Kakacūpama sutta. De koppige monnik; de gelijkenis van de zaag; verdraagzaamheid; liefdevolle vriendelijkheid; voordeel van eenmaal eten per dag.

[M.22 \(MN.III.2\)](#) Alagaddūpama sutta. Gelijkenis van de slang; gelijkenis van het vlot; anatta.

[M.23 \(MN.III.3\)](#) Vammīka sutta. De gelijkenis van de smeulende mierenheuvel. Een dergelijke heuvel wordt er vergeleken met het menselijke lichaam.

[M.24 \(MN.III.4\)](#) Rathavinīta sutta. De zeven halteplaatsen op de weg naar nibbana.

[M.25 \(MN.III.5\)](#) Nivāpa sutta. De gelijkenis van het voer en de vallenzetter; de vijf soorten van verlangens en Mara, de boze.

[M.26 \(MN.III.6\)](#) Āriyapariyesana sutta (Pāsarāsi sutta). Het edele streven. De Boeddha vertelt er over zijn ervaringen vanaf het begin van zijn zoektocht, hoe hij de Verlichting bereikte en hoe hij het Wiel der leer in beweging bracht en de vijf asceten bekeerde. Uit het zicht van het kwaad.

[M.27 \(MN.III.7\)](#) Cūlahatthipadopama sutta. De korte gelijkenis van de olifantenvoetafdruk; beschrijving van iemand die het arahant-ideaal nastreeft.

[M.28 \(MN.III.8\)](#) Mahāhatthipadopama sutta. De lange leerrede van het olifantenvoetspoor; alle heilzame toestanden kunnen in de vier edele waarheden worden ingepast.

[M.29 \(MN.III.9\)](#) Mahāsāropama sutta. Over het gevaar van winst, eer en roem.

[M.30 \(MN.III.10\)](#) Cūlasāropama sutta. Over het bereiken van het wezenlijke van de Dhamma.

M.1. (M.I.1) Mūlapariyāya sutta

*De wortel van alle verschijnselen is grijpen,
hechten samen met onwetendheid.*

Te Ukkatthā. Een niet onderwezen mens neemt aarde, water vuur, lucht, de natuur als zijn eigen. En ook goden, Sakka, Brahmā en de andere hemelse wezens neemt hij als zijn eigen. "Ze zijn van mij," zo denkt hij. En ook de onbegrensde ruimte en de sfeer van onbegrensd bewustzijn en de overige jhanas van onstoffelijk gebied neemt hij als zijn eigen. Wat hij ziet, hoort, denkt, dat beschouwt hij als zijn eigen. "Dat is van mij." En hij verheugt zich erover.

Wie streeft naar de bevrijding, voor hem is de aarde als aarde. Maar hij beschouwt ze niet als "mijn". En ook voor de volmaakte heilige is de aarde als

aarde, maar ze is niet "mijn". En wel omdat hij zonder begeerte is, vol weten; omdat hij zonder haat is; omdat hij zonder onwetendheid is.

Deze leerrede werd gericht tot enkele monniken die voordien brahmanen waren. Zij waren hoogmoedig en trots vanwege wat zij geleerd hadden. Zij konden de subtiele metafysische bijgedachten ervan niet vatten.

M.1. (M.1.1) De wortel van alle dingen (dukkha; anattā)

Eens vertoefde de Verhevene te Ukkhattha in het Subhaga bosje, aan de voet van een koninklijke salaboom. Daar sprak hij tot de bhikkhus als volgt.

"Bhikkhus, ik zal tot jullie spreken over de wortels van alle dingen. Luistert goed en opmerkzaam." – "Jawel, Heer."

(De wereldling)¹

"Bhikkhus, een niet onderwezen wereldling,² die geen acht slaat op de edelen of op oprechte mensen, en de leer van hen niet navolgt, die er niet in geschoold is, hij neemt het aarde-element als aarde-element waar.³ Hij maakt zich er een voorstelling van, is van mening dat het hem

¹ Een wereldling is iemand die nog geen niveau van heiligheid bereikt heeft. Hij bevindt zich nog volledig in de sfeer van verkeerde opvattingen.

² Volgens het commentaar is deze leerrede gericht tot een grote groep van voormalige Brahmanen, die erg gehecht waren aan hun uitsluitend theoretisch begrip van de leer.

³ Het werkwoord *sañjanati* heeft niet betrekking op het "directe inzien overeenkomstig de werkelijkheid", maar op de waarneming van de wereldling die door onwetendheid gevormd is, het "als waar aannemen" dat de basis is voor de vorming van een concept, waardoor de scheiding tussen subject en object gevestigd wordt, en zo de ik-illusie.

toebehoort, en schept er behagen in. De reden is dat hij het niet volledig heeft doorzien.

Evenzo met het water-element, het vuur-element, het wind-element, wezens,⁴ hemelse wezens,⁵ Pajapati,⁶ Brahmā,⁷ hemelse wezens van overstromende glans,⁸ hemelse wezens van de stralende heerlijkheid,⁹ hemelse wezens van het grote gevolg,¹⁰ de overwinnaar, het gebied van oneindigheid van ruimte, het gebied van oneindigheid van

⁴ Volgens het commentaar zijn daarmee de wezens tot en met de sfeer van de mensen bedoeld. De hogere sferen worden aansluitend behandeld.

⁵ Devas van de zinnelijke sferen.

⁶ Naam van een Vedische god.

⁷ Dit heeft betrekking op de hemelse wezens wier sfeer van bestaan overeenkomt met de geestestoestand van het eerste jhana.

⁸ De wezens op het niveau overeenkomend met het tweede jhana.

⁹ De wezens overeenkomend met het derde jhana.

¹⁰ De wezens overeenkomend met het vierde jhana.

bewustzijn, het gebied van nietsheid, en het gebied van noch waarneming noch niet waarneming.

Hij neemt het geziene als het geziene waar, hij maakt zich er een voorstelling van, is van mening dat het hem toebehoort en schept er behagen in. De reden is dat hij het niet volledig heeft doorschouwd.

Evenzo is het met het gehoorde, het ondervondene,¹¹ het vernomene, eenheid, veelvuldigheid, alles, Nibbana.¹²

(Iemand in hogere scholing)

¹¹ Het ondervondene omvat datgene wat geproefd, gesmaakt, geroken en aangeraakt is.

¹² Enige commentatoren zijn van mening dat de Boeddha hier spreekt over verkeerde voorstellingen van Nibbana. Maar Bhikkhu Ñāṇananda wijst erop dat deze begrenzing van de betekenis niet overeenkomt met de geest van de leerrede. Het zou een poging zijn om de "heiligheid" van Nibbana te redden. Maar aan het concept van Nibbana moet geen bijzondere plaats gegeven worden. Een Verlichte hecht aan geen enkel concept, ook niet aan Nibbana.

"Bhikkhus, iemand in hogere scholing,¹³ wiens geest het doel nog niet heeft bereikt en die nog streeft naar de hoogste zekerheid tegen het geboeid zijn, hij onderkent het aarde-element direct als aarde-element.

¹⁴ Als hij dat onderkent heeft, moet hij zich er geen voorstelling van maken.¹⁵ Hij moet niet menen: 'Het is van mij.' Hij moet er geen behagen in scheppen. En waarom? Opdat hij het volledig moge doorschouwen."

Evenzo met het water-element, het vuur-element, het wind-element, wezens, hemelse

¹³ Een in de stroom getredene, een eenmaal wederkerende, een niet meer wederkerende: op deze niveaus van heiligheid is verkeerde opvatting al overwonnen, maar nog niet de basis-onwetendheid.

¹⁴ Het werkwoord *abhijanati* beschrijft een onderkennen, letterlijk een erboven staan, dat vrij is van verkeerde opvatting.

¹⁵ De oefenende, die al een bovenwereldlijk niveau bereikt heeft, maar nog niet volledig bevrijd is, is nog niet vrij van de waan "ik ben". Hij weet echter op grond van zijn juiste zienswijze dat dit ik-idee niet overeenkomt met de waarheid. Hij werkt daarom aan de volledige bevrijding.

wezens, Pajapati, Brahmā, hemelse wezens van overstromende glans, hemelse wezens van stralende heerlijkheid, hemelse wezens van het grote gevolg, de overwinnaar, het gebied van oneindigheid van ruimte, het gebied van oneindigheid van bewustzijn, het gebied van nietsheid, het gebied van noch waarneming noch niet waarneming.

Hij neemt het geziene als het geziene waar, hij maakt zich er een voorstelling van, is van mening dat het hem toebehoort en schept er behagen in. De reden is dat hij het niet volledig heeft doorschouwd.

Evenzo is het met het gehoorde, het ondervondene, het vernomene, eenheid, veelvuldigheid, alles, Nibbana.

(De Arahant – I)

"Bhikkhus, iemand die een Arahant is, met vernietigde neigingen, die het heilige leven heeft

geleefd, die gedaan heeft wat gedaan moet worden, die de last heeft afgelegd, die het ware doel heeft bereikt, die de boeien van het bestaan heeft verwoest, en die door uiteindelijk inzicht volledig bevrijd is, hij onderkent het aarde-element direct als aarde-element. Hij maakt er zich geen voorstelling van,¹⁶ hij is niet van mening 'het aarde-element is van mij,' hij schept er geen behagen in.

En waarom? Omdat hij het volledig heeft doorschouwd.”¹⁷

Evenzo met het water-element, het vuur-element, het wind-element, wezens, hemelse wezens, Pajapati, Brahmā, hemelse wezens van overstromende glans, hemelse wezens van de

¹⁶ De Arahant heeft niet alleen de mening van een persoonlijkheid overwonnen, maar ook begeerte en ik-waan. De oorzaak voor conceptuele voorstellingen is bij hem niet meer aanwezig.

¹⁷ Hij heeft de vier edele waarheden in deze objecten doorschouwd. Tevens heeft hij die vier edele waarheden in zich verwerkelijk en heeft hij het einde van *dukkha* bereikt.

stralende heerlijkheid, hemelse wezens van het grote gevolg, de overwinnaar, het gebied van de oneindigheid van ruimte, het gebied van de oneindigheid van bewustzijn, het gebied van nietsheid, het gebied van noch waarneming noch niet waarneming, het geziene, het gehoorde, het ondervondene, het vernomene, eenheid, veelvuldigheid, alles, Nibbana.

(De Arahant -II)

"Bhikkhus, een Arahant maakt zich geen voorstelling van het aarde-element. Hij is niet van mening 'het aarde-element is van mij.' Hij schept er geen behagen in. En waarom? Omdat hij vrij is van begeerte, omdat begeerte vernietigd is."¹⁸

¹⁸ In de volgende drie paragrafen wordt duidelijk gemaakt dat het volledige doorschouwen van de Arahant samengaat met de vernietiging van de drie onheilzame wortels: begeerte, afkeer, onwetendheid. De merkwaardige

Evenzo met het water-element, het
vuur-element, het wind-element, wezens, hemelse
wezens, Pajapati, Brahmā, hemelse wezens van
overstromende glans, hemelse wezens van de
stralende heerlijkheid, hemelse wezens van het grote
gevolg, de overwinnaar, het gebied van de
oneindigheid van ruimte, het gebied van de
oneindigheid van bewustzijn, het gebied van nietsheid,
het gebied van noch waarneming noch niet
waarneming, het geziene, het gehoorde, het
ondervondene, het vernomene, eenheid,
veelvuldigheid, alles, Nibbana.

(De Arahant – III en IV)

formulering "vrij van begeerte door de vernietiging van de
begeerte" betekent dat hij niet alleen tijdelijk vrij is van
begeerte, maar dat ze aan de wortel afgesneden is.

Bhikkhus, een Arahant maakt zich geen voorstelling van het aarde-element. Hij is niet van mening 'het aarde-element is van mij.' Hij schept er geen behagen in. En waarom? Omdat hij vrij is van afkeer, omdat afkeer vernietigd is. En ook omdat hij vrij is van onwetendheid, omdat onwetendheid vernietigd is.”

Evenzo met het water-element, het vuur-element, het wind-element, wezens, hemelse wezens, Pajapati, Brahmā, hemelse wezens van overstromende glans, hemelse wezens van de stralende heerlijkheid, hemelse wezens van het grote gevolg, de overwinnaar, het gebied van de oneindigheid van ruimte, het gebied van de oneindigheid van bewustzijn, het gebied van nietsheid, het gebied van noch waarneming noch niet waarneming, het geziene, het gehoorde, het ondervondene, het vernomene, eenheid, veelvuldigheid, alles, Nibbana.

(De Tathagata -I)

"Bhikkhus, de Tathagata,¹⁹ de Verlichte, de Volmaakt Ontwaakte, onderkent het aarde-element direct als aarde-element. Hij maakt zich er geen voorstelling van, is niet van mening 'het aarde-element is van mij.' Hij schept er geen behagen in. En waarom? Omdat de Tathagata het volledig tot aan het einde heeft doorschouwd."²⁰

Hij onderkent het water-element, het vuur-element, het wind-element, wezens, hemelse wezens, Pajapati, Brahmā, hemelse wezens van overstromende glans, hemelse wezens van de

¹⁹ Een aanduiding voor de Boeddha die deze term vaak gebruikte als hij over zichzelf sprak.

²⁰ "Tot aan het einde" heeft betrekking op de eigenschap die Boeddhass van Arahants onderscheidt. Beiden zijn op gelijk niveau wat betreft de vernietiging van de neigingen. Maar het volledig doorschouwen van alle verschijnselen is alleen aan Boeddhass voorbehouden.

stralende heerlijkheid, hemelse wezens van het grote gevolg, de overwinnaar, het gebied van de oneindigheid van ruimte, het gebied van de oneindigheid van bewustzijn, het gebied van nietsheid, het gebied van noch waarneming noch niet waarneming, het geziene, het gehoorde, het ondervondene, het vernomene, eenheid, veelvuldigheid, alles, Nibbana.

(De Tathagata -II)

"Bhikkhus, de Tathagata, de Verlichte, de Volmaakt Ontwaakte, onderkent het aarde-element direct als aarde-element. Hij maakt zich er geen voorstelling van, is niet van mening 'het aarde-element is van mij.' Hij schept er geen behagen in. En waarom? Omdat de Tathagata begrepen heeft dat behagen scheppen de wortel van *dukkha* is en dat er met worden (als voorwaarde) geboorte, en voor

alles wat geworden is, ouderdom en dood zal zijn.²¹

Daarom is de Tathagata door de volledige vernietiging en door het opgeven, het beëindigen en loslaten van begeerte tot de hoogste Verlichting ontwaakt.”

Evenzo met het water-element, het vuur-element, het wind-element, wezens, hemelse wezens, Pajapati, Brahmā, hemelse wezens van overstromende glans, hemelse wezens van de stralende heerlijkheid, hemelse wezens van het grote gevolg, de overwinnaar, het gebied van de oneindigheid van ruimte, het gebied van de oneindigheid van bewustzijn, het gebied van nietsheid, het gebied van noch waarneming noch niet waarneming, het geziene, het gehoorde, het

²¹ Een korte samenvatting van de keten van oorzakelijk bestaan. Die keten had de Boeddha in de nacht van zijn Verlichting ingezien. Hier sluit de Boeddha de kring door erop te wijzen dat het behagen scheppen uiteindelijk oorzakelijk met *dukkha* verbonden is.

ondervondene, het vernomene, eenheid,
veelvuldigheid, alles, Nibbana.

Bhikkhus, de Tathagata, de Verlichte, de
Volmaakt Ontwaakte, maakt zich er geen voorstelling
van, is niet van mening 'dat alles is van mij.' Hij
schept er geen behagen in. En waarom? Omdat de
Tathagata begrepen heeft dat behagen scheppen de
wortel van *dukkha* is en dat er met worden (als
voorwaarde) geboorte, en voor alles wat geworden is,
ouderdom en dood zal zijn. Daarom is de Tathagata
door de volledige vernietiging en door het opgeven,
het beëindigen en loslaten van begeerte tot de
hoogste Verlichting ontwaakt.”

Zo sprak de Verhevene. Maar die Bhikkhus
waren niet blij met de woorden van de Verhevene.²²

²² Volgens een commentaar waren de Bhikkhus niet
verheugd over de woorden van de Boeddha omdat zij de
moeilijke leerrede niet hadden begrepen. Maar vermoedelijk
hadden zij de woorden juist heel goed begrepen en voelden

*Het sutta stelt dat alle termen slechts conventionele symbolen zijn. Zij onthullen de werkelijkheid niet. Er is geen verschil tussen de gewone mens van de wereld, de gedisciplineerde mens die nog moet leren, de in de stroom getredene en de arahant wat betreft het gebruik van woorden in de dagelijkse betekenis ervan. Het verschil ligt in het feit dat de mens van de wereld ze als werkelijkheid beschouwt, terwijl de arahant de ware natuur ervan heeft verwerkelijkd als leeg, verstoken van een eigenheid. En daarom is de eerste eraan gehecht, en de laatste niet. Ook de heiligen van de verschillende niveaus zijn in staat er niet aan gehecht te zijn in overeenstemming met de graad van hun geestelijke ontwikkeling.*²³

zij zich in hun hoogmoed betrapt. De PTS-uitgave heeft een ander einde. Daar zijn de Bhikkhus zoals gewoonlijk blij met de leerrede.

²³ Bapat 1958, p. ix.

M.2. (M.I.2) Sabbāsava sutta

Te Savatthi. Over de verwijdering van de kankers, de smetten die de verwerkelijking van de Verlichting hinderen.²⁴ In deze preek wordt onderwezen hoe de onzuiverheden van de geest gereinigd kunnen worden. Er worden zeven methoden geleerd: (1) juiste overweging; (2) beheersing van de zinnen; (3) oplettendheid wat betreft het juiste doel bij het gebruik van de vier benodigdheden; (4) verdraagzaamheid; (5) het vermijden van kwade dingen van een afstand; (6) niet toestaan dat een slechte gedachte ontstaat; en (7) de beoefening van de factoren van oplettendheid, het zoeken naar waarheid, energie, vervoering, gemak, concentratie en gelijkmoedigheid.²⁵

²⁴ Webb 1975, p. 8.

²⁵ Bapat 1958, p. ix-x.

M.2. (M.I.2) Sabbāsava sutta - Het opgeven van de neigingen, het verdwijnen van alle waan door juiste oplettendheid

Nabij Sāvatthi, in het park van Anāthapindika. De Boeddha sprak er de monniken toe over het opgeven van de neigingen, over het verdwijnen van alle waan, door juiste oplettendheid.

Een gewoon mens die niets over de leer vernomen heeft, kent niet wat oplettendheid waard is. Hij let op het onwaardige, namelijk op datgene waardoor nieuwe wensen opkomen en oude wensen sterker worden en waardoor oude waan sterker wordt.

Hij denkt: "Was ik in het verleden of was ik niet in het verleden? Zal ik in de toekomst zijn of niet? Wat ben ik in het verleden geweest en wat zal ik in de toekomst zijn? Hoe zal ik in de toekomst zijn?"

Of hij denkt: "Ben ik nu, of ben ik niet? Wat ben ik? Wie ben ik? Vanwaar ben ik gekomen en waarheen ga ik?" En hij komt tot de conclusie dat hij een ziel heeft, of dat hij geen ziel heeft.

Maar de ervaren monnik is kundig in de leer. Hij weet wat oplettendheid waard is en wat niet. Er komen geen nieuwe wensen op en oude wensen worden vernietigd. Hij overweegt de vier edele waarheden (lijden, ontwikkeling van lijden, opheffing van lijden, het pad naar opheffing van lijden). En hij gelooft niet meer aan persoonlijkheid, is vrij van twijfel, en hecht niet meer aan deugdzame daden.

Hij oefent oplettendheid bij het zien, horen, ruiken, proeven, aanraken, denken.

Voor de monnik geldt verder nog oplettendheid bij het gebruik van het gewaad. Het is om te beschermen tegen koude en hitte, tegen wind en regen, tegen muggen en wespen en kruipende insecten, en om de schaamte te bedekken. De

aalmoezen (maaltijd) gebruikt hij alleen om zijn lichaam in stand te houden, om schade te voorkomen, om een heilig leven te kunnen leiden.

De woonplek is er alleen om zich te beschermen tegen koude en hitte, tegen wind en weer, tegen muggen en wespen en kruipende insecten, om de ongunstige invloeden van de jaargetijden te ontwijken, om rust te kunnen genieten.

De medicijnen gebruikt hij oplettend in geval van ziekte.

Geduldig verdraagt hij koude en hitte, honger en dorst, wind en weer, muggen en wespen en kruipende insecten, roddelpraat of scheldwoorden, en lichamelijke pijnlijke gevoelens. Dat alles verdraagt hij geduldig.

Hij vlucht voor een woedende olifant, een woedend paard, een woedende stier, een woedende hond. Hij vlucht voor slangen. Hij vermijdt geroede grond, doornstruiken, kloven, poelen en moerassen,

oorden die niet deugen. Hij vermijdt ook vrienden die niet deugen.

Met inspanning moet het volgende overwonnen worden. Nieuw opgekomen verlangens verdrijft hij, en evenzo woede, haat, afkeer.

Hij beoefent inzicht en diepzinnigheid, vredigheid, zachtheid, inzicht.

Wie dat alles heeft gedaan, heeft de volmaakte heiligheid bereikt.

M.3. (M. I.3.) Dhammadāyāda sutta

Dit sutta bevat twee afzonderlijke toespraken, een door de Boeddha en een door de eerwaarde Sariputta.

De monniken worden aangespoord om het belang van de Dhamma te verwerkelijken en dat lichamelijke behoeften niet belangrijk zijn.²⁶

²⁶ Webb 1975, p. 8.

M.3. (M. I.3.) Erfgenamen van de leer en het beoefenen van eenzaamheid

Te Sāvatti in het park van Anāthapindika. De Boeddha onderwees er de monniken. Zij zijn erfgenamen van de leer. Als na het middagmaal nog een rest over is, en er komen twee monniken met honger en verzwakt, en als dan de Verhevene hen uitnodigt met de woorden: "Ik heb genoeg gegeten. Er is nog iets over. Neemt dat als u wilt. Anders ledig ik de nap op grasvrije grond of in stromend water."

De ene monnik, hoewel hongerig en verzwakt, dacht eraan dat hij erfgenaam van de leer is, en hij wachtte met de maaltijd tot de volgende dag. De andere monnik nam de aangeboden rest van de maaltijd aan en at ze op.

“Monniken, de laatste monnik mocht dat eten zonder bezwaar nuttigen. Maar de eerste monnik is waardiger en voortreffelijker.”

Daarna nam de eerwaarde Sāriputta het woord. Hij onderwees hen aldus:

“Als de meester zich heeft teruggetrokken, hoe beoefenen de monniken dan de eenzaamheid en hoe beoefenen zij die niet? – De eenzaamheid wordt niet beoefend als men niet verwerpt wat als verwerpelijk is aangeduid. Als men veeleisend wordt en opdringerig, als men gezelschap zoekt, als men de eenzaamheid als last ontvlucht.

Maar hoe beoefent men de eenzaamheid wel? – Als men verwerpt wat als verwerpelijk aangeduid is; als men niet veeleisend is, niet opdringerig wordt, als men gezelschap ontvlucht als last.

Begeerte is niet goed. Er is een middenweg om begeerte te ontvluchten. Die middenweg is het edele

achtvoudige pad: juist inzicht, juist denken, juist taalgebruik, juist handelen, juiste inspanning, juiste oplettendheid, juiste concentratie.

Toorn is niet goed. Onenigheid, afgunst, egoïsme, bedrog en list, starheid en overbezorgdheid, hoogmoed, eigenwaan, traagheid, nalatigheid zijn niet goed.

M.4. (M.I.4) Bhayabherava sutta

Beschrijving hoe een monnik een eenzaam leven leidde in een afgelegen bos, maar zichzelf schade en gevaar toebracht door zijn onzuivere gedachten, woorden en daden.

De Boeddha vertelt hier zijn ervaringen toen hij in een veraf gelegen eenzaam bos vertoefde tijdens de vroege dagen²⁷ van zijn zoektocht naar Verlichting. Hij

²⁷ Bapat 1958, p. X; zie ook U Ko Lay 1985, p. 43; Webb 1975, p. 9.

vertelt er hoe hij overweldigd werd door angst en vrees en hoe hij ze overwon en de Verlichting bereikte. Ook als een Boeddha hield hij ervan op een eenzame plek te vertoeven en wel om twee redenen: voor zijn eigen vrede en om een voorbeeld te stellen voor het nageslacht.

M.4. (M.I.4) Vrees en angst

Te Sāvātthi, in het Jetavana-klooster van Anāthapindika. Jānussoni, een brahmaan, bezocht er de Boeddha en zei tot hem: "De monniken hier hebben hun huis verlaten en zijn nu volgelingen van de Verhevene. Maar diep in het bos, op eenzame, afgelegen oorden te leven, is moeilijk. Iemand die zich niet kan beheersen, die geen zelfbeheersing heeft, moet er beslist angstig worden."

"Zo is het, brahmaan. Ook ik was bang toen ik de volmaakte Verlichting nog niet bereikt had. Maar ik

overwoog dat ik zuiver handelde. En mijn welgevallen aan het leven in het bos nam toe.

En ik overwoog dat ik zuivere taal gebruik, dat mijn denken zuiver is, dat ik een zuiver karakter heb. Ik overwoog dat ik niet begerig was, geen hevige wensen had, dat ik geen haat of afkeer had, niet verbitterd was. Ik voelde medelijden. En ik was niet mat en moe. Ik was niet opgewonden, was niet onrustig in de geest. Ik was niet twijfelachtig, had geen onzekere geest. Ik was zeker van mijn zaak. Ik kende geen eigen lof en geen berisping van anderen. Ik was niet hoogmoedig, verachtte anderen niet. Ik kende geen sidderen en geen schromen. Ik verlangde niet naar gaven, eer en aanzien. Ik was bescheiden. Ik was niet gebroken en moedeloos. Ik was standvastig. Mijn gemoed was niet verstoord, niet troebel. Mijn gemoed was helder. Mijn geest was niet rusteloos en verstrooid. Ik was beheerst. Ik was niet dwaas en

stompzinnig. Ik was wijs. En mijn welgevallen aan het leven in het bos nam toe.

En ik ging naar grafheuvels in parken, in bossen, onder bomen. Daar vertoefde ik. Ik wilde er de angst en vrees ondervinden. En die angst en vrees kwam toen ik er heen en weer liep, toen ik zat, lag, stil stond. En ik overwon die angst en vrees.

Van mij kan men terecht zeggen dat een wezen zonder waan in de wereld is verschenen, tot heil en zegen voor goden en mensen.

Standvastig verdroeg ik het, zonder weifelen, met heldere geest, met het lichaam stil, zonder beweging, met beheerst gemoed, geconcentreerd. Ik vertoefde er in het eerste jhana, dat met nadenken en overwegen verbonden is en een zalige blijheid heeft.

Hierna verkreeg ik de eenheid van het gemoed, vrij van nadenken, het tweede jhana, door concentratie ontstaan.

Gelijkmoedig vertoefde ik in de rust, helder bewust, en ik ondervond in het lichaam geluk. Dit was het derde jhana.

Na het opgeven van vreugde en lijden, na vernietiging van blijdschap en droefenis, bereikte ik het vierde jhana dat vrij is van leed, vrij van vreugde. Ik vertoefde gelijkmoedig, volkomen zuiver.

Het gemoed richtte ik toen op de herinnering aan vroegere vormen van bestaan. Ik herinnerde mij aan veel verschillende vroegere vormen van bestaan, aan één leven, aan 2, 3, 4, 5, 10, 20, 30, 40, 50, 100 levens, 1000, 100.1000 levens. Ik herinnerde mij de tijden van vele wereldontstaan en vele wereldvergaan. Ik herinnerde mij welke naam ik er had, tot welke familie ik behoorde, tot welke stand (kaste) ik behoorde, welk beroep ik uitoefende, wat ik er ondervond aan wel en wee, hoe mijn levenseinde was, en waar ik wedergeboren werd. Ik herinnerde mij aan vele vroegere vormen van bestaan, met de details

ervan. Dit weten verkreeg ik in de eerste uren van de nacht.

En ik richtte het gemoed op het verdwijnen en weer verschijnen van wezens. Met het hemelse oog zag ik hoe de wezens wedergeboren worden overeenkomstig hun daden. Dit weten verkreeg ik in de middelste uren van de nacht.

Ik richtte het gemoed op de kennis van de opdroging van waan. Dit is lijden; dit is de ontwikkeling van lijden; dit is de opheffing van lijden; dit is het pad dat leidt naar de opheffing van lijden.

Dit is onwetendheid. Dit is de ontwikkeling van onwetendheid. Dit is de opheffing van onwetendheid. Dit is het pad dat leidt naar de opheffing van onwetendheid.

Met dit inzicht, deze kennis werd mijn gemoed bevrijd van de waan om te wensen, bevrijd van de waan om te bestaan, bevrijd van niet-weten. Het inzicht ontstond: dit is de bevrijding, geboorte is

opgedroogd, het ascetendom is voltooid, gedaan is wat gedaan moest worden. Dit weten kreeg ik in de laatste uren van de nacht.

Er zijn, brahmaan, twee redenen waarom ik diep in het bos naar afgelegen oorden ga: 1) mijn eigen welbevinden, en 2) het medelijden met degenen die mij volgen.

M.5. (M.I.5) Anangana sutta

Toespraak van de eerwaarde Sāriputta tot de monniken. Hij spreekt er over vier soorten mensen: (1) Degenen die slecht zijn en die zich er niet van bewust zijn. (2) Degenen die slecht zijn en die zich ervan bewust zijn. (3) Degenen die goed zijn en zich er niet van bewust zijn. (4) Degenen die goed zijn en die zich ervan bewust zijn.

Van dezen is de eerste soort het ergste; en de laatste het beste. Op het einde van de toespraak sprak

*de eerwaarde Mahā Moggallāna zijn goedkeuring voor de leerrede uit.*²⁸

*De eerwaarden Sāriputta en Moggallāna spreken over het bereiken van de bevrijding van de smetten.*²⁹

M.5. (M.I.5) Schuldig–onschuldig

Te Sāvattṭhi, in het park van Anāthapindika. De eerwaarde Sāriputta sprak er de monniken toe. "Er zijn vier soorten mensen³⁰ in de wereld. (1) Iemand heeft een smet, een fout, is schuldig en ziet niet in dat

²⁸ Bapat 1958, p x; Webb 1975, p. 9.

²⁹ Webb 1975, p. 9.

³⁰ In het Pāli zijn twee begrippen die zo iets als "persoon" betekenen, namelijk *puggala* en *sakkāya*. Door enkele geleerden worden die begrippen ten onrechte als synoniemen beschouwd. *Puggala* is een neutrale aanduiding voor de individualiteit die ook de Verlichte heeft, in tegenstelling tot de illusie van een persoonlijkheid of ik-dentiteit - *sakkāya*. Men kan beide begrippen niet gelijk stellen. *Puggala* wordt hier met "persoon" vertaald en *sakkaya* met "persoonlijkheid".

hij een smet heeft, dat hij schuldig is; (2) iemand heeft een smet, is schuldig en ziet in dat hij een smet heeft, dat er schuld bij hem is; (3) iemand heeft geen smet, is onschuldig en ziet niet in dat hij geen smet heeft, dat hij geen schuld heeft; (4) iemand heeft geen smet, is onschuldig en ziet in dat hij geen smet heeft, dat hij onschuldig is.

1] Hij is de slechtere van degenen die gelijke smet, gelijke schuld hebben.

2] Hij is de betere van degenen die gelijke smet, gelijke schuld hebben.

3] Hij is de slechtere van degenen die geen smet hebben, die gelijke onschuld hebben.

4] Hij is de betere van degenen die geen smet hebben, die gelijke onschuld hebben.”

Hierna vroeg de eerwaarde Mahāmogallana waarom de een slechter en de ander beter is.

ad 1. Van hem kan verwacht worden dat hij niet gedwee wordt, zich niet zal inspannen, geen kracht zal hebben om zich van zijn smet te ontheffen. Van hem kan men verwachten dat hij met begeerte, haat en onwetendheid, met een onzuiver gemoed zal sterven.

ad 2. Van hem kan verwacht worden dat hij gedwee wordt, zich zal inspannen, kracht zal hebben om zich van zijn smet te ontheffen. Van hem kan men verwachten dat hij zonder begeerte, haat en onwetendheid, met een zuiver gemoed zal sterven.

ad 3. Van hem kan verwacht worden dat zijn gemoed vol begeerte, haat en onwetendheid geraakt en dat hij met een onzuiver gemoed zal sterven.

ad 4. Van hem kan verwacht worden dat zijn gemoed niet vol begeerte, haat en onwetendheid geraakt en dat hij met een zuiver gemoed zal sterven.

En wat verstaat men onder smet, wat verstaat men onder schuld? – Onder smet, onder schuld

verstaat men de sferen van slechte, onheilzame wensen.

Misschien denkt een monnik: "Als ik een fout begaan heb, hoeven anderen dat niet te weten." Als zij dan te weten komen dat hij een fout heeft begaan, wordt hij verbitterd en misnoegd. Dat is dan een smet. Dat is dan schuld.

Misschien denkt een monnik: "Als ik een fout begaan heb, dan hoop ik dat de medemonniken mij in het geheim een verwijt maken en niet dat openlijk een verwijt gemaakt wordt door de andere monniken." Als zij hem dan openlijk een verwijt maken dat hij een fout heeft begaan, wordt hij verbitterd en misnoegd. Dat is dan een smet. Dat is dan schuld.

Misschien heeft een monnik een fout begaan en denkt hij: "Laat een vriend mij terechtwijzen, niet een andere monnik." Als dan een andere monnik hem terechtwijst, wordt hij verbitterd en misnoegd. Dat is dan een smet. Dat is dan schuld.

Misschien denkt een monnik: "Moge toch de meester in een dialoog met mij de leer aan de monniken uitleggen, en niet met een andere monnik." Als de meester dan met een andere monnik in een dialoog de leer aan andere monniken uitlegt, wordt hij verbitterd en misnoegd. Dat is dan een smet. Dat is dan schuld.

Misschien denkt een monnik: "Bij de aalmoezengang naar het dorp moeten de monniken mij aan het begin plaatsen, en niet een andere monnik." Als de monniken dan een andere monnik aan het hoofd van de aalmoezengang plaatsen, wordt hij verbitterd en misnoegd. Dat is dan een smet. Dat is dan schuld.

Misschien denkt een monnik: "Moge ik toch bij de maaltijd de beste plaats, het beste water, het beste eten krijgen, en niet iemand anders." Als dat niet gebeurt, wordt hij verbitterd en misnoegd. Dat is dan een smet. Dat is dan schuld.

Misschien denkt een monnik: "Moge alleen ik en niet iemand anders voldoende te eten krijgen. Als dat niet gebeurt, wordt hij verbitterd en misnoegd. Dat is dan een smet. Dat is dan schuld.

Misschien denkt een monnik: "Als de monniken of de nonnen of de mannelijke en vrouwelijke lekenvolgelingen het park bezoeken, moet het alleen mijn zaak zijn de leer uit te leggen, en niet die van iemand anders." Als dat niet gebeurt, wordt hij verbitterd en misnoegd. Dat is dan een smet. Dat is dan schuld.

Misschien denkt een monnik: "Mij moeten de monniken of de mannelijke en vrouwelijke lekenvolgelingen hoogachten, waardig vinden, achten en eren, niet iemand anders." Als dat niet gebeurt, wordt hij verbitterd en misnoegd. Dat is dan een smet. Dat is dan schuld.

Misschien denkt een monnik: "Men moet aan mij een voortreffelijk gewaad geven, en niet aan

iemand anders.” Als dat niet gebeurt, wordt hij verbitterd en misnoegd. Dat is dan een smet. Dat is dan schuld.

Misschien denkt een monnik: “Men moet aan mij voortreffelijk eten, een goede slaappleats, ingeval van ziekte goede medicijnen geven, en niet aan een andere monnik.” Als dat niet gebeurt, wordt hij verbitterd en misnoegd. Dat is dan een smet. Dat is dan schuld.

Als bij een monnik deze slechte, verderfelijke zintuiglijke wensen onverzwakt voorkomen, dan wordt hij – ook als hij alleen in het bos vertoeft of als hij een zwijgzame bedelaar van brokken is, bekleed met een zelf genaaid gewaad van stukken stof,³¹ – door zijn medebroeders in de Orde niet hoog geacht, niet waardig gevonden, niet geacht, niet geëerd.

³¹ Ascetische oefeningen die door de bhikkhus – ook tegenwoordig nog – tijdelijk uitgeoefend worden. Deze ascetische oefeningen zijn door de Boeddha toegestaan. Afgekeurd zijn ascetische oefeningen van zelfkwellen.

Een monnik bij wie deze slechte, verderfelijke zintuiglijke wensen zich niet meer uiten, hij wordt hooggeacht, waardig gehouden, geacht en geëerd."

De eerwaarde Maha Moggallana zei daarop aan de eerwaarde Sāriputta: "Er zijn mensen die onwillig, uit noodzaak, niet uit vertrouwen, in de Orde zijn ingetreden, huichelaars, schijnheiligen, drukke praatjesmakers. Zij hoeden de poorten van de zintuigen slecht, zijn afgekeerd van de waakzaamheid, zij zijn onverschillig t.o.v. het ascetendom, nalatig in de plicht van de Orde, veeleisend, opdringerig. Zij zoeken gezelschap, ontvluchten eenzaamheid als lastige last.³²

Maar er zijn ook edele zonen die vol vertrouwen het huis verlaten en in de Orde intreden. Zij zijn geen

³² Uit deze woorden kan men afleiden dat ten tijde van de Boeddha al mensen in de Orde waren ingetreden die niet vanwege de leer in de Orde waren.

huichelaars, geen schijnheiligen, geen drukke praatjesmakers. Zij hoeden de poorten van de zintuigen, zijn niet afgekeerd van de waakzaamheid, zijn niet onverschillig t.o.v. het ascetendom, niet nalatig in de plicht van de Orde, niet veeleisend, niet opdringerig. Zij zoeken geen gezelschap, ontvluchten eenzaamheid niet.”

Zo verheugden deze twee grote eerwaarden zich over de goede woorden van elkaar.

M.6. (M.I.6) Ākankheyya sutta

Een bhikkhu moet volkomen deugd oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen. Hij moet niet verlangen naar roem en eer. De Boeddha onderwijst er hoe men vermogens moet beheersen, gevaar ziende in de geringste fout.

*Een monnik die een zuiver leven leidt, die de discipline van het Pātimokkha, navolgt, die zich goed gedraagt, die gevaar ziet zelfs in de geringste overtreding, en die het pad van de Boeddha volgt, hij kan verwachten te verkrijgen wat iemand van zijn rang kan wensen.*³³

M.6. (M.I.6) Wees op de hoede voor de geringste fout

Te Sāvātthi, in het park van Anathapindika. De Verhevene sprak er de monniken toe.

“Bewaart deugd, bewaart zuiverheid, koestert en verzorgt zuiverheid bij uw handelen. Weest op de hoede voor de geringste fout en gaat gestadig verder, stap voor stap.

Als een monnik wenst dat hij bij de andere monniken geliefd en welkom, waard en belangrijk is,

³³ Bapat 1958, p. x; Webb 1975, p. 9.

dan moet hij volkomen deugd oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Als een monnik wenst dat hij kleding, eten, verblijfplaats en geneesmiddelen bij ziekte heeft, dan moet hij volkomen deugd oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Als een monnik wenst dat degenen die hem kleding, eten, verblijfplaats en geneesmiddelen geven, vanwege die gaven verdiensten verkrijgen, dan moet hij volkomen deugd oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Als een monnik wenst dat de gestorven bloedverwanten die hem in liefde gedenken, hoge verdiensten daarom krijgen, dan moet hij volkomen

deugd oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Als een monnik wenst dat hij heer is over de gemoedsonrust, of als hij wenst dat hij over angst en vrees de baas is, dat angst en vrees niet over hem heersen, dat hij zegenrijk zal overwinnen, dan moet hij volkomen deugd oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Als een monnik wenst dat hij de vier jhanas ten volle bereikt in dit leven, of als hij wenst dat hij de heilige bevrijdingen die buiten de vormen geen vorm houden, dat hij die daadwerkelijk ondervindt, dan moet hij volkomen deugd oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Als een monnik wenst dat hij na vernietiging van de drie boeien tot de edelen behoort, dat hij het pad van heiligheid betreedt, dat hij doelbewust de volledige ontwaking tegemoet gaat, dan moet hij volkomen deugd oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Als een monnik wenst dat hij na vernietiging van de drie boeien, bevrijd van begeerte, haat en onwetendheid, bijna gezuiverd, nog eenmaal wederkeert om aan het lijden een einde te maken, dan moet hij volkomen deugd oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Als een monnik wenst dat hij na vernietiging van de vijf omlaag trekkende boeien omhoog stijgt om van daaruit uit te doven, dat hij niet meer naar deze wereld terugkeert, dan moet hij volkomen deugd

oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Als een monnik wenst dat hij de macht heeft om van één veelvuldig te worden en dan weer één, of zichtbaar en onzichtbaar te worden, of om door muren en rotsen te zweven als door de lucht, of dat hij op de aarde opduikt en onderduikt als in het water, of zonder te zinken op het water loopt als op aarde; of dat hij door de lucht gaat zoals vogels; of de maan en de zon aanraakt met de hand; of zijn lichaam in bedwang heeft tot in de Brahmā-wereld, dan moet hij volkomen deugd oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Als een monnik wenst dat hij het hemelse gehoor heeft, het gezuiverde dat menselijke grenzen overschrijdt, waarmee hij zowel hemelse als aardse geluiden kan horen, de verre en de nabije, of als hij

wenst dat hij de gedachten van anderen kan lezen en onderkennen, dat hij het begerige gemoed, het begeerteloze gemoed, het gemoed met haat, het gemoed zonder haat, het dwalende gemoed, het niet dwalende gemoed, het geconcentreerde gemoed, het verstoorde gemoed, het hoog strevende gemoed, het laag gezinde gemoed, het edele gemoed, het bedorven gemoed, het kalme gemoed, het rusteloze gemoed, het bevrijde gemoed, het geboeide gemoed, dat hij een dergelijk gemoed als zodanig onderkent, dan moet hij volkomen deugd oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Als een monnik wenst dat hij in staat is zich aan vroegere levens te herinneren, met vele details, of als hij wenst dat hij het hemelse oog heeft, het gezuiverde, om te zien hoe wezens verdwijnen en weer ontstaan, hoe zij overeenkomstig hun daden wederkeren, dan moet hij volkomen deugd oefenen,

innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Als een monnik wenst dat hij nog in dit leven de bevrijding van het gemoed verkrijgt, de bevrijding door wijsheid, dan moet hij volkomen deugd oefenen, innerlijke gemoedsrust verkrijgen, de concentratie niet verwaarlozen, inzicht beoefenen en in lege kluizen wonen.

Daarom, monniken, bewaart deugd, bewaart zuiverheid, koestert en verzorgt zuiverheid bij uw handelen. Weest op de hoede voor de geringste fout en gaat gestadig verder, stap voor stap.”

M.7. (M.I.7) Vattha sutta (Vatthūpama sutta)

De gelijkenis van het smerige stuk stof en de bevulde geest. Zoals een smerig stuk stof de kleurstof niet goed aanneemt als het geleverd wordt, evenzo

beseft een onreine geest niet wat goed is. En juist zoals een reine witte doek de kleurstof snel opneemt als de doek erin gedompeld wordt, evenzo verkrijgt iemand met een zuivere geest gemakkelijk vertrouwen en concentratie. En die persoon verwerkelijkt de niveaus van heiligheid. Hij moet beschouwd worden als iemand die gereinigd is door een "innerlijk bad".

Besproken worden ook de vier goddelijke verblijven.

De geest van iemand kan niet door water gereinigd worden, maar wel door zuiver gedrag.

M.7. (M.I.7) De gelijkenis van de doek

Inleiding

In deze gelijkenis worden eerst zestien smetten van de menselijke geest besproken. Daarna gaat deze leerrede over de vooruitgang van de volgeling naar het

hoogste doel, heiligheid, Nibbāna in dit leven. Dat doel kan enkel en alleen bereikt worden indien die smetten geleidelijk verminderd en uiteindelijk vernietigd worden.

De gelijkenis van de doek

Eens sprak de Gezegende aldus: "Monniken, veronderstelt dat een doek besmet en vuil was en dat een verver hem in de een of andere verfstof dompelde, hetzij blauw of geel of rood of roze. De doek zou de verf slecht aannemen en onzuiver van kleur zijn. En waarom? Omdat de doek niet zuiver was. En evenzo, monniken, als de geest besmet is, kan een ongelukkige bestemming in een toekomstig bestaan verwacht worden.³⁴

³⁴ Volgens het commentaar gaf de Boeddha deze gelijkenis om te tonen dat inspanning grote resultaten brengt. Als een doek besmet is door vuil dat van buiten komt en dan gewassen wordt, kan de doek weer rein

Monniken, veronderstelt dat een doek zuiver en helder was en dat een verver hem in de een of andere verfstof dompelde, hetzij blauw of geel of rood of roze. De doek zou de verf goed aannemen en zuiver van kleur zijn. En waarom? Omdat de doek rein was. En evenzo, monniken, als de geest onbesmet is, kan een gelukkige bestemming in een toekomstig bestaan verwacht worden.

En wat, monniken, zijn de smetten van de geest?

worden vanwege de natuurlijke zuiverheid ervan. Maar bij iets wat van nature zwart is, kan dat zwarte niet verwijderd worden; daar is alle moeite voor niets. Evenzo is de geest bevlekt met van buiten komende smetten. Maar oorspronkelijk is de geest helemaal zuiver. Door de Volmaakt Verlichte is het als volgt gezegd: "Deze geest is stralend, maar wordt bevuild door van buiten komende smetten." Door de geest te reinigen kan men ze stralender maken. En de inspanning daarvoor is niet tevergeefs.

- 1) Hebzucht en onjuist begeren is een smet van de geest.³⁵
- 2) Kwaadwil, afkeer, haat is een smet van de geest.
- 3) Boosheid, woede is een smet van de geest.
- 4) Vijandschap is een smet van de geest.
- 5) Lasteren, kleineren, verachten is een smet van de geest.
- 6) Tirannie, overheersen is een smet van de geest.
- 7) Afgunst, nijd is een smet van de geest.
- 8) Jaloersheid is een smet van de geest.
- 9) Huichelarij, misleiding is een smet van de geest.
- 10) Bedriegen is een smet van de geest.
- 11) Koppigheid, verstoktheid is een smet van de geest.

³⁵ De Verhevene noemde 'begeerte' als eerste smet, omdat ze als eerste ontstaat. Want bij alle wezens, in welke sfeer van bestaan zij ook herboren worden, ontstaat het eerst begeerte door verlangen naar bestaan. Daarna verschijnen de andere smetten, al naar gelang de omstandigheden. - Hier zijn alle smetten inbegrepen, niet alleen de genoemde zestien smetten.

12) Aanmatiggen, wedijveren, onstuimigheid, rivaliteit is een smet van de geest.

13) Eigendunk, verwaandheid is een smet van de geest.

14) Hoogmoed, laatdunkendheid is een smet van de geest.

15) Pronkzucht, ijdelheid, verwaandheid is een smet van de geest.

16) Nalatigheid, onoplettendheid is een smet van de geest.³⁶

Wetende, monniken, dat hebzucht en onjuist begeren een smet is van de geest, geeft de monnik dat op.³⁷ Wetende, dat kwaadwil, afkeer, haat een

³⁶ In sociaal gedrag leidt deze smet ertoe dat men geen rekening houdt met anderen.

³⁷ *Wetende* (letterlijk: geweten hebbende). - Het subcommentaar zegt hierover: "Wetende hetzij door de begin-wijsheid van de wereldling (d.w.z. vóór het bereiken van het eerste pad van heiligheid), hetzij door de wijsheid van de twee lagere paden van heiligheid (in de stroom

treden en eenmaal wederkeer).” Men kent dan zowel aard, oorsprong en verdwijnen van de smetten alsook de middelen die het verdwijnen ervan veroorzaken.

Geeft ze op - Volgens het commentaar geeft hij de respectievelijke smet op door het bereiken van het edele pad waar er ‘opgeven door uitroeien’ is. Het sub-commentaar zegt dat dit ‘het uiteindelijke opgeven’ is. Want voordat de edele paden bereikt worden, is elk ‘opgeven’ van de smetten van tijdelijke aard. Volgens het commentaar worden de zestien smetten voorgoed opgegeven door de edele paden (of niveaus van heiligheid) in deze volgorde: door het pad van in-de-stroom-treden (*sotapatti-magga*) zijn de smetten nrs. 5 t/m 10 opgegeven; door het pad van niet-wederkeer (*anagami-magga*) zijn de smetten nrs. 2, 3, 4 en 16 opgegeven; door het pad van heiligheid (*arahatta-magga*) zijn de smetten nrs. 1 en 11 t/m 15 opgegeven.

Indien begeerte in de beperkte betekenis genomen wordt, als enkel betrekking hebbende op de begeerte naar de vijf zinsobjecten, wordt ze voorgoed opgegeven door het pad van niet-wederkeer. Volgens het commentaar is dit hier de bedoeling. Maar *alle* soorten van begeerte, met inbegrip van het verlangen naar bestaan in de fijnvormige en de vormloze sferen, zijn alleen vernietigd op het pad van volmaakte heiligheid. Daarom is het in bovenstaande opsomming daar ondergebracht.

smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat boosheid, woede een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat vijandschap een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat lasteren, kleineren, verachten een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat tirannie, overheersen een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat afgunst, nijd een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat jaloersheid een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat huichelarij een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat bedriegen een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat koppigheid, verstoktheid een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat aanmatiggen,

Het commentaar benadrukt herhaaldelijk dat steeds waar in de tekst 'opgeven' wordt vermeld, verwezen wordt naar iemand die een niet-wederkerende is (*anagami*). Want ook als de smetten opgegeven zijn bij het in-de-stroom-treden, worden de staten van de geest welke die smetten veroorzaken, enkel vernietigd door het pad van niet-wederkeer.

wedijveren, onstuimigheid, rivaliteit een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat eigendunk, verwaandheid een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat hoogmoed, laatdunkendheid een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat ijdelheid, pronkzucht, verwaandheid een smet is van de geest, geeft hij dat op. Wetende, dat nalatigheid, onoplettendheid een smet is van de geest, geeft hij dat op.

In de monnik die aldus weet dat hebzucht, onjuist begeren een smet is van de geest, wordt hebzucht en onjuist begeren opgegeven. In hem die aldus weet dat kwaadwil, afkeer, haat een smet is van de geest, wordt kwaadwil, afkeer en haat opgegeven. In hem die aldus weet dat boosheid, woede een smet is van de geest, wordt boosheid en woede opgegeven. In hem die aldus weet dat vijandschap een smet is van de geest, wordt vijandschap opgegeven. In hem die aldus weet dat lasteren, kleineren, verachten een smet

is van de geest, wordt lasteren, kleineren, verachten opgegeven. In hem die aldus weet dat tirannie, overheersen een smet is van de geest, wordt tirannie, overheersen opgegeven. In hem die aldus weet dat afgunst, nijd een smet is van de geest, wordt afgunst, nijd opgegeven. In hem die aldus weet dat jaloersheid een smet is van de geest, wordt jaloersheid opgegeven. In hem die aldus weet dat huichelarij, misleiding een smet is van de geest, wordt huichelarij, misleiding opgegeven. In hem die aldus weet dat bedriegen een smet is van de geest, wordt bedriegen opgegeven. In hem die aldus weet dat koppigheid, verstoktheid een smet is van de geest, wordt koppigheid, verstoktheid opgegeven. In hem die aldus weet dat aanmatigen, wedijveren, onstuimigheid, rivaliteit een smet is van de geest, wordt aanmatigen, wedijveren, onstuimigheid, rivaliteit opgegeven. In hem die aldus weet dat eigendunk, verwaandheid een smet is van de geest, wordt eigendunk, verwaandheid

opgegeven. In hem die aldus weet dat hoogmoed, laatdunkendheid een smet is van de geest, wordt hoogmoed, laatdunkendheid opgegeven. In hem die aldus weet dat ijdelheid, pronkzucht, verwaandheid een smet is van de geest, wordt ijdelheid, pronkzucht, verwaandheid opgegeven. In hem die aldus weet dat nalatigheid, onoplettendheid een smet is van de geest, wordt nalatigheid, onoplettendheid opgegeven.

Als hij aldus die smetten heeft opgegeven, verkrijgt hij onwankelbaar vertrouwen in de Boeddha, in de leer en in de gemeenschap van de heiligen.³⁸

³⁸ De directe ervaring van de volgeling dat hij vrij is van deze of gene smet, wordt voor hem een levend bewijs van het voorheen nog onvolmaakt vertrouwen. Nu is zijn vertrouwen een vaste overtuiging geworden en een onwankelbaar vertrouwen dat gebaseerd is op eigen ervaring.

Onwankelbaar en onveranderlijk vertrouwen wordt niet eerder bereikt dan bij het in de stroom treden. Want slechts op dit niveau is de band van twijfel volkomen vernietigd. Onwankelbaar vertrouwen in de Boeddha, diens leer en de gemeenschap van heiligen en ongebroken

Het onwankelbare vertrouwen in de Boeddha is als volgt: 'Waarlijk, de Verhevene is heilig, volledig verlicht, volmaakt in kennis en volmaakt in gedrag. Hij is gezegend, een kenner van de werelden. Hij is de onvergelykbare leider van mensen die bedwongen moeten worden en van mensen die volzaam zijn. Hij is de leraar van goden en van mensen. Hij is de Ontwaakte en Verhevene.'

Het onwankelbare vertrouwen in de leer is aldus: 'Duidelijk uitgelegd is de leer door de Verhevene; hier en nu op juistheid te controleren; met onmiddellijk resultaat. Ze nodigt ieder uit om alles zelf te testen; ze leidt naar Nibbāna. Ze is te begrijpen door de wijze, ieder voor zichzelf.'

Het onwankelbare vertrouwen in de gemeenschap van de heiligen is aldus: 'Van goed gedrag is de Orde van de discipelen van de

deugzaamheid zijn de vier eigenschappen van iemand die de stroom naar het hoge doel betreden heeft.

Gezegende. Van oprecht gedrag is de Orde van de discipelen van de Gezegende. Van wijs gedrag is de Orde van de discipelen van de Gezegende. Van plichtsgetrouw gedrag is de Orde van de discipelen van de Gezegende. Deze Orde van de discipelen van de Gezegende – namelijk de vier paren van personen, de acht soorten individuen – is offergaven waard, is gastvrijheid waard, is geschenken waard, is waard eerbiedig gegroet te worden, is een onvergelijkbaar veld van verdienste voor de wereld.’

Als hij de smetten gedeeltelijk³⁹ heeft opgegeven, verzaakt, er afstand van heeft gedaan, ze heeft verlaten en losgelaten, dan weet hij: ‘Ik ben begiftigd met onwankelbaar vertrouwen in de Boeddha, ben begiftigd met onwankelbaar vertrouwen

³⁹ gedeeltelijk: dat is in die mate waarin de betreffende smetten zijn vernietigd door de paden van heiligheid.

in de leer, ben begiftigd met onwankelbaar vertrouwen in de gemeenschap van de monniken.’ En hij verkrijgt enthousiasme voor het doel, verkrijgt enthousiasme voor de leer, verkrijgt blijdschap verbonden met de leer.⁴⁰ Als hij verblijd is, is vreugde in hem geboren; vol vreugde in de geest wordt zijn lichaam rustig. Als zijn lichaam rustig is, voelt hij geluk; en de geest van degene die gelukkig is, wordt geconcentreerd.⁴¹

⁴⁰ Het commentaar zegt: “Als hij terugblijkt op het opgeven van de smetten en op zijn onwankelbaar vertrouwen, ontstaat er sterke vreugde in degene-die-niet-wederkeert met de gedachte: ‘Dergelijke smetten zijn nu door mij opgegeven.’ Het is als de vreugde van een koning die verneemt dat een opstand in het grensgebied is onderdrukt.”

⁴¹ De functie van rust is hier het kalmeren van elke geringe lichamelijke en geestelijke rusteloosheid die afkomstig is van hartstochtelijke vreugde. De rust verandert dat laatste zo in een kalm geluk gevolgd door meditatieve verzinking. - Deze vaak voorkomende passage maakt in de leer van de Boeddha het belang duidelijk van geluk als een noodzakelijke voorwaarde voor het bereiken van

Hij weet: 'Ik heb de smetten gedeeltelijk opgegeven, verzaakt, er afstand van gedaan, heb ze verlaten en losgelaten.' En hij verkrijgt enthousiasme voor het doel, verkrijgt enthousiasme voor de leer, verkrijgt blijdschap verbonden met de leer. Als hij verblijd is, is vreugde in hem geboren. Vol vreugde in de geest wordt zijn lichaam rustig. Als zijn lichaam rustig is, voelt hij geluk; en de geest van degene die gelukkig is, wordt geconcentreerd.

Monniken, als een monnik van zo'n deugdzzaamheid, zo'n concentratie en zo'n wijsheid⁴²

concentratie en van geestelijke vooruitgang in het algemeen.

⁴² deugdzzaamheid, concentratie, wijsheid: het commentaar zegt: "Dit heeft betrekking op de drie categorieën van het achtvoudige pad, namelijk deugd (*sīla*), concentratie (*samadhi*) en wijsheid (*pañña-kkhandha*), hier verbonden met het pad van niet-wederkeer."

aalmoezen eet die bestaan uit uitgelezen spijzen, dan is zelfs dat geen hindernis voor hem.⁴³

Hij doordringt met een geest van liefdevolle vriendelijkheid⁴⁴ één richting van de wereld, evenzo de tweede, de derde en evenzo de vierde richting, en ook opwaarts, neerwaarts, rondom en naar alle kanten, en voor allen evenveel welwillende vriendelijkheid als voor zichzelf. Hij doordringt het hele universum met welwillende vriendelijkheid met een geest die groot is, verheven, grenzeloos, en die vrij is van vijandschap en vrij van kwaadwil.

Hij doordringt met een geest van mededogen één richting van de wereld, evenzo de tweede, de

⁴³ Het commentaar zegt: "Het is geen hindernis voor het bereiken van het pad en vervulling van heiligheid." Voor iemand-die-niet-wederkeert, die de band van verlangen naar zinsgenot heeft vernietigd, is er geen gehechtheid aan lekker eten.

⁴⁴ met een geest van welwillende vriendelijkheid: dit en het volgende heeft betrekking op de vier goddelijke verblijven (*Brahma-vihara*).

derde en evenzo de vierde richting, en ook opwaarts, neerwaarts, rondom en naar alle kanten, en voor allen evenveel mededogen als voor zichzelf. Hij doordringt het hele universum met mededogen met een geest die groot is, verheven, grenzeloos, en die vrij is van vijandschap en vrij van kwaadwil.

Hij doordringt met een geest van medevreugde één richting van de wereld, evenzo de tweede, de derde en evenzo de vierde richting, en ook opwaarts, neerwaarts, rondom en naar alle kanten, en voor allen evenveel medevreugde als voor zichzelf. Hij doordringt het hele universum met medevreugde met een geest die groot is, verheven, grenzeloos, en die vrij is van vijandschap en vrij van kwaadwil.

Hij doordringt met een geest van gelijkmoedigheid één richting van de wereld, evenzo de tweede, de derde en evenzo de vierde richting, en ook opwaarts, neerwaarts, rondom en naar alle kanten, en voor allen evenveel gelijkmoedigheid als

voor zichzelf. Hij doordringt het hele universum met gelijkmoedigheid met een geest die groot is, verheven, grenzeloos, en die vrij is van vijandschap en vrij van kwaadwil.

Hij begrijpt wat bestaat, wat laag is, wat verheven is,⁴⁵ en wat voor ontsnapping er is aan dit

⁴⁵ Het commentaar luidt: "Na de meditatie van degene-die-niet-wederkeert getoond te hebben (namelijk de meditatie over de goddelijke verblijven), toont de Gezegende nu de oefening van inzicht (*vipassana*) met als doel heiligheid (*arahatta*). En hij wijst op het bereiken ervan met de woorden: 'Hij begrijpt wat bestaat' (enz.). Deze persoon die niet wederkeert geeft, na te zijn opgekomen uit de meditatie over elk van de vier goddelijke verblijven, als definitie van 'geest' (*nama*) juist die staten van goddelijke verblijven en de geestelijke factoren die ermee verbonden zijn. Hij definieert dan als 'vorm' (*rupa*) de hartbasis (*hadaya-vatthu*) als zijnde de lichamelijke steun voor de geest; en ook de lichamelijke verschijnselen die ervan afstammen, definieert hij als vorm. Als hij op die manier 'geest' en 'vorm' omschrijft, "begrijpt hij wat bestaat." Hierdoor is een definitie van de waarheid van lijden gegeven.

hele veld van waarneming.⁴⁶ Als hij op deze manier weet en ziet, wordt zijn geest bevrijd van de kankers van zinnelijke verlangens, wordt bevrijd van de kanker van worden, bevrijd van de kanker van onwetendheid.

⁴⁷ Als hij bevrijd is, is er het weten: 'Er is bevrijding; en hij weet: 'Geboorte is uitgedoofd, het leven van zuiverheid is geleefd, de taak is volbracht; er is geen

Als hij dan het ontstaan van het lijden begrijpt, verstaat hij 'wat laag is'. Hierdoor is de waarheid van het ontstaan van lijden omschreven. Door verder de middelen om het lijden op te geven te onderzoeken, verstaat hij 'wat verheven is'. Hierdoor is de waarheid van het pad omschreven."

⁴⁶ ...en wat voor ontsnapping ...: Het commentaar luidt: "Hij weet dat er Nibbāna is als een ontsnapping boven die waarneming van de goddelijke verblijven uit. Daardoor is de waarheid van het ophouden omschreven."

⁴⁷ Het verkondigen van de bevrijding van de kankers (*asava*) wijst op het bereiken van heiligheid. Die wordt ook 'uitdoving van de kankers' genoemd.

verder bestaan.’ Zo'n monnik heet: ‘Gewassen met het innerlijke bad.’”⁴⁸

Niet ver van de Gezegende zat de brahmaan Sundarika-Bharadvaja.⁴⁹ En deze vroeg aan de Verhevene: “Gaaf Meester Gotama naar de Bahuka-rivier om er te baden?” – “Wat voor heil, brahmaan, is er in de Bahuka-rivier? Wat kan die rivier doen?” – “Waarlijk, Meester Gotama, vele mensen geloven dat de Bahuka-rivier zuivering geeft en

⁴⁸ ‘gewassen met het innerlijke bad’. Volgens het commentaar gebruikte de Boeddha deze zegswijze om de aandacht van de brahmaan Sundarika-Bharadvaja erop te vestigen. Want deze brahmaan geloofde in zuivering door rituele wassing. De Boeddha zag vooruit dat, indien hij lovend sprak over ‘zuivering door wassing’, de brahmaan zich aangetrokken zou voelen om de wijding onder hem te ontvangen en uiteindelijk Nibbāna zou bereiken.

⁴⁹ Bharadvaja was de naam van de stam van de brahmaan; Sundarika was de naam van de rivier die volgens die brahmaan zuiverende kracht bezat. Zie ook [Sn. III.4, verzen 455-486.](#)

verdienste. Want in de Bahuka-rivier wassen veel mensen de slechte daden weg die zij verricht hebben.”

50

Toen sprak de Gezegende die brahmaan toe met de volgende verzen:

“In wat voor rivieren een dwaas ook baadt,
dat water zal zijn zwarte daad niet reinigen.
Door het water van rivieren kan niet gereinigd worden
de kwaaddoener, de mens die grove en wrede daden
pleegt.

Iemand die zuiver is van hart,
heeft steeds het feest van reiniging⁵¹ en de heilige
dag.⁵²

⁵⁰ Deze verzen zijn hier verkort weergegeven.

⁵¹ Een brahmaans reinigingsfeest in de maand Phagguna (februari-maart).

⁵² Uposatha.

Iemand die zuiver is van hart en die goede daden
verricht,
heeft zijn voorschriften steeds volmaakt.

Dáár moet u, brahmaan, baden⁵³
om u zelf tot een veilige toevlucht voor alle wezens te
maken;
en als u geen onwaarheid spreekt
noch ietsel toebrengt aan ademende wezens,
noch neemt wat niet is gegeven,
als u vol vertrouwen bent en zonder hebzucht,
waarom zou u dan in water baden?"

Hierop sprak de brahmaan
Sundarika-Bharadvaja aldus: "Voortreffelijk, Meester
Gotama, voortreffelijk. De leer is op vele manieren
duidelijk gemaakt door Meester Gotama. Ze wijst de

⁵³ namelijk in de leer van de Boeddha, in de wateren
van het edele achtvoudige pad.

weg aan iemand die verdwaald is; ze houdt een lamp omhoog in de duisternis voor degene die goede ogen heeft om vormen te zien. Tot Meester Gotama neem ik mijn toevlucht en tot de leer en de gemeenschap. Moge ik de eerste wijding van het opgeven van de wereld ontvangen onder Meester Gotama. Moge ik volle toelating ontvangen.”

En de brahmaan Sundarika-Bharadvaja ontving de eerste wijding van het opgeven van de wereld onder de Gezegende, en hij ontving de volle toelating. En niet lang daarna, alleen levend, afgezonderd, ijverig, vurig en vastberaden, begreep en bereikte de eerwaarde Bharadvaja door eigen verwezenlijking reeds in dit leven dat hoogste doel van het zuivere leven, waarvoor mensen van goede familie van huis gaan in het huisloze leven. En hij had direct weten, aldus: “Geboorte is uitgedoofd, het zuivere leven is geleefd, de taak is volbracht, er is geen verder bestaan.”

En de eerwaarde Bharadvaja werd een van de heiligen.

M.8. (M.I.8) Sallekha sutta

Over de opheffing van zelf en andere verkeerde inzichten. De Boeddha onderwees er hoe juist gedacht moet worden, en wel: "Anderen mogen verkeerd handelen in denken, taalgebruik of in daden, maar ik zal juist handelen in denken, in taalgebruik en in daden." Zo te denken is hoger dan het bereiken van de meditatieve verdiepingen (jhanas).

M.8. (M.I.8) opheffing van verkeerde inzichten - Uitwissing

Te Sāvatti, in het park van Anāthapindika. De eerwaarde Mahacunda ging er 's avonds naar de Boeddha en vroeg: "Het volstaat zeker dat een monnik

alleen het begin kent van de verschillende leerstellingen in de wereld, om ze te weerleggen.” – De Boeddha gaf ten antwoord: “Die leerstellingen moeten aldus beschouwd worden: ‘Dit behoort mij niet toe; dit ben ik niet; dit is niet mijn zelf’.

Iemand kan het eerste jhana bereikt hebben en dan denken dat hij al bevrijd is. Maar in de discipline van de edelen heet zoiets: ‘vertoeven op z’n gemak hier en nu.’

Iemand kan het tweede jhana bereikt hebben en dan denken dat hij al bevrijd is. Maar in de discipline van de edelen heet zoiets: ‘vertoeven op z’n gemak hier en nu.’

Iemand kan het derde jhana bereikt hebben en dan denken dat hij al bevrijd is. Maar in de discipline van de edelen heet zoiets: ‘vertoeven op z’n gemak hier en nu.’

Iemand kan het vierde jhana bereikt hebben en dan denken dat hij al bevrijd is. Maar in de discipline

van de edelen heet zoiets: 'vertoeven op z'n gemak hier en nu.'

Iemand kan de sfeer van grenzeloos bewustzijn bereikt hebben en dan denken dat hij al bevrijd is. Maar in de discipline van de edelen heet zoiets: 'vertoeven in vrede.'

Iemand kan de sfeer van niets is er bereikt hebben en dan denken dat hij al bevrijd is. Maar in de discipline van de edelen heet zoiets: 'vertoeven in vrede.'

Iemand kan de grens van mogelijke waarneming bereikt hebben en dan denken dat hij al bevrijd is. Maar in de discipline van de edelen heet zoiets: 'vertoeven in vrede.'

Maar Cunda, hierin moet uitwissing geoefend worden (door te denken):

1. Anderen kunnen kwaad doen, maar wij zullen argeloos worden en geen kwaad doen.

2. Anderen kunnen levende wezens doden, maar wij zullen afzien van het doden en kwellen van levende wezens.
3. Anderen kunnen nemen wat niet is gegeven, maar wij zullen afzien van het nemen wat niet is gegeven.
4. Anderen kunnen onkuis leven, maar wij zullen kuis leven.
5. Anderen kunnen valse getuigenis afleggen en liegen, maar wij zullen afzien van valse getuigenis en van liegen.
6. Anderen kunnen lasteren, maar wij zullen afzien van lasterpraat.
7. Anderen kunnen ruwe taal bezigen, maar wij zullen afzien van het gebruik van ruwe taal.
8. Anderen kunnen zich overgeven aan roddelpraatjes, maar wij zullen afzien van geroddel.
9. Anderen kunnen hebzuchtig zijn, maar wij zullen niet hebzuchtig zijn.

10. Anderen kunnen gedachten van kwaadwil hebben, maar wij zullen geen gedachten van kwaadwil hebben.

11. Anderen kunnen verkeerde visies hebben, maar wij zullen juiste visies hebben.

12. Anderen kunnen verkeerde bedoelingen hebben, maar wij zullen juiste bedoelingen hebben.

13. Anderen kunnen verkeerde taal gebruiken, maar wij zullen juiste taal gebruiken.

14. Anderen kunnen verkeerde daden verrichten, maar wij zullen juiste daden verrichten.

15. Anderen kunnen een verkeerd levensonderhoud hebben, maar wij zullen een juist levensonderhoud hebben.

16. Anderen kunnen verkeerde inspanning doen, maar wij zullen juiste inspanning doen.

17. Anderen kunnen verkeerde oplettendheid hebben, maar wij zullen juiste oplettendheid hebben.

18. Anderen kunnen verkeerde concentratie hebben, maar wij zullen juiste concentratie hebben

19. Anderen kunnen verkeerde kennis en verkeerd weten hebben, maar wij zullen juiste kennis en juist weten hebben.

20. Anderen kunnen verkeerde bevrijding hebben, maar wij zullen juiste bevrijding hebben.

21. Anderen kunnen overweldigd zijn door traagheid en starheid, maar wij zullen vrij zijn van traagheid en starheid.

22. Anderen kunnen opgewonden en rusteloos zijn, maar wij zullen niet opgewonden en niet rusteloos zijn.

23. Anderen kunnen twijfelen, maar wij zullen vrij zijn van twijfel.

24. Anderen kunnen boos zijn, maar wij zullen niet boos zijn.

25. Anderen kunnen vijandig zijn, maar wij zullen niet vijandig zijn.

26. Anderen kunnen kleineren en verachten, maar wij zullen niet kleineren en niet verachten.

27. Anderen kunnen overheersen en heerszuchtig zijn, maar wij zullen niet overheersen en niet heerszuchtig zijn.

28. Anderen kunnen afgunstig en vol nijd zijn, maar wij zullen niet afgunstig en niet vol nijd zijn.

29. Anderen kunnen jaloers zijn, maar wij zullen niet jaloers zijn.

30. Anderen kunnen bedriegen, maar wij zullen niet bedriegen.

31. Anderen kunnen huichelaars zijn, maar wij zullen geen huichelaars zijn.

32. Anderen kunnen koppig zijn, maar wij zullen niet koppig zijn en niet verstokt.

33. Anderen kunnen hoogmoedig zijn, maar wij zullen niet hoogmoedig zijn.

34. Anderen kunnen moeilijk te vermanen zijn en onhandelbaar, maar wij zullen gemakkelijk te vermanen zijn en handelbaar.

35. Anderen kunnen slechte vrienden hebben, maar wij zullen edele vrienden hebben.

36. Anderen kunnen nalatig en onoplettend zijn, maar wij zullen oplettend en achtzaam zijn.

37. Anderen kunnen onbetrouwbaar zijn, maar wij zullen betrouwbaar zijn.

38. Anderen kunnen zonder schaamte zijn, maar wij zullen vol schaamte zijn.

39. Anderen kunnen gewetenloos zijn, maar wij zullen gewetensvol zijn.

40. Anderen kunnen zonder leren zijn, maar wij zullen veel leren.

41. Anderen kunnen lui zijn, maar wij zullen energiek zijn.

42. Anderen kunnen gebrek hebben aan oplettendheid, maar wij zullen gevestigd zijn in oplettendheid.

43. Anderen kunnen zonder wijsheid zijn, maar wij zullen begiftigd zijn met wijsheid.

44. Anderen kunnen een verkeerd begrip hebben overeenkomstig hun persoonlijke opvattingen, zij kunnen daar vast aan houden en het niet gemakkelijk verwerpen, maar wij zullen geen verkeerd begrip hebben overeenkomstig persoonlijke opvattingen, wij zullen daar niet vast aan houden en zullen het met gemak verwerpen.

Zó moet uitwissing geoefend worden.”⁵⁴

* * *

Deze leerrede kan kort samengevat worden met de volgende woorden:

Anderen kunnen verkeerde wilsacties verrichten in daad, woord en gedachten, maar wij zullen vrij zijn

⁵⁴ The Discourse on Effacement (Sallekha Sutta), Maj.Nik. 8, in: Nyânaponika Thera (ed.): *The Simile of the Cloth and The Discourse on Effacement. Two Discourses of the Buddha from the Majjhima-Nikâya*. Kandy 1964, Wheel Publication 61/62, p. 30-42.

van verkeerde wilsacties in daad, woord en gedachten.
Zó moet geoefend worden.

M.9. (M.I.9) Sammāditthi sutta

Te Savatthi, in het Jetavana klooster. Een leerrede van de eerwaarde Sariputta over juiste inzichten en over het bereiken van volmaakte heiligheid. Aan de monniken legde hij uit wat "juist denken" is. Het bestaat in: (a) Het onheilzame onderkennen en de wortel ervan; het heilzame onderkennen en de wortel ervan. Het is weten wat goede en slechte daden zijn en de oorsprong ervan. (2) Weten wat voedsel (āhāra) is, de oorsprong ervan, het ophouden ervan, en de weg naar het ophouden ervan. (3) Weten wat de vier edele waarheden zijn. (4) Weten hoe de factoren van oorzakelijk ontstaan onderling verband houden.

Juist inzicht is het begrijpen wat goed en verkeerd is. Het is het volledige begrijpen van de vier edele waarheden en het niet vasthouden aan eeuwigheidsmeningen betreffende atta, zelf.

M.9. (M.I.9) Juist inzicht

De eerwaarde Sariputta sprak tot de monniken aldus: Wat is juist inzicht?

Als men het onheilzame onderkent en de wortel ervan, als men het heilzame onderkent en de wortel ervan, in zoverre heeft men juist inzicht.

Wat is het onheilzame, wat is de wortel ervan, wat is het heilzame en wat is de wortel ervan?

Onheilzaam is doden, stelen, seksueel verkeerd gedrag, liegen, lasteren, ruwe taal, kletspraat, begeerte, kwaadwil, verkeerde visie.

De wortel van het onheilzame is begeerte, haat, onwetendheid.

Heilzaam is afzien van doden, afzien van stelen, afzien van verkeerd seksueel gedrag, afzien van lasteren, afzien van ruwe taal, afzien van geklets; heilzaam is begeerteloosheid, welwillendheid, juiste visie.

De wortel van het heilzame is vrij te zijn van begeerte, vrij te zijn van haat, vrij te zijn van onwetendheid.

Wie het onheilzame onderkent en de wortel ervan, wie het heilzame kent en de wortel ervan, en wie de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wie de neiging van afkeer heeft verjaagd, wie de neiging van de ik-heid heeft verdelgd, wie het niet weten heeft verloren, wie het weten heeft verworven, die maakt aan *dukkha*, lijden nog in dit leven een einde. In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht; in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Er is nog een andere manier waarop men het juiste inzicht bezit.

Wanneer de edele volgeling het voedsel onderkent en de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan, en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Wat is het voedsel, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan, en het pad dat leidt naar de opheffing ervan?

Er zijn vier soorten van voedsel:
voedsel dat dient voor de vorming van het lichaam;
aanraking, contact (*phassa*);
geestelijke wil (*cetana*);
bewustzijn (*viññana*).

De ontwikkeling van de dorst is oorzaak van de ontwikkeling van het voedsel. Het verdwijnen van de dorst is oorzaak van het verdwijnen van het voedsel.

Het pad dat leidt naar het verdwijnen van het voedsel, is het edele achtvoudige pad, namelijk 1) juist inzicht;⁵⁵ 2) juist denken;⁵⁶ 3) juist spreken;⁵⁷ 4) juist handelen;⁵⁸ 5) juist levensonderhoud;⁵⁹ 6) juiste

⁵⁵ dit is het inzien van de vier edele waarheden.

⁵⁶ dit is het hebben van een onthoudende, vredige, geweldloze gezindheid.

⁵⁷ dit is het gebruiken van ware, verzoenende, milde en wijze taal (ook in geschrift).

⁵⁸ dit is afzien van doden, van stelen, en van ongeoorloofd seksueel gedrag.

⁵⁹ dit is zodanig in levensonderhoud voorzien dat men anderen geen schade of nadeel of letsel toebrengt.

inspanning;⁶⁰ 7) juiste oplettendheid;⁶¹ 8) juiste ontwikkeling van de geest of juiste concentratie.⁶²

De edele volgeling kent nu het voedsel, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan, en het proces dat leidt naar de opheffing ervan. En hij heeft de neiging van de begeerte volledig verloochend, heeft de neiging van afkeer verjaagd, heeft de neiging van de ik-heid verdelgd, heeft onwetendheid verloren, het weten verworven. Zo maakt hij aan *dukkha*, lijden nog in dit leven een einde. In zoverre heeft men juist inzicht. In zoverre behoort men tot de edele leer.

⁶⁰ ze bestaat erin dat men het onheilzame niet laat opkomen, dat het reeds opgekomen onheilzame overwonnen wordt, dat het reeds ontstane heilzame behouden wordt en dat het heilzame dan tot ontwikkeling gebracht wordt.

⁶¹ die bestaat in het voortdurend beschouwen van het lichaam, van de gevoelens, van de geest en van de geestelijke objecten.

⁶² Dit is het vertoeven in de vier meditatieve verdiepingen (jhanas).

Er is nog een andere manier waarop men het juiste inzicht bezit.

Wie *dukkha*, het lijden onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft de edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Wat nu is *dukkha*, lijden, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan? – Geboorte is *dukkha*, lijden; ouder worden is *dukkha*, lijden; ziekte is *dukkha*, lijden; sterven is *dukkha*, lijden; verdriet, geweeklaag, pijn, leed en wanhoop zijn *dukkha*, lijden; het verenigd zijn met wie of waarmee men een afkeer heeft, is *dukkha*, lijden; het gescheiden zijn van wie of van wat men liefheeft, is *dukkha*, lijden; niet te krijgen wat men graag heeft, is *dukkha*, lijden; kortom de vijf groeperingen van hechten zijn *dukkha*, lijden.

Het ontstaan van *dukkha*, lijden is als volgt: het is de begeerte (*tanha*) die wedergeboorte doet ontstaan, die vergezeld gaat van genoeg en lust en die nu eens hier en dan weer daar steeds nieuw behagen schept. Met andere woorden, het is het verlangen naar zinnelijke begeerten, het verlangen naar bestaan en het verlangen naar niet-bestaan.

De opheffing van *dukkha*, lijden is als volgt: het is het volledig wegebben en het volledig uitdoven van die begeerte, het verwerpen, het opgeven en het achterlaten ervan; het is de bevrijding ervan en het zich losmaken ervan.

Het pad dat leidt naar de opheffing van *dukkha*, lijden, is niets anders dan het edele achtvoudige pad, namelijk juist inzicht, juist denken, juist spreken, juist handelen, juist levensonderhoud, juiste inspanning, juiste oplettendheid, juiste ontwikkeling van de geest of juiste concentratie.

Wanneer men de vier edele waarheden onderkent, en wanneer men de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer men de neiging van afkeer heeft verjaagd, de neiging van de ik-heid heeft verdelgd, wanneer men het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt men aan *dukkha*, lijden nog in dit leven een einde. In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Er is nog een andere manier waarop men het juiste inzicht bezit.

Wanneer men het ouder worden en sterven onderkent en de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft men juist inzicht.

Wat is ouder worden en sterven, wat is de ontwikkeling ervan, wat is de opheffing ervan en wat is het pad dat leidt naar de opheffing ervan? - Wat hier

of elders veroudering is, verval van de tanden, vergrijzing, het rimpelen van de huid, het afnemen van de levenskracht, het afsterven van de zinsorganen: dat heet ouder worden.

Wat hier of elders het afscheiden is, het uiteenvallen, het verdwijnen, de dood, het beëindigen van de levenstijd, het uiteenvallen van de groeperingen van bestaan, het afwerpen van het lichaam: dat heet sterven.

De ontwikkeling van de geboorte is oorzaak voor de ontwikkeling van ouderdom en dood. De opheffing van geboorte is oorzaak voor de opheffing van ouderdom en dood. En het pad naar opheffing ervan is het edele achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling ouderdom en sterven onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer de neiging van de

afkeer is verjaagd, de neiging van de ik-heid is verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Verder, wanneer de edele volgeling de geboorte onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Wat is geboorte, wat is de ontwikkeling ervan, wat is de opheffing ervan en wat is het pad dat leidt naar de opheffing ervan? – Wat hier of elders het voortgebracht worden is, het in het bestaan treden, het verschijnen van de groeperingen van bestaan, het verkrijgen van de zintuiglijke organen, het geboren worden: dat heet geboorte.

De ontwikkeling van het worden is oorzaak voor de ontwikkeling van de geboorte. De opheffing van het worden is oorzaak voor de opheffing van de geboorte. Het pad dat leidt naar de opheffing ervan is het edele achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling de geboorte onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en de weg die leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer hij de neiging van de afkeer heeft verjaagd, de neiging van de ik-heid heeft verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Verder, wanneer de edele volgeling het worden onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan

en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Er zijn drie soorten van worden: zinnelijk worden; worden met vorm en vormloos worden. De ontwikkeling van de in bezit name (het hechten) is oorzaak voor de ontwikkeling van het worden. De opheffing van de in bezit name (het hechten) is oorzaak voor opheffing van het worden. Het pad dat leidt naar de opheffing van het worden is het edele achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling het worden onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en de weg die leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer hij de neiging van de afkeer heeft verjaagd, de neiging van de ik-heid heeft verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist
inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Verder, wanneer de edele volgeling de in bezit
name, het hechten onderkent, de ontwikkeling ervan,
de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de
opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Er zijn vier soorten van in bezit name
(hechten): de in bezit name van (het hechten aan) de
zinnelijkheid, de in bezit name van (het hechten aan)
meningen, de in bezit name van (het hechten aan)
deugdzame werken, de in bezit name van (het hechten
aan) de eigen persoonlijkheid.

De ontwikkeling van de dorst is de oorzaak voor
de ontwikkeling van de in bezit name (het hechten).
De opheffing van de dorst is de oorzaak voor de
opheffing van de in bezit name (het hechten). Het pad
dat leidt naar de opheffing ervan is het edele
achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling de in bezit name (het hechten) onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en de weg die leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer de neiging van de afkeer is verjaagd, de neiging van de ik-heid is verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Verder, wanneer de edele volgeling de dorst onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Er zijn zes soorten dorst: dorst naar vormen, dorst naar geluiden, dorst naar geuren, dorst naar

smaken, dorst naar aanrakingen, dorst naar gedachten.

De ontwikkeling van het gevoel is oorzaak voor de ontwikkeling van de dorst. De opheffing van het gevoel is oorzaak voor de opheffing van de dorst. Het pad dat leidt naar de opheffing van de dorst is het edele achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling de dorst onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en de weg die leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer de neiging van de afkeer is verjaagd, de neiging van de ik-heid is verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Verder, wanneer de edele volgeling het gevoel onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Er zijn zes soorten van het gevoel: gevoel ontstaan door contact met het oog; gevoel ontstaan door contact met het oor; gevoel ontstaan door contact met de neus; gevoel ontstaan door contact met de tong; gevoel ontstaan door contact met het lichaam; gevoel ontstaan door contact met de geest.

De ontwikkeling van het contact is oorzaak voor de ontwikkeling van het gevoel. De opheffing van het contact is oorzaak voor de opheffing van het gevoel. Het pad dat leidt naar de opheffing van gevoel is het edele achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling het gevoel onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en de weg die leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft

verloochend, wanneer de neiging van de afkeer is verjaagd, de neiging van de ik-heid is verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Verder, wanneer de edele volgeling het contact (de aanraking) onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Er zijn zes soorten van contact: contact met het oog; contact met het oor; contact met de neus; contact met de tong; contact met het lichaam, contact met de geest.

De ontwikkeling van het zesvoudige bereik der zintuigen is oorzaak voor de ontwikkeling van contact. De opheffing van het zesvoudige bereik der zintuigen

is oorzaak voor de opheffing van contact. Het pad naar opheffing van contact is het edele achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling het contact onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en de weg die leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer de neiging van de afkeer is verjaagd, de neiging van de ik-heid is verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Verder, wanneer de edele volgeling het bereik of gebied van de zes zintuigen onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Er zijn zes gebieden: het gebied van het oog; het gebied van het oor; het gebied van de neus; het gebied van de tong; het gebied van het lichaam; het gebied van de geest.

De ontwikkeling van naam en vorm is oorzaak voor de ontwikkeling van het bereik van de zes zintuigen. De opheffing van naam en vorm is oorzaak voor de opheffing van het bereik van de zes zintuigen. Het pad dat leidt naar de opheffing van het bereik van de zes zintuigen is het edele achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling het bereik van de zes zintuigen onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en de weg die leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer de neiging van de afkeer is verjaagd, de neiging van de ik-heid is verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Verder, wanneer de edele volgeling naam en vorm onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Gevoel, waarneming, gedachte, aanraking, oplettendheid, dat noemt men naam. De vier elementen [aarde, water, vuur en lucht] en wat door die vier elementen gevormd bestaat, dat noemt men vorm. Samen noemt men dat naam en vorm.

De ontwikkeling van het bewustzijn is oorzaak voor de ontwikkeling van naam en vorm. De opheffing van het bewustzijn is oorzaak voor de opheffing van naam en vorm. Het pad dat leidt naar de opheffing van naam en vorm is het edele achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling naam en vorm onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan

en de weg die leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer de neiging van de afkeer is verjaagd, de neiging van de ik-heid is verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Verder, wanneer de edele volgeling het bewustzijn onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Er zijn zes soorten bewustzijn: oombewustzijn, oorbewustzijn, neusbewustzijn, tongbewustzijn, lichaambewustzijn, geestbewustzijn.

De ontwikkeling van de formaties is oorzaak voor de ontwikkeling van het bewustzijn. De opheffing

van de formaties is oorzaak voor de opheffing van het bewustzijn. Het pad dat leidt naar de opheffing van het bewustzijn is het edele achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling het bewustzijn onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en de weg die leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer de neiging van de afkeer is verjaagd, de neiging van de ik-heid is verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Verder, wanneer de edele volgeling de formaties (*sankhara*) onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Er zijn drie soorten formaties: formaties van het lichaam; formaties van de taal; formaties van het hart.

De ontwikkeling van onwetendheid is oorzaak voor de ontwikkeling van de formaties. De opheffing van de onwetendheid is oorzaak voor de opheffing van de formaties. Het pad dat leidt naar de opheffing van de formaties is het edele achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling de formaties onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en de weg die leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer de neiging van de afkeer is verjaagd, de neiging van de ik-heid is verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Verder, wanneer de edele volgeling de onwetendheid onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Onwetendheid bestaat hierin: het lijden niet kennen, de ontwikkeling van lijden niet kennen, de opheffing van het lijden niet kennen, het pad dat leidt naar de opheffing van lijden niet kennen.

De ontwikkeling van de neigingen (driften) is oorzaak voor de ontwikkeling van de onwetendheid. De opheffing van de neigingen is oorzaak voor de opheffing van de onwetendheid. Het pad dat leidt naar de opheffing van onwetendheid is het achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling de onwetendheid onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en de weg die leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer de neiging van de afkeer is

verjaagd, de neiging van de ik-heid is verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

Verder, wanneer de edele volgeling de neigingen (*asava*) onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en het pad dat leidt naar de opheffing ervan, in zoverre heeft hij juist inzicht.

Er zijn drie soorten van neigingen: neiging tot zinnelijkheid, neiging tot bestaan, neiging tot onwetendheid.

De ontwikkeling van de onwetendheid is oorzaak voor de ontwikkeling van de neigingen. De opheffing van de onwetendheid is oorzaak voor de opheffing van de neigingen. Het pad dat leidt naar de opheffing van de neigingen is het edele achtvoudige pad.

Wanneer nu de edele volgeling de neigingen onderkent, de ontwikkeling ervan, de opheffing ervan en de weg die leidt naar de opheffing ervan, en wanneer hij de neiging van de begeerte volledig heeft verloochend, wanneer de neiging van de afkeer is verjaagd, de neiging van de ik-heid is verwoest, wanneer hij het niet weten heeft verloren, het weten heeft verworven, dan maakt hij nog in dit leven aan *dukkha*, lijden een einde.

In zoverre heeft een edele volgeling juist inzicht, in zoverre behoort hij tot de edele leer.

M.10. (M.I.10) Satipatthāna sutta

In het land van de Kuru, in de plaats Kammāsadamma. Daar onderwees de Boeddha de monniken over de grondslagen van oplettendheid.

Dit sutta is gelijk aan Digha Nikaya 22, maar zonder de uitleg van de vier edele waarheden.

[Voor een vertaling van deze leerrede, zie:

[De vier grondslagen van oplettendheid](#)]

M.11. (M.II.1) Cūlasīhanāda sutta

Te Sāvatti. Over de vier soorten van asceten.

De ware monnik is alleen te vinden in de Orde van de Boeddha.

De volmaakte heiligen zijn zonder begeerte, zonder haat en zonder illusie. Zij zijn zonder verlangen naar iets en hechten nergens meer aan. Zij zijn bevrijd van alle lijden.

M.11. (M.II.1) vier soorten van asceten

Te Sāvatti, in het park van Anāthapindika. De Boeddha sprak er tot de monniken over de vier

soorten van asceten. Zij zijn zonder verlangen naar ruzie en twist met andere monniken.

Alleen hier⁶³ bestaat een ware monnik, een tweede ware monnik, een derde ware monnik, alleen hier bestaat een vierde ware monnik. Andere leerstellingen zijn leeg van ware monniken.⁶⁴

Waarom alleen hier? – Wel, vier dingen zijn er:
1. vertrouwen in de leraar; 2. vertrouwen wat betreft de Dhamma; 3. vervulling van de oefening van deugdzaamheid; 4. onze medevolgelingen in de Dhamma, hetzij leken hetzij monniken en nonnen, zijn ons lief en aangenaam.

⁶³ "alleen hier" betekent: bij de volgelingen van de Boeddha.

⁶⁴ De vier ware monniken (*samana*) zijn de vier soorten van edelen, de vier soorten van heiligen.

Wat is hier anders dan bij andere leraren? - Het doel is één en niet veelvoudig.⁶⁵

Dat doel is bereikbaar voor iemand die vrij is van begeerte. Het is niet bereikbaar voor iemand die nog onderhevig is aan begeerte.

Dat doel is bereikbaar voor iemand die vrij is van haat. Het is niet bereikbaar voor iemand die nog onderhevig is aan haat.

Dat doel is bereikbaar voor iemand die vrij is van onwetendheid. Het is niet bereikbaar voor iemand die nog onderhevig is aan onwetendheid.

Dat doel is bereikbaar voor iemand die vrij is van verlangen, die vrij is van hechten. Het is bereikbaar voor iemand met inzicht. Het is bereikbaar voor iemand die geen voorkeur en geen afkeer heeft.

⁶⁵ De volgelingen van die andere leraren zagen verschillende sferen van bestaan, die met de meditatieve verdiepingen corresponderen, als hoogste doel.

Het doel is bereikbaar voor iemand die geen behagen schept in het theoretisch buiten de perken gaan.

Met welk recht mogen jullie over die vier asceten spreken? Wel, jullie hebben de Meester lief, jullie hebben de leer lief, jullie vervullen de regels van de Orde, en rechtschapen mensen zijn jullie waard en dierbaar, zowel wereldlijke als geestelijke mensen.

Als andere asceten dan zeggen dat zij eveneens de Meester liefhebben, en wel hun eigen meester en hun eigen leer, en als zij dan vragen wat het verschil is tussen jullie en die asceten, dan moeten jullie antwoorden: "Is de volmaaktheid uniek of is ze algemeen?" - "Ze is uniek. "En die volmaaktheid is het bezit van de begeerteloze, van de haatloze, van de waanloze. De volmaaktheid heeft degene zonder dorst, en degene die niet meer ergens aan hecht, en degene die weet.

Deze volmaaktheid heeft degene die niet verheugd noch ontstemd is. De volmaakte schept behagen in geen verscheidenheid.

Er zijn twee soorten van meningen, de mening van bestaan en de mening van niet-bestaan. Degenen die de oorsprong, het verdwijnen, de bevrediging en het ontkomen in het geval van deze twee meningen juist begrijpen, lust en lijden, en de overwinning overeenkomstig de waarheid, die geen dorst meer hebben, die niet meer ergens aan hechten, zij die weten, die niet enthousiast noch ontstemd zijn, die geen verscheidenheid behaagt, zij zijn vrij van begeerte, haat en onwetendheid. Zij zijn vrij van verlangen en hechten. Zij hebben inzicht. Zij hebben geen voorkeur en geen afkeer. En zij scheppen geen behagen in het theoretisch buiten de perken gaan. Zij zijn bevrijd van geboorte, ouderdom en dood; zijn bevrijd van pijn, leed, geweeklaag, verdriet en wanhoop. Zij zijn vrij van *dukkha*.

Er zijn vier soorten van hechten, namelijk hechten aan zin-genot; hechten aan meningen, hechten aan regels en rituelen; hechten aan een leer van een zelf.⁶⁶

Er zijn monniken en brahmanen die beweren de volledige doordringing van alle soorten van hechten te leren. Maar zij beschrijven die soorten van hechten niet volledig omdat zij ze niet overeenkomstig de werkelijkheid begrijpen.

Bij een dergelijke leer en discipline is het duidelijk dat het vertrouwen met betrekking tot de leraar en tot de Dhamma niet in de juiste richting gaat; dat de vervulling van de oefening van deugdzaamheid niet in de juiste richting gaat, en dat de toeneiging onder de metgezellen in de Dhamma

⁶⁶ De leer van niet-zelf is uniek; is alleen te vinden in de Dhamma van de Boeddha.

niet in de juiste richting gaat. Want de leer en discipline is er slecht onderwezen, slecht uitgelegd. Ze leidt niet naar bevrijding, naar vrede; ze is uitgelegd door iemand die niet volledig verlicht is.

Maar een Tathāgata, een volledig Ontwaakte beschrijft het volledige doordringen van alle soorten van hechten volledig. Hij beschrijft de volledige doordringing van hechten aan zin-genot, van hechten aan meningen, van hechten aan regels en rituelen, en van hechten aan de leer van een zelf.

Bij een dergelijke leer en discipline is het duidelijk dat het vertrouwen met betrekking tot de leraar in de juiste richting gaat, en ook het vertrouwen in de Dhamma; dat de vervulling van de oefening van deugdzaamheid in de juiste richting gaat en dat de toeneiging onder de metgezellen in de Dhamma in de juiste richting gaat. Want Dhamma en discipline zijn goed verkondigd en goed uitgelegd, bevrijdend, naar

vrede leidend, uitgelegd door iemand die volledig verlicht is.

[De Volmaakte is in staat alle hechten vanaf de basis uit te leggen]. Die vier soorten van hechten hebben verlangen (dorst) als oorsprong. Verlangen (dorst) heeft gevoel als oorsprong. Gevoel heeft contact, aanraking als oorsprong. Contact, aanraking heeft de zesvoudige basis van de zintuigen als oorsprong. De zesvoudige basis heeft naam en vorm als oorsprong. Naam en vorm heeft bewustzijn als oorsprong. Bewustzijn heeft formaties als oorsprong. Formaties hebben onwetendheid als oorsprong.

Wanneer onwetendheid overwonnen wordt en echt weten bij iemand ontstaat, dan hecht hij niet meer aan zin-genot, dan hecht hij niet meer aan meningen, niet meer aan regels en rituelen, hecht niet meer aan de leer van een zelf. Wanneer hij niet meer

aan iets hecht, is hij niet opgewonden. Wanneer hij niet opgewonden is, bereikt hij persoonlijk Nibbana. Hij begrijpt dan dat geboorte ten einde is gebracht, dat het heilige leven geleefd is, dat gedaan is wat gedaan moest worden. Er is verder niets meer te doen.

De monniken verheugden zich over de woorden van de Boeddha.

M.12. (M.II.2) Mahāsīhanāda sutta

Een vroegere monnik beweerde dat de Boeddha geen volledige Verlichting bereikt had, alleen maar theoretische kennis had. De Boeddha sprak toen over zijn bovennatuurlijke krachten, over de tien krachten van een Boeddha, over vier soorten van zekerheid, acht soorten bijeenkomsten, vier soorten van wedergeboorte, de werelden van bestaan, Nibbana. De

beoefening van pijnlijke ascese leidt niet naar het doel.

M.12. (M.II.2) De kippenvel-leerrede; bovennatuurlijke krachten

Eens vertoefde de Verhevene te Vesāli, aan de rand van het bos. De Licchavi-prins Sunakkhatta was kort daarvoor uit de Orde getreden. Hij beweerde op de bijeenkomst van de mensen van Vesali dat de Boeddha Gotama geen bovenmenselijke toestanden bereikt had. Dat hij geen helderheid van weten en inzicht had welke de edelen waardig is. De Boeddha zou alleen theoretische kennis hebben, alles uitgedacht. En de Boeddha zou de Dhamma

onderwijzen dat ze iemand die ze uitoefent, naar volledige vernietiging van *dukkha* leidt.⁶⁷

De eerwaarde Sāriputta hoorde tijdens zijn aalmoezenrondgang wat die prins allemaal vertelde. Na zijn terugkeer ging hij naar de Verhevene toe en vertelde hem wat de prins vertelde. – “De prins is toornig, en daarom spreekt hij zo. Maar hij prijst mij want hij zegt dat het doel van mijn leer is naar volledige vernietiging van *dukkha*, lijden te leiden.”

“Maar bij hem is geen idee van de waarheid; deze verkeerd geleide man zal nooit tot de conclusie komen: 'De Verhevene is volmaakt ontwaakt, volmaakt in weten en gedrag, een kenner van de werelden, een onvergelijkbare leider van mensen die bedwongen moeten worden, een leraar van goden en mensen, hij is verheven en verlicht.'

⁶⁷ Blijkbaar hield deze verblinde prins het einde van *dukkha* voor een gering doel en dacht hij dat het hebben van bovennatuurlijke krachten hoger was.

"En hij zal nooit tot de conclusie komen: 'De Verhevene verheugt zich over de verschillende soorten van bovennatuurlijke krachten, namelijk van één vermenigvuldigt hij zich; en daarna wordt hij weer een; hij verschijnt en verdwijnt; hij gaat ongehinderd door een muur, een omheining, een berg, alsof hij zich door de vrije ruimte beweegt; hij duikt in de grond en weer eruit alsof het water was; hij loopt over het water zonder te zinken alsof het aarde was; hij reist in de lotuszit door de ruimte als een vogel; met de hand raakt hij maan en zon aan die zo krachtig en machtig zijn; hij heeft lichamelijke beheersing die zelfs tot de wereld van Brahmâ rijkt.'

"En hij zal nooit tot de conclusie komen: 'Met het hemelse oor dat gezuiverd is en dat het menselijke oor overtreft, hoort die Verhevene beide soorten van geluiden, de hemelse en de menselijke, de geluiden die veraf zijn net zo als de geluiden die nabij zijn.

En hij zal nooit tot de conclusie komen: 'Dit is de Volmaakte die het gemoed van anderen kent. En die Verhevene omvat het hart van andere wezens, andere personen met zijn eigen hart. Hij begrijpt een geest die beïnvloed is door begeerte als door begeerte beïnvloed. En hij begrijpt een geest die niet door begeerte beïnvloed is, als niet door begeerte beïnvloed. Hij begrijpt een geest die beïnvloed is door haat als door haat beïnvloed. En hij begrijpt een geest die niet door haat beïnvloed is, als niet door haat beïnvloed. Hij begrijpt een geest die beïnvloed is door onwetendheid als door onwetendheid beïnvloed. En hij begrijpt een geest die niet door onwetendheid beïnvloed is, als niet door onwetendheid beïnvloed. Hij begrijpt een geest die samengetrokken is als samengetrokken. En hij begrijpt een geest die afgeleid is, als afgeleid. Hij begrijpt een verheven geest als verheven; en een niet verheven geest als niet verheven. Hij begrijpt een overtreffbare geest als

overtrefbaar; en een onovertreffbare geest als onovertreffbaar. Hij begrijpt een geconcentreerde geest als geconcentreerd; en een ongeconcentreerde geest als ongeconcentreerd. Hij begrijpt een bevrijde geest als bevrijd; en een onbevrijde geest als onbevrijd.'

(De tien krachten van een Tathāgata)

"De Tathāgata heeft de tien krachten van een Tathāgata, en omdat hij die bezit, maakt hij aanspraak op de plaats als aanvoerder van de kudde, laat hij zijn leeuwengebrul in de bijeenkomsten horen, en zet hij het wiel van de leer in beweging.⁶⁸ Die tien krachten zijn:

(1) "De Tathāgata begrijpt overeenkomstig de werkelijkheid het mogelijke als mogelijk en het onmogelijke als onmogelijk.

⁶⁸ Het in beweging zetten van het wiel der leer betekent: de waarheid te doordringen en ze te onderwijzen.

(2) "De Tathāgata begrijpt overeenkomstig de werkelijkheid de gevolgen van verrichte daden, vroegere, toekomstige en tegenwoordige, met de mogelijkheden en met de oorzaken.

(3) De Tathāgata begrijpt overeenkomstig de werkelijkheid de wegen die naar alle bestemmingsoorden leiden.

(4) De Tathāgata begrijpt overeenkomstig de werkelijkheid de wereld met haar vele en verschillende elementen.⁶⁹

(5) De Tathāgata begrijpt overeenkomstig de werkelijkheid hoe de levende wezens verschillende neigingen hebben.

(6) De Tathāgata begrijpt overeenkomstig de werkelijkheid de aanleg van andere levende wezens, andere personen, tot hun vaardigheden.

(7) De Tathāgata begrijpt overeenkomstig de werkelijkheid het bevleken, de reiniging en het

⁶⁹ Meer hierover, zie in: [M.115](#).

opduiken met betrekking tot de jhanas, bevrijdingen, concentraties en bereikingstoestanden.⁷⁰

(8) De Tathāgata herinnert zich aan zijn vele vroegere levens, d.w.z. aan één geboorte, twee geboorten, drie geboorten, vier geboorten, vijf geboorten, tien geboorten, twintig geboorten, dertig geboorten, veertig geboorten, vijftig geboorten, honderd geboorten, duizend geboorten, honderdduizend geboorten, veel aeonen waarin het universum zich samentrok, veel aeonen waarin het universum zich uitbreidde, veel aeonen waarin het universum zich samentrok en uitbreidde. 'Daar werd ik zo en zo genoemd, was van zo'n familie, met zo'n verschijning, zodanig was mijn voedsel, zo mijn beleven van geluk en pijn, zo mijn levensspanne. En nadat ik van daar heengegaan was, verscheen ik ergens anders weer. Ook daar werd ik zo en zo genoemd, was van zo'n

⁷⁰ Verschillende namen voor hogere geestelijke toestanden van de concentratie. Zie o.a. [M.77](#) en [M.137](#).

familie, met zo'n verschijning, zodanig was mijn voedsel, zo mijn beleven van geluk en pijn, zo mijn levensspanne. En nadat ik van daar heengegaan was, verscheen ik hier weer.'

(9) Met het hemelse oog dat gezuiverd is en het menselijke oog overtreft, ziet de Tathāgata de wezens sterven en weer verschijnen, lage en hoge, mooie en lelijke, in geluk en ellende, en hij begrijpt hoe de wezens overeenkomstig hun daden wedergeboren worden: 'Die geachte wezens die zich met lichaam, taalgebruik en geest slecht hebben gedragen, die de edelen gesmaad hebben, die verkeerde visies hadden en die in hun daden tot uitdrukking lieten komen, zijn na de dood in omstandigheden die door ontberingen bestempeld zijn, wedergeboren, op een ongelukkige plaats van bestemming, in verderfenis, ja zelfs in de hel. Maar die geachte wezens die zich met lichaam, taalgebruik en geest goed gedragen hebben, die de edelen niet gesmaad hebben, die juiste visies hadden

en die in hun daden tot uitdrukking lieten komen, zijn na de dood op een gelukkige plaats van bestemming wedergeboren, ja zelfs in de hemelse wereld.' Zo ziet hij met het hemelse oog dat gezuiverd is en dat het menselijke oog overtreft, de wezens sterven en weer verschijnen, lage en hoge, mooie en lelijke, in geluk en ellende, en hij begrijpt hoe de wezens overeenkomstig hun daden voortgaan.

(10) De Tathāgata treedt door eigen verwerking met hogere geestelijke kracht, hier en nu, binnen in de bevrijding van het hart, de bevrijding door wijsheid, die met de vernietiging van de neigingen neigingsvrij is, en hij vertoeft daarin.

De Tathāgata heeft deze tien krachten. En daarom maakt hij aanspraak op de plaats als aanvoerder van de kudde, laat hij zijn leeuwengebrul horen en zet hij het wiel der leer in beweging."

"Sāriputta, wanneer ik op een dergelijke manier weet en zie, zou dan iemand van mij zeggen dat ik geen bovenmenselijke toestanden heb bereikt, dat ik geen helderheid van het weten heb en van het inzicht dat de edelen waardig is, dat ik een Dhamma onderwijs die alleen maar met het verstand is uitgedacht, dan zal die persoon als hij dat gepraat en die gedachten niet opgeeft, in de hel terecht komen. Juist zoals een Bhikkhu, die deugdzaamheid, concentratie en wijsheid bezit, zich hier en nu zou verheugen over uiteindelijk inzicht,⁷¹ zo zal het ook in dit geval gebeuren, dat hij, wanneer hij die visie niet opgeeft, in de hel zal terecht komen.

(Vier soorten van zelfzekerheid, vertrouwen)

"Sāriputta, de Tathāgata heeft de volgende vier soorten van zelfzekerheid, en omdat hij die bezit

⁷¹ De zekerheid over het verkrijgen van de bevrijding.

maakt hij aanspraak op de plaats als leider van de kudde, laat hij zijn leeuwengebrul horen en zet hij het wiel der leer in beweging. Die vier soorten van zelfzekerheid zijn:

1) ik zie geen basis waarop mij iemand in de wereld ervan zou kunnen beschuldigen dat ik niet volledig verlicht ben. Omdat ik geen basis daarvoor zie, vertoef ik in zekerheid, zonder angst en in zelfzekerheid. [De Volmaakte is volledig ontwaakt.]

2) Ik zie geen basis waarop mij iemand in deze wereld ervan zou kunnen beschuldigen dat ik de neigingen niet vernietigd heb. Omdat ik geen basis ervoor zie, vertoef ik in zekerheid, zonder angst en in zelfzekerheid. [De Volmaakte heeft onwetendheid opgedroogd.]

3) Ik zie geen basis waarop mij iemand in deze wereld ervan zou kunnen beschuldigen dat de hindernissen die ik noem, niet in staat zijn iemand die erin verwickeld is, te hinderen. Omdat ik geen basis ervoor

zie, vertoef ik in zekerheid, zonder angst en in zelfzekerheid.

4) Ik zie geen basis waarop mij iemand in deze wereld ervan zou kunnen beschuldigen dat wanneer ik iemand de Dhamma onderwijs, ze hem dan als hij die in praktijk brengt, niet naar de volledige vernietiging van *dukkha* leidt. Omdat ik geen basis ervoor zie, vertoef ik in zekerheid, zonder angst en in zelfzekerheid.

[Niemand kan met recht mij afwijzen, mijn leer weerleggen, zoiets bestaat niet.]

Een Tathāgata heeft deze vier soorten van zelfzekerheid en daarom maakt hij aanspraak op de plaats als leider van de kudde."

"Sāriputta, wanneer ik op een dergelijke manier weet en zie, zou dan iemand van mij kunnen zeggen: 'De monnik Gotama heeft geen enkele bovenmenselijke toestanden bereikt, heeft geen helderheid van het weten en van het inzicht dat de

edelen waardig is. De monnik Gotama onderwijst een Dhamma die alleen met het verstand is uitgedacht, volgt zijn eigen overwegingen zoals het hem invalt.' Als iemand dat zou beweren en met dat gepraat en dat denken niet ophoudt, dan zal hij in de hel terecht komen.'

(De acht bijeenkomsten)

Er zijn acht bijeenkomsten: die van de krijgers; die van de brahmanen; die van de burgers; die van de asceten; die van de vier grote koningen (de goden van de vier streken); die van de goden van de Drieëndertig; die van de zinnelijke goden; en die van de heilige goden.

De Volmaakte gaat met vertrouwen onder die bijeenkomsten, vele honderden. En ik bleef er rustig, onverstoord, vol vertrouwen.

"Ik herinner me eraan dat ik vele honderden
bijeenkomsten van edelen bezocht heb, vele
honderden bijeenkomsten van brahmanen, vele
honderden bijeenkomsten van gezinshoofden, vele
honderden bijeenkomsten van monniken. Ik herinner
me eraan dat ik vele honderden bijeenkomsten van
wezens van de hemel van de Vier Grote Koningen
bezocht heb, vele honderden bijeenkomsten van
wezens van de hemel van de Drieëndertig, vele
honderden bijeenkomsten van het gevolg van Mara,
vele honderden bijeenkomsten van het gevolg van
Brahmā.

En al eerder heb ik met hen daar samen
gezet en met hen gesproken, mij met hen
onderhouden. En toch zie ik geen reden ervoor dat
men kan denken dat vrees en angst mij daar had
kunnen overkomen. En omdat ik geen reden ervoor
zie, vertoef ik in zekerheid, vrij van angst en met
zelfzekerheid."

"Sāriputta, wanneer ik op een dergelijke manier weet en zie, zou dan iemand van mij zeggen dat ik geen bovenmenselijke toestanden heb bereikt, dat ik geen helderheid van het weten heb en van het inzicht dat de edelen waardig is, dat ik een Dhamma onderwijs die alleen maar met het verstand is uitgedacht, dan zal die persoon als hij dat gepraat en die gedachten niet opgeeft, in de hel terecht komen."

(Vier soorten van ontstaan)

"Er zijn vier soorten schoten: die van het ei; die van het lichaam; die van de gisting (uit vochtigheid); en die van het spontane ontstaan.

Als een wezen de schaal van het ei doorbreekt en ter wereld komt, dat is de schoot van het ei.

Als een wezen uit een vruchtblaas komt, uit het lichaam ter wereld komt, dat noemt men de schoot van het lichaam.

De schoot van de gisting, van de vochtigheid is als een wezen in rottende vis of rottend vlees of in rot eten ter wereld komt, of in een poel of plas.

De schoot van spontaan ontstaan is die van hemelse wezens en van bewoners in de hel en bepaalde menselijke wezens en enige wezens in de lagere werelden."

"Sāriputta, wanneer ik op een dergelijke manier weet en zie, zou dan iemand van mij zeggen dat ik geen bovenmenselijke toestanden heb bereikt, dat ik geen helderheid van het weten heb en van het inzicht dat de edelen waardig is, dat ik een Dhamma onderwijs die alleen maar met het verstand is uitgedacht, dan zal die persoon als hij dat gepraat en die gedachten niet opgeeft, in de hel terecht komen."

(De vijf sferen van bestaan en Nibbāna)

Er zijn vijf sferen van bestaan: 1. de neerwaartse weg, de hel; 2. de dierlijke sfeer; 3. het geestenrijk; 4. het mensenrijk; 5. het rijk van de goden. – Al die sferen van bestaan ken ik, en de weg ernaar toe, en de daden die ernaartoe leiden.

Ik ken ook nibbana, de opheffing van onwetendheid, het pad ernaar toe, en het gedrag dat ernaartoe leidt. Door opheffing van onwetendheid bereikt men nog in dit leven de bevrijding door wijsheid.

En ik doorschouw en onderken het gemoed van iemand. Aldus gedraagt hij zich, zo'n weg heeft hij genomen dat hij na de dood in verderf en onheil komt. Later zie ik hem dan met het hemelse oog hoe hij

vervuld is van smartelijke, stekende, brandende gevoelens.

Of ik doorschouw en onderken: Aldus gedraagt iemand zich dat hij na de dood als dier wedergeboren wordt. Ook hij heeft smartelijke, stekende, brandende gevoelens.

En ik doorschouw en onderken het gemoed van iemand. Aldus gedraagt hij zich dat hij na de dood in de sfeer van de geesten komt. Met het hemelse oog zie ik hem dan later als geest, met veel smartelijke gevoelens.

En ik doorschouw en onderken het gemoed van iemand. Aldus gedraagt hij zich dat hij na de dood als mens wedergeboren wordt. Met het hemelse oog zie ik hem dan later hoe hij als mens veel goede gevoelens heeft.

En ik doorschouw en onderken het gemoed van iemand: Aldus gedraagt hij zich dat hij na de dood in oorden van hemelse vreugde komt.

En verder doorschouw en onderken ik het gemoed van iemand aldus: "Zodanig handelt die persoon dat hij na verdwijnen van de waan de waanloze bevrijding van het gemoed verwerkelijk en de bevrijding door wijsheid. Hij is enkel van zalige gevoelens vervuld.

Dat zijn de vijf sferen van bestaan. En wie zegt dat de Verhevene niet het bovennatuurlijke heil van helderheid van weten heeft, dat de Boeddha een zelf uitgedachte leer verkondigt, wie dat zegt en er geen spijt van heeft, die gaat de neerwaartse weg."

(De ascetische oefeningen die de Bodhisatta uitoefende)

"Sāriputta, ik herinner me een heilig leven geleid te hebben dat vier factoren had. Ik heb ascese uitgeoefend, het uiterste aan ascese. Ik heb ruwheid

uitgeoefend, het uiterste aan ruwheid. Ik heb
vermijding uitgeoefend, het uiterste aan vermijding. Ik
heb teruggetrokkenheid uitgeoefend, het uiterste aan
teruggetrokkenheid."

Ik was een onbeklede, een ongebondene,
iemand die uit de hand at, geen aankomende en geen
afwachtede. Ik duldde geen aanreiking, geen
gunsten, geen uitnodiging. Ik keek bij het ontvangen
van de aalmoezen niet naar de pot, niet naar de
schotel, niet naar de deuringang, keek niet over het
hekwerk, niet in de ketel. Ik nam niets aan van lieden
die met z'n tweeën eten, niets van een zwangere,
niets van een zogende, niets van een vrouw die van de
man komt, niets van bevuilden, niets waar een hond
bij staat, niets waar vliegen heen en weer zwermen. Ik
at geen vis, geen vlees, dronk geen wijn, geen
brandewijn, at geen gegiste haverbrij.

Ik ging naar één huis en had genoeg aan één handvol eten. Ik ging naar twee huizen en had genoeg aan twee keer een handvol eten. Ik ging naar zeven huizen en had genoeg aan zeven keer een handvol eten. Ik hield me in leven door de milddadigheid van slechts één geefster, van slechts twee geefsters, van slechts zeven geefsters. Ik at slechts iedere eerste dag, slechts iedere tweede dag, slechts iedere zevende dag. Zo wisselde ik af en beschouwde streng deze vastenoefening die tot een halve maand zich uitstrekte.

En ik leefde van kruiden en paddenstoelen, van wilde rijst en graan, van zaad en pitten, van plantenmelk en boomhars, van grassen, van koeienmest. Ik hield me in leven met wortels en bosvruchten. Ik leefde van afgevallen vruchten.

En ik droeg het hemd van hennep, het boetekleed, droeg een gewaad genaaid uit lompen die op het lijkenveld of op straat gevonden waren. Ik

hulde me in lompen, in vellen, in huiden, omgordde mij met vlechten uit gras, met vlechten uit boomschors, met vlechten uit loof. Ik verborg mijn naaktheid onder een schort van pels, een borstelige schort, onder een uilenvleugel.

En ik rukte hoofd- en baardharen uit. Ik was iemand die steeds bleef staan en die niet ging zitten of liggen. Ik zat op mijn hielen. Ik legde me op de zijkant op een doornen bed. Drie keer per dag, 's morgens, 's middags en 's avonds, daalde ik af in het boetelingenbad. Zo oefende ik veelvuldig in de ascese van lichamelijke pijn.

En vele jaren lang liet ik stof en vuil zich ophopen op het lichaam, tot het vanzelf afviel. En ik had niet het verlangen die laag van stof en vuil af te wassen.

En ik oefende weemoed. Elke schrede was begeleid van helder bewustzijn. Zelfs een druppel

water wekte medelijden in mij op. "Dat ik het kleine verdwaalde wezen toch geen schade toebreng."

En ik leerde het vertrekken. Ik ging in een bos en bleef er. Als ik dan een koeienherder of een veedrijver zag, of een kruidenzoeker en houtsprokkelaar of een houthakker, dan vluchtte ik van bos naar bos, van bos naar bos, van dal naar dal, van berg naar berg. De reden: zij zouden mij niet zien en ik wilde hen niet zien.

En ik ging naar de kudden, naar de vastgebonden koeien en verzamelde in mijn aarden nap mest van de jonge zogende kalveren en daarvan leefde ik. En ik at en dronk ook mijn eigen uitwerpselen en urine.

En ik ging in een ander verschrikkelijk bos om er te vertoeven. En daar heerste zo'n ontzetting dat bij iedere onheilige zwerver daar de haren te berge gingen staan. En tijdens de koude ijskoude nachten in de winter, tijdens de vorst, verbleef ik 's nachts op een

open plek en overdag in het struikgewas. In de zomer, tijdens de hitte, verbleef ik overdag op een open plek en 's nachts in het struikgewas.

En ik ging naar een lijkenplaats en ging er liggen op een hoop vergane gebeenten.

Kinderen van herders kwamen naar me toe, spuwden op me en urineerden op me, wierpen rotzooi naar me en peuterden met spitse halmen in mijn oren. Maar er kwam geen boze gedachte in mij op. Dat is mijn gelijkmoedigheid geweest.

Veel asceten en brahmanen zeggen en onderrichten dat het eten zuivert. Zij sporen aan om van steenappels te leven. Zij eten steenappels, drinken het sap ervan, genieten allerlei gerechten gemaakt van steenappels. Ik at slechts één steenappel per dag. En mijn lichaam werd buitengewoon mager.

Veel asceten en brahmanen zeggen en onderrichten dat het eten zuivert. En zij sporen aan

om bonen te eten, om van sesam te leven, om van rijst te leven. Zij verteren rijst, eten rijstebrij, drinken rijstwater, genieten allerlei gerechten uit rijst. Ik at dagelijks slechts één rijstkorrel. En mijn lichaam werd buitengewoon mager.

Mijn armen en benen werden zoals dor verwelkt riet door die uiterst geringe opname van voedsel. Mijn zitvlak werd als de hoof van een kameel, mijn ruggengraat met de vooruit- en achteruit stekende wervels werd als een ketting van kogels, door die uiterst geringe opname van voedsel. Mijn ribben hieven zich vierkantig af zoals de daksparen van een oud huis. In mijn oogkassen verschenen de diepliggende oogsterren klein, door die uiterst geringe opname van voedsel. Mijn hoofdhuid werd hol en schrompelig erdoor. En toen ik het vel van de buik wilde voelen, raakte ik de ruggengraat aan. En toen ik de ruggengraat wilde betasten, raakte ik het vel van de buik aan. En dat kwam door die uiterst geringe

opname van voedsel. En ik wilde ontlasting maken en urineren maar viel voorover door de uiterst geringe opname van voedsel. Om het lichaam te sterken wreef ik mijn ledematen met de hand. Daarbij vielen de lichaamsharen uit die aan de wortel rot waren, door die uiterst geringe opname van voedsel.

En ook deze manier van ascese bracht mij niet dichter bij het bovenaardse heil van het heldere weten. En wel omdat ik de heilige wijsheid niet verworven had.

Sommige asceten en brahmanen zeggen en onderrichten dat de kringloop zuivert. Maar de kringloop is helemaal geen gemakkelijke, die ik op deze lange tocht nergens gevonden heb zoals bijvoorbeeld bij de zuivere goden.

Sommige asceten en brahmanen zeggen en onderrichten dat de geboorte zuivert. Maar de geboorte is helemaal geen gemakkelijke, die ik op

deze lange tocht nergens gevonden heb zoals bijvoorbeeld bij de zuivere goden.

Sommige asceten en brahmanen zeggen en onderrichten dat het leven zuivert, of dat de gave zuivert, of dat het vuuroffer zuivert.

Sommige asceten en brahmanen zeggen en onderrichten: "Zolang men fris en krachtig is, met glanzend haar, in het genot van de gelukkige jeugd, in de eerste mannenleeftijd, zolang bezit men ook de hoogste krachten van de geest. Maar is men oud en grijs geworden, als het einde nadert, als men 80 of 90 of 100 jaren oud is, dan verdwijnen ook de krachten van de geest." Maar dit is niet algemeen geldig.

Sariputta, ik ben nu oud geworden, ben al 80 jaren. Stel nu dat ik vier discipelen had die 100 jaren oud zouden worden, deugdzaam en sterk, begiftigd met de hoogste krachten van de geest. Als die mij vraag na vraag stelden, van de vier pijlers van inzicht, en ik zou hen uitleg na uitleg geven, en als zij dan onthielden

wat ik uitlegde en zij stelden geen vraag een tweede keer, alleen rustend tijdens het eten en drinken, bij het urineren en zich ontlasten, en tijdens de slaap, dan bleef het getuigenis van de waarheid van de Volmaakte onuitgevoerd, want die vier discipelen zouden eerder sterven. De kracht van de geest van de Volmaakte zal onveranderd zijn.

Terecht kan iemand van mij zeggen: "Een waanloos wezen is in de wereld verschenen, tot welzijn en heil van velen, uit mededogen met de wereld, tot heil voor goden en mensen."

Nu stond bij die gelegenheid de eerwaarde Nāgasamāla achter de Verhevene om hem lucht toe te waaieren. Hij zei tot de Verhevene dat hij kippenvel had gekregen bij het luisteren naar die leerrede. De Verhevene zei dat hij die leerrede dan moest onthouden als de kippenvel-leerrede. De eerwaarde

Nāgasamāla was tevreden en verheugd over de woorden van de Verhevene.

M.13. (M.II.3) Mahādukkhakkhandha sutta

Te Sāvatti. Lange toespraak over onvoldaanheid, lijden. Naakte asceten beweerden dat zij hetzelfde pad volgden als de Boeddha, en dat zij dezelfde leer onderwezen. Zij beweerden dat er geen enkelvoudigheid, geen uniek iets was in de leer van de Boeddha. De Verhevene legde toen de belangrijkste punten van zijn leer uit.⁷²

Hij legde aan de monniken uit wat de genoegens van de zinnen zijn, welke fouten en gevaren ze hebben en hoe zij eraan kunnen ontkomen. Hij sprak over begeerte en de overwinning ervan, en ook over de jhanas.⁷³

⁷² Bapat 1958, p. xii; Webb 1975, p. 9.

⁷³ U Ko Lay 1985, p. 45.

M.13. (M.II.3) over onvoldaanheid, lijden

Eens vertoefde de Verhevene te Sāvatti, in het park van Anāthapindika. Veel monniken gingen toen met buitengewaad en nap op weg naar de stad om er aalmoezen te vergaren. Maar onderweg dachten zij dat het te vroeg was voor aalmoezen. Daarom gingen zij naar de parken waar andersdenkende pelgrims woonden. De andersdenkenden zeiden dat de asceet Gotama de begeerte, het lichamelijke, het gevoel onderzocht en dat zij dat ook deden. Graag wilden zij over de verschillen in opvatting daarover praten.

De monniken gingen toen van de andersdenkenden weg en dachten dat de Boeddha hen dat wel zou uitleggen.

Zij gingen naar Savatthi van huis tot huis voor aalmoezen, keerden terug en aten de maaltijd. Daarna

gingen zij naar de Verhevene toe, groetten hem eerbiedig en gingen terzijde neerzitten. Zij vertelden wat er gebeurd was. De Boeddha zei daarop dat zij als volgt hadden kunnen antwoorden:

"Wat is lafenis van het begeren, van het lichamelijke, van het gevoel? Wat is de ellende van het begeren, van het lichamelijke, van het gevoel? Wat is de overwinning van het begeren, van het lichamelijke, van het gevoel? De andersdenkenden hadden die vragen niet kunnen beantwoorden. Alleen de Volmaakte of een discipel van de Volmaakte kan dat uitleggen.

Wat is lafenis van het begeren? Er zijn vijf soorten van begeren, namelijk (1) de door het gezichtsvermogen in het bewustzijn tredende vormen, gewenst, geliefd, lieflijk, aangenaam. (2) De door het gehoor in het bewustzijn tredende geluiden, gewenst,

geliefd, lieflijk, aangenaam. (3) De door het reukorgaan in het bewustzijn tredende geuren, gewenst, geliefd, lieflijk, aangenaam. (4) De door de smaak in het bewustzijn tredende sappen, gewenst, geliefd, lieflijk, aangenaam. (5) De door de tastzin in het bewustzijn tredende aanrakingen, gewenst, geliefd, lieflijk, aangenaam.

Monniken, dat zijn de vijf soorten van begeren. Wat goed en gewenst is daarvan, dat is lafenis van het begeren.

Wat is de ellende van het begeren? Iemand verdient zijn levensonderhoud met het een of andere beroep. Hij moet er hitte of koude verduren, zon en wind trotseren, muggen, wespen en kruipende insecten hinderen hem, honger en dorst kwellen hem. Dat is de ellende van het begeren.

Als die persoon die zich op die manier moeite doet, geen rijkdom verwerft, dan wordt hij

terneergeslagen, depressief. Hij klaagt en wordt wanhopig. 'Tevergeefs is mijn streven; mijn moeite is voor niets.' Dat is de ellende van het begeren.

Wanneer die persoon tot rijkdom komt, dan heeft hij zorgen om die rijkdom te behouden. Dat de bezittingen toch niet in beslag genomen worden, of gestolen worden, door vuur verbrand of door water verwoest worden. En als die laatste dingen toch gebeuren, dat wordt hij terneergeslagen en wanhopig. 'Ik heb geen bezit meer.' Dat is de ellende van begeren.

Door begeerte is er ruzie tussen koningen, vorsten, priesters en burgers. Door begeerte is er ruzie tussen ouders en kinderen, is er ruzie tussen zonen en dochters onderling, en tussen vrienden. Oorlog, ruzie, twist, dat is de ellende van het begeren.

Door begeerte gedreven worden verdragen gebroken, steelt men goederen van anderen, wordt er

bedrogen en is er echtbreuk. Er worden dan straffen uitgedeeld. Dat is de ellende van begeren.

Uit begeerte wordt er onrecht aangedaan. Zo geraakt men op de neerwaartse weg, in het onheil. Dat is de ellende van begeren.

En wat is de overwinning van begeren? Het is de ontkenning van de prikkel van de wil, de verloochening ervan.

Wat is lafenis van het lichamelijke? Schoonheid van het lichaam is lafenis van het lichamelijke. Het verdwijnen van de schoonheid van het lichaam, dat is de ellende van het lichamelijke. Het sterven van iemand, dat is de ellende van het lichamelijke.

Wat is lafenis van de gevoelens? Iemand verkrijgt het eerste niveau van de meditatieve verdiepingen, ver van begeerte, ver van onheilzame

dingen, in nadenkende uit rust geboren zalige vreugde. Hij is dan niet afhankelijk van zichzelf noch van anderen. Hij ondervindt een gevoel van onafhankelijkheid. Dat is het hoogste lāfenis van de gevoelens.

Verder verkrijgt een monnik de innerlijke stilte van de zee, de eenheid van het gemoed, die vrij is van nadenken, in de zalige vreugde geboren in concentratie, het tweede jhāna. Tijdens dit tweede jhāna is hij noch van zichzelf afhankelijk noch van anderen. Hij ondervindt een gevoel van onafhankelijkheid. Dat is het hoogste lāfenis van de gevoelens.

Verder vertoeft een monnik in vreugdevolle rust gelijkmoedig, met inzicht, helder bewust. Hij ondervindt in het lichaam een geluk. Hij vertoeft in het derde jhāna, Hij is dan niet van zichzelf afhankelijk noch van anderen. Dat is het hoogste lāfenis van de gevoelens.

Verder, na verwerping van de vreugde en het lijden, na vernietiging van de vroegere blijdschap en droefheid, verkrijgt een monnik het leedloze, vreugdeloze, gelijkmoedige vierde jhana, gelijkmoedig en met inzicht, het volkomen zuivere. Hij is dan niet van zichzelf afhankelijk noch van anderen. Dat is het hoogste lāfenis van de gevoelens.

En wat is de ellende van de gevoelens? Wat er bestaat aan vergankelijk, smartelijk, wisselend gevoelen, dat is de ellende van de gevoelens.

En wat is de overwinning van gevoelens? Wat er bestaat aan ontkenning van de prikkel van de wil, verloochening van de willensprikkel, dat is de overwinning van gevoelens.

M.14. (M.II.4) Cūladukkhakkhandha sutta

Korte toespraak van de Boeddha tot de Sakya-vorst Mahanama over onvoldaanheid, lijden. De wortels van alle lijden in de wereld bestaan in begeerte naar zinnelijk genot, in een ten prooi vallen aan de verleidingen van wereldse genietingen.

De Boeddha vroeg daarna aan Nigantha asceten waarom zij ascese beoefenden. Zij gaven ten antwoord dat hun leider had gezegd dat zij boete moesten doen voor hun fouten in het verleden. Door die boete zou er een einde komen aan hun lijden. De Boeddha vroeg toen of zij voorheen bestaan hadden of niet. Zij wisten het niet; en zij wisten niet welke slechte daad zij begaan hadden. Zij wisten ook niet of een deel van het lijden al overwonnen was en een ander deel nog niet. Zij wisten niet hoe zij in dit leven het juiste moesten doen. De asceten zeiden dat Bimbisara, de koning van Magadha, gelukkiger was dan de Boeddha. De Verhevene antwoordde toen dat de koning niet gelukkig was als hij een dag en een

nacht zonder lichamelijke beweging en zonder een woord te zeggen moest doorbrengen. Maar de Verhevene kon dat wel, kon 2, 3, 4, 5, 6, 7 dagen roerloos blijven en geen woord zeggen en toch heel gelukkig zijn.

Geluk wordt niet door pijn verkregen, maar door innerlijke vrede.

M.14. (M.II.4) Korte toespraak over onvoldaanheid, lijden

Eens vertoefde de Verhevene in het land van de Sakyas, nabij Kapilavatthu, in het park van de vijgenbomen. De Sakya-vorst Mahānāma bezocht toen de Verhevene en zei: "Eerwaarde Heer, ik heb de leer van de Verhevene als volgt begrepen: begeerte is een smet van de geest, haat is een smet van de geest, onwetendheid is een smet van de geest. Toch dringen die smetten van de geest herhaaldelijk in mijn geest.

Welk ding in mij is er dat mij ertoe brengt soms door begeerte, soms door afkeer en soms door onwetendheid beïnvloed te worden? Ik vraag me af welke geestestoestand door mij nog niet is opgegeven en schuld eraan is dat soms mijn geest door begeerte, soms door afkeer en soms door onwetendheid beïnvloed is."⁷⁴

⁷⁴ Volgens het commentaar verwonderde Mahānāma zich erover dat begeerte en haat nog zo sterk bij hem aanwezig waren, hoewel hij toch al een eenmaal wederkerende was. Volgens de Australische monnik Ajahn Brahmavamso had Mahanama toen nog niet eens het eerste niveau van heiligheid bereikt. ("A Critique of Venerable Bhikkhu Bodhi's 'Jhāna and the Lay Disciple, according to the Pāli Suttas"). Volgens de eerwaarde Ajahn Brahmavamso had Mahānāma geen kennis van de meditatieve verdiepingen en kon daarom nog niet eens een in de stroom getredene zijn geweest. Zijn stelling is dat men kennis moet hebben van een of meer meditatieve verdiepingen om een in de stroom getredene, een niet wederkerende en een volmaakte heilige te worden.

De Boeddha gaf ten antwoord dat een bepaalde geestestoestand door Mahānāma nog steeds niet was opgegeven.

"Onbevredigend zijn begeerten, vol leed, vol kwalen, de ellende overweegt. Zelfs als de heilige discipel deze zin overeenkomstig de waarheid met volkomen wijsheid heeft ingezien, maar als hij buiten de begeerte, buiten het onheilzame geen gelukzaligheid en niets beters⁷⁵ heeft verwerkelijkt, dan danst hij nog om de begeerte heen. Maar zodra de heilige discipel die zin heeft ingezien en hij vindt buiten de begeerten, buiten het onheilzame gelukzaligheid en iets beters, dan danst hij niet meer om de begeerte heen.

⁷⁵ Het eerste jhana – of iets dat nog meer vol vrede is. Mahanama, een broer van de eerwaarde Ananda en van de eerwaarde Anuruddha, leidde nog een leven met een gezin. Blijkbaar kon hij de jhanas niet uitoefenen, hoewel hij een edele volgeling was.

Ook ik had voor de Volmaakte Verlichting ingezien dat begeerten onbevredigend zijn en dat een groot gevaar erin zit.⁷⁶ Maar ik vond toen buiten de begeerten, buiten het onheilzame geen gelukzaligheid en niets beters. Ik bleef dus om de begeerte heen dansen. Maar toen ik die zin met volkomen wijsheid ingezien had en buiten de begeerten, buiten het slechte gelukzaligheid gevonden had en iets beters, toen besepte ik dat ik niet meer om de begeerten heen danste.

Wat nu is bevrediging van begeerte? Er zijn vijf soorten van begeren, namelijk: (1) Vormen die door het visuele orgaan in het bewustzijn treden, verlangde, geliefde, verrukkelijke, aangename. (2) Geluiden die door het gehoor in het bewustzijn treden,

⁷⁶ Dit is een belangrijke aanwijzing. Men moet niet op bovennatuurlijke realisatie wachten om het gevaar in de zintuiglijke genietingen in te zien.

verlangde, geliefde, verrukkelijke, aangename. (3)

Geuren die door de reuk in het bewustzijn treden,
verlangde, geliefde, verrukkelijke, aangename. (4)

Smaken die door de smaak in het bewustzijn treden,
verlangde, geliefde, verrukkelijke, aangename. (5)

Aanrakingen die door de tastzin in het bewustzijn
treden, verlangde, geliefde, verrukkelijke, aangename.

Wat er bestaat aan goede en gewenste dingen
volgens die vijf soorten begeren, dat is bevrediging
van begeerte.

Wat is ellende van het begeren? Iemand
voorziet in zijn levensonderhoud door een baan. Hij is
onderhevig aan hitte, koude, zon en wind. Muggen en
wespen en kruipende insecten plagen hem. Honger en
dorst lijdt hij. Dat is de ellende van het begeren, door
begeerte ontstaan.

Als hij met zijn moeite geen rijkdom verkrijgt,
dan wordt hij naargeestig en verdrietig, wanhopig. Hij

denkt: 'Tevergeefs is mijn streven, mijn moeite heeft geen doel.' Dat is de ellende van het begeren.

Als hij wel tot rijkdom komt, plaagt hem de pijn om die rijkdom te behouden. Dat is de ellende van het begeren.

Door begeerte gedreven ontstaan ruzie, oorlog, twist, strijd. Door begeerte gedreven wordt er gedood, worden verdragen verbroken, wordt gestolen en bedrogen, wordt echtbreuk gepleegd. Door begeerte gedreven gaan zij de weg van het onrecht. Na de dood komen zij op het neerwaartse pad, dat tot onheil leidt.

Eens vertoefde ik te Rājagaha in het gebergte, aan de Gierepiek. Veel vrije broeders⁷⁷ woonden toen op de helling van de Zienerheuvel (*Isigili*) en beoefenden er de ascese van steeds blijven staan. Zij

⁷⁷ Niganthā, knopenlozen; een tak van de Jainas. Zij waren aanhangers van Nataputta, ook Mahavira genoemd, een tijdgenoot van de Boeddha.

gingen niet zitten of liggen. Pijnlijke, smartelijke gevoelens kwamen over hen. Op een avond ging ik naar hen toe en vroeg waarom zij die ascese van steeds blijven staan uitoefenden. Zij gaven ten antwoord: "Onze leider Nāthaputta weet alles. Hij heeft steeds de volledige duidelijkheid van kennis." Hij zei tegen ons dat wij vroeger slechte dingen gedaan hebben. Daarom moeten wij nu boete doen door deze vorm van ascese. Door boetedoening en vermijding van nieuwe daden komt er uiteindelijk een einde aan lijden."

Toen vroeg ik aan die asceten of zij voorheen bestaan hadden of niet. Zij wisten het niet. Zij wisten niet of zij voordien kwaad gedaan hadden. Zij wisten niet welke slechte daad zij begaan hadden. Zij wisten niet of een deel van het lijden (al) overwonnen was en een ander deel nog niet. Zij wisten niet hoe zij in dit leven het verkeerde moesten ontkennen en hoe zij het juiste moesten doen. De asceten zeiden ook dat de

koning van Magadha gelukkiger was dan de monnik Gotama. De Verhevene antwoordde toen dat de koning niet gelukkig was als hij een dag en een nacht zonder lichamelijke beweging en zonder een woord te zeggen moest doorbrengen. Maar de Verhevene kon dat wel, kon 2, 3, 4, 5, 6, 7 dagen roerloos blijven en geen woord zeggen en toch heel gelukkig zijn.

M.15. (M.II.5) Anumāna sutta

Te Susumāragira in het land Bhagga. Leerrede door de eerwaarde Moggallāna over de waarde van zelfonderzoek. De monniken wordt aangeraden zichzelf te onderzoeken en zich van 16 soorten stijfkoppigheid te bevrijden.

Een slechte monnik is boosaardig en volgt slechte neigingen. Hij is een opschepper, is toornig en verontwaardigd jegens anderen. Hij wil niet luisteren naar goed advies. Hij dwaalt van het onderwerp af.

*Een goede monnik daarentegen is bedachtzaam,
gedwee en vol respect.*

*Men moet voortdurend zichzelf onderzoeken en
wegen wat men waard is. En als men een fout bij
zichzelf ontdekt, dan moet men zich inspannen om
ervan bevrijd te worden.*

M.15. (M.II.5) over de waarde van zelfonderzoek

Eens vertoefde de eerwaarde Mahāmogallāna
in het land Bhagga, bij de stad Sumsumāragira, in het
Bhesakalā-bos. Hij sprak er de monniken als volgt toe:

"Als een monnik vraagt dat andere monniken
hem moeten waarschuwen en het twijfelachtig met
hem is, als hij ongeduldig is en een lering
onbetamelijk opneemt, dan kunnen de medemonniken
hem nauwelijks een waarschuwing of lering waard
achten, kunnen hem geen vertrouwde omgang waard
achten.

Hoe is het twijfelachtig met hem ? Wel, een monnik is boosaardig en volgt slechte neigingen. Hij is een opschepper en veracht de anderen. Hij is toornig; vijandig gezind; hij vloekt, scheldt. Hij gaat tekeer tegen degene die hem vermaant. Hij beledigt hem; hij spreekt hem tegen. Hij leidt degene die hem vermaant, van het ene naar het andere [thema], hij dwaalt van het onderwerp af en toont ontevredenheid, afkeer en wantrouwen. Na de vermaning geeft hij zijn fouten niet toe. Hij is huichelachtig en afgunstig, Hij is verontwaardigd en egoïstisch. Hij is listig en gluiperig. Hij is koppig en ijdel. Hij hecht alleen aan eigen meningen, houdt stevig eraan vast en geeft ze alleen onder moeilijkheden op.

Maar vraagt een monnik niet dat zijn medemonniken hem moeten waarschuwen en als hij geen twijfelgeval is, als hij geduldig is en de lering passend aanneemt, dan kunnen de medemonniken

hem wel een waarschuwing of lering waard achten,
kunnen hem een vertrouwde omgang waard achten.

Welke dingen zijn gunstig voor een monnik?

Wel, een monnik is niet boosaardig en volgt niet de slechte neigingen. Hij is geen opschepper en veracht de anderen niet. Hij is niet toornig; is niet vijandig gezind; hij vloekt niet, scheldt niet. Hij gaat niet tekeer tegen degene die hem vermaant. Hij beledigt hem niet; hij spreekt hem niet tegen. Hij leidt degene die hem vermaant niet van het ene naar het andere [thema], hij dwaalt niet van het onderwerp af en toont geen ontevredenheid, afkeer en wantrouwen. Na de vermaning geeft hij zijn fouten toe. Hij is vrij van huichelarij en afgunst. Hij is vrij van verontwaardiging en egoïsme. Hij is vrij van list en gluiperigheid. Hij is niet koppig en niet ijdel. Hij hecht niet aan eigen meningen, houdt niet stevig eraan vast en geeft ze gemakkelijk op.

Een monnik moet zich met de volgende maat meten: "Iemand die kwaadaardig is en die slechte neigingen navolgt, die is mij niet aangenaam, is mij niet sympathiek. Als ik zelf mij zo zou gedragen, zou ik anderen onaangenaam en onsympathiek worden. Daarom zal ik niet kwaadaardig zijn, zal ik geen slechte neigingen navolgen. Ik zal niet opscheppen en anderen niet verachten. Ik zal niet toornig zijn. Ik zal niet vijandig gezind zijn. Ik zal niet vloeken. Ik zal niet schelden. Ik zal niet tekeer gaan tegen degene die mij vermaant. Ik zal hem niet beledigen, zal hem niet tegenspreken. Ik zal degene die mij vermaant niet van het ene naar het andere [thema] slepen; ik zal niet van onderwerp afdwalen. Ik zal geen ontevredenheid, afkeer en wantrouwen tonen. Ik zal mijn fouten toegeven. Ik zal niet huichelachtig en niet jaloers zijn. Ik zal niet verontwaardigd en egoïstisch zijn. Ik zal niet listig en niet gluiperig zijn. Ik zal niet koppig en niet ijdel zijn. Ik zal niet aan eigen meningen hechten,

zal niet eraan vasthouden en zal ze gemakkelijk opgeven.

Een monnik moet zich op de voorgaande punten zelf onderzoeken. En als hij een fout ontdekt, dan moet hij zich inspannen om ervan bevrijd te worden."

M.16. (M.II.6) Cetokhila sutta

Over de vijf geestelijke boeien: (1) twijfel over de Boeddha; (2) twijfel over de Dhamma; (3) twijfel over de Sangha; (4) twijfel over de oefening; (5) onvriendelijkheid jegens medevolgers. Verder vijf andere boeien: gehechtheid aan zinnelijke verlangens, gehechtheid aan het lichaam, gehechtheid aan vorm [materiële objecten], onmatigheid in eten en drinken, monnik of non worden enkel om in een hemelse sfeer van bestaan wedergeboren te worden.

Wie deze boeien heeft overwonnen, die kan in de Dhamma tot groei, toename en vervulling komen.

Hij ontplooit denken en inspanning, energie en vastbeslotenheid, concentratie, onderzoek en enthousiasme. Hij is in staat om Nibbāna te verwerkelijken.

M.16. (M.II.6) Over de vijf geestelijke boeien

Eens vertoefde de Verhevene te Savatthi, in het park van Anāthapindika. Hij sprak er de monniken toe.

“Wie de vijf hindernissen van het gemoed niet heeft overwonnen en wie de vijf boeien van het gemoed niet heeft doorgesneden, die kan in deze Orde niet tot ontplooiing van de waarheid, tot rijpheid (bloei) en ontplooiing ervan komen.

Wat zijn die vijf hindernissen van het gemoed?

(1) Een monnik twijfelt aan de Meester, koestert wantrouwen en afgunst. Daarom is zijn gemoed niet

geneigd naar inspanning en moeite, standvastigheid en volharding. (2) Hij twijfelt aan de leer, koestert wantrouwen en afgunst. Daarom is zijn gemoed niet geneigd naar inspanning en moeite, standvastigheid en volharding. (3) Hij twijfelt aan de Orde, koestert wantrouwen en afgunst. Daarom is zijn gemoed niet geneigd naar inspanning en moeite, standvastigheid en volharding. (4) Hij twijfelt aan de orde-regel (discipline). Daarom is zijn gemoed niet geneigd naar inspanning en moeite, standvastigheid en volharding. (5) Hij ergert zich over zijn medemonniken, is terneergeslagen en heeft het benauwd. Daarom is zijn gemoed niet geneigd naar inspanning en moeite, standvastigheid en volharding.

Wat zijn de vijf boeien van het hart?

(1) Een monnik heeft zich bij het willen niet bevrijd van begeerte, verlangen, lust, koorts, dorst. Daarom is

zijn gemoed afgekeerd van inspanning en moeite, standvastigheid en volharding.

(2) Een monnik heeft zich bij het voelen niet bevrijd van verlangen. Daarom is zijn gemoed afgekeerd van inspanning en moeite, standvastigheid en volharding.

(3) Een monnik heeft zich bij het zien niet bevrijd van begeerte. Daarom is zijn gemoed afgekeerd van inspanning en moeite, standvastigheid en volharding.

(4) Een monnik heeft bij de maaltijd te veel gegeten. Hij gaat daarom behaaglijk zitten, behaaglijk liggen, behaaglijk slapen. Daarom is zijn gemoed afgekeerd van inspanning en moeite, standvastigheid en volharding.

(5) Een monnik leidt het heilige leven met de bedoeling een godheid te worden. Daarom is zijn gemoed afgekeerd van inspanning en moeite, standvastigheid en volharding.

Monniken, wie van jullie de vijf hindernissen van het gemoed wel heeft overwonnen en de vijf boeien van het gemoed heeft doorgesneden, die kan wel in deze Orde tot ontplooiing en bloei van de waarheid komen.

(1) Hij twijfelt niet aan de Meester. Hij heeft vertrouwen en sympathie.

(2) Hij twijfelt niet aan de leer.

(3) Hij twijfelt niet aan de Orde.

(4) Hij twijfelt niet aan de orde-regels.

(5) Hij ergert zich niet over zijn medemonniken, is niet terneergeslagen en heeft het niet benauwd.

Verder:

(1-3) Een monnik heeft zich bevrijd van begeerte bij het willen, bij het voelen en bij het zien.

(4) Hij heeft bij de maaltijd niet te veel gegeten. Hij gaat niet behaaglijk zitten, liggen of slapen. Zijn gemoed is geneigd naar inspanning en moeite, standvastigheid en volharding.

(5) Hij leidt het heilige leven niet met de bedoeling een godheid te worden.

Hij verkrijgt het machtsgebied dat door innigheid, volharding en concentratie van de wil verworven wordt, verkrijgt het machtsgebied dat door innigheid, volharding en concentratie van kracht verkregen wordt, verkrijgt het machtsgebied dat door innigheid, volharding en concentratie van het gemoed verkregen wordt, verkrijgt het machtsgebied dat door innigheid, volharding en concentratie van onderzoek verkregen wordt. Hij verkrijgt heldenmoed. Hij is in staat om door te breken, is in staat tot ontwaking, tot volledige zekerheid.

M.17. (M.II.7) Vanapattha sutta

Te Savatthi. Over de voor- en nadelen van het leven in het bos. Een plek die niet gunstig is voor

geestelijke noch voor lichamelijke ontwikkeling moet opgegeven worden. Een plek die gunstig is voor geestelijke ontwikkeling, maar minder gunstig voor materiële steun, moet men behouden. En wanneer de voorwaarden gunstig zijn zowel voor geestelijke ontwikkeling als voor materiële steun, dan moet een monnik op die plek blijven zijn hele leven lang. En als hij bij iemand leeft wiens gezelschap gunstig is voor geestelijke ontwikkeling en voor materiële steun, dan moet een monnik bij hem blijven zijn hele leven lang.

Kortom, als een monnik ergens leeft onder omstandigheden of bij personen die ongunstig zijn voor verdere ontwikkeling, dan moet hij er weggaan. En als hij leeft onder omstandigheden of bij personen die gunstig zijn voor verdere ontwikkeling, dan moet hij er blijven.⁷⁸

⁷⁸ Zie Bapat 1958, p. xiii; Webb 1975, p. 10; U Ko Lay 1985, p.46.

M.17. (M.II.7) De voor- en nadelen van het leven in het bos

Te Savatthi, in het park van Anāthapindika.

Uitleg van bos-eenzaamheid.

1) Een monnik leeft in een bos-eenzaamheid.

Hij heeft er geen inzicht, hij kan zich niet concentreren, de waan verdwijnt niet. Hij bereikt de onvergelykbare zekerheid niet. Wat een asceet nodig heeft voor levensonderhoud, kleren, voedsel, slaappleaats en medicijnen in geval van ziekte, dat krijgt hij ternauwernood. Hij moet dan ook die bos-eenzaamheid verlaten, moet er niet blijven.

2) Een monnik leeft in een andere

bos-eenzaamheid. Hij heeft er geen inzicht, hij kan zich niet concentreren, de waan verdwijnt niet. Hij bereikt de onvergelykbare zekerheid niet. Maar wat een asceet nodig heeft voor levensonderhoud, kleren,

voedsel, slaappleaats en medicijnen in geval van ziekte, dat krijgt hij rijkelijk. Hij moet dan overwegen dat hij de bos-eenzaamheid niet leeft voor kleren, voedsel, slaappleaats en medicijnen in geval van ziekte. Ook hij moet na enige tijd die bos-eenzaamheid verlaten, moet er niet blijven.

3) Een monnik leeft in een bos-eenzaamheid. Hij heeft er eerst geen inzicht, maar later krijgt hij inzicht, het gemoed wordt geconcentreerd, de waan verdwijnt en hij bereikt de onvergelykbare zekerheid. Maar wat een asceet nodig heeft voor levensonderhoud, kleding, voedsel, slaappleaats, en medicijnen in geval van ziekte, dat krijgt hij weinig. Deze monnik moet een tijd in die bos-eenzaamheid blijven, moet er niet weggaan.

4) Een monnik leeft in een andere bos-eenzaamheid. Hij verkrijgt er inzicht, het gemoed wordt geconcentreerd, de waan verdwijnt en hij bereikt de onvergelykbare zekerheid. En wat een

asceet nodig heeft voor levensonderhoud, kleding, voedsel, slaappleats, en medicijnen in geval van ziekte, dat krijgt hij rijkelijk. Die monnik moet in die bos-eenzaamheid blijven, moet er niet weggaan.

5) Een monnik leeft in de omgeving van een dorp of burcht of stad, in het een of andere land, in het gezelschap van deze of gene persoon. Hij krijgt er geen inzicht, het gemoed wordt niet geconcentreerd, de waan verdwijnt niet en hij bereikt niet de onvergelykbare zekerheid. Wat een asceet nodig heeft voor levensonderhoud, kleding, voedsel, slaappleats, en medicijnen in geval van ziekte, dat krijgt hij weinig. Die monnik moet niet bij die persoon blijven maar hem zonder afscheid verlaten.

6) Een monnik leeft in het gezelschap van een andere persoon. Hij krijgt er geen inzicht, het gemoed wordt niet geconcentreerd, de waan verdwijnt niet en hij bereikt niet de onvergelykbare zekerheid. Maar wat

een asceet nodig heeft voor levensonderhoud, kleren, voedsel, slaappleats en medicijnen in geval van ziekte, dat krijgt hij rijkelijk. Die monnik moet na enige tijd die persoon zonder afscheid verlaten. Hij moet er niet blijven.

7) Een monnik leeft in het gezelschap van deze of gene persoon. Hij verkrijgt er inzicht, het gemoed wordt geconcentreerd, de waan verdwijnt en hij bereikt de onvergelykbare zekerheid. En wat een asceet nodig heeft voor levensonderhoud, kleren, voedsel, slaappleats en medicijnen in geval van ziekte, dat krijgt hij weinig. Die monnik moet een tijd bij die persoon blijven, moet er niet weggaan.

8) Een monnik leeft in het gezelschap van deze of gene persoon. Hij verkrijgt inzicht, het gemoed wordt geconcentreerd, de waan verdwijnt en hij bereikt de onvergelykbare zekerheid. Wat een asceet nodig heeft krijgt hij rijkelijk. Die monnik moet zijn

leven lang bij die persoon blijven en niet weggaan als hij niet weggejaagd wordt.

M.18. (M.II.8) Madhupindika sutta

Nabij Kapilavatthu. De Sakya-prins Dandapāṇi vraagt aan de Boeddha welke leer hij onderwijst. De Verhevene geeft ten antwoord dat hij onderwijst dat de volmaakte heilige door niets uit zijn doen geraakt, geen vragen meer stelt en niet naar bestaan noch naar niet-bestaan verlangt. De prins begreep het niet en vertrok.

Later vroeg een monnik nadere uitleg. De Verhevene zei: Als men iets waarneemt en er geen behagen in schept, er niet aan hecht, dat is het einde van begeerte, afkeer, onwetendheid, het einde van twijfel; daar worden de slechte dingen volledig vernietigd.

De monniken gingen daarna naar de eerwaarde Maha Kaccāna en vroegen hem de korte toespraak nader uit te leggen. Diens uitleg was als volgt: Door contact van de zintuigen met zintuiglijke objecten (vormen, geluiden, geuren, smaken, aanrakingen, gedachten) ontstaat bewustzijn, aanraking, gevoel, waarneming, onderscheid. Als de zintuigen, zintuiglijke objecten en bijbehorend bewustzijn niet aanwezig zijn, dan komt er geen aanraking, geen gevoel, geen waarneming en geen onderscheid.

De eerwaarde Mahā Kaccāna gaf de monniken de raad om naar de Verhevene te gaan en hem zelf te vragen. De monniken gingen toen naar de Boeddha toe en vertelden wat de eerwaarde Mahā Kaccāna onderwezen had. De Boeddha prees Mahākaccāna voor diens wijsheid en keurde alles goed.

M.18. (M.II.8) Het einde van hechten

In het land van de Sakyas, nabij Kapilavatthu, in het park van de vijgenbomen. De Verhevene ging er naar de stad om aalmoezen te vergaren. Hij ging van huis tot huis, kreeg aalmoezen en keerde weer naar het park terug. Hij at de maaltijd en ging naar het Grote Bos. Binnen in dat bos ging hij onder een groep van citroenappelbomen zitten om er de dag tot aan de zonsondergang door te brengen.

De Sakka-prins Dandapāṇi ging ook naar dat bos en kwam tot bij de Verhevene. Hij groette hem vriendelijk en vroeg wat de asceet onderwees. "Vriend, wie mijn leer volgt, maakt met niemand in de wereld ruzie. Mijn leer volgende, liggen waarnemingen niet meer ten grondslag aan die brahmaan⁷⁹ die niet gebonden aan sensuele genoegens blijft, onverward, verstoken van verdriet, vrij van verlangen naar elke vorm van bestaan."

Met gefronste wenkbrauwen ging de prins weg.

⁷⁹ d.w.z. de Boeddha

's Avonds keerde de Verhevene na de meditatie naar het park van de vijgenbomen terug. Hij vertelde er aan de monniken wat er gebeurd was. Een monnik vroeg nadere uitleg.

De Boeddha: "Als de waarnemingen bij iemand verschijnen en als hij er geen behagen in schept, als ze niet meer aan hem hechten, dat is het einde van de neiging naar begeerte, is het einde van de neiging naar afkeer, is het einde van de neiging naar meningen, is het einde van de neiging naar twijfel, waan, bestaan, niet-weten, is het einde van tekeergaan en bloedvergieten, oorlog en tweedracht, ruzie en strijd, liegen en bedriegen. Daar worden de slechte dingen zonder rest vernietigd." Na deze woorden vertrok hij.

De monniken gingen daarna naar de eerwaarde Mahākaccāna en vroegen hem de inhoud van die korte lering nader uit te leggen. De eerwaarde Mahākaccāna legde de lering toen als volgt uit.

"Door het gezichtsorgaan en de vormen ontstaat het zien-bewustzijn. Door samenkomst van die drie ontstaat contact. Door contact ontstaat gevoel. Wat men voelt, neemt men waar. Wat men waarneemt, daarover denkt men na. Men maakt onderscheid. En dan volgt afzondering. Wat men afzonderd, verschijnt aan de mens als waarnemingen van bijzonderheid die betrekking hebben op vormen van vroegere, tegenwoordige en toekomstige tijden, welke vormen door het zien-bewustzijn waarneembaar zijn.

Evenzo met gehoor – geluiden –
hoorbewustzijn. Evenzo met ruikorgaan – geuren –
ruikbewustzijn. Evenzo met smaakorgaan – smaken –

smaakbewustzijn. Evenzo met aanrakingsorgaan -
aanrakingen - aanrakingsbewustzijn. Evenzo met de
geest - gedachten en ideeën – denkbewustzijn.

Als gezichtsorgaan, vorm en zien-bewustzijn
aanwezig zijn, volgt contact, dan gevoel, dan
waarneming, dan denken, dan onderscheid.

Evenzo met oor, geluid en hoor-bewustzijn;
evenzo met neus, geur en ruik-bewustzijn; evenzo
met tong,
smaak, smaak-bewustzijn; evenzo met lichaam,
aanrakingsobject en aanrakingsbewustzijn; evenzo
met de geest, een geest-object en geest-bewustzijn.

Als gezichtsorgaan, vorm en zien-bewustzijn
niet aanwezig zijn, dan komt er geen aanraking, geen
gevoel, geen waarneming, geen onderscheid.

Evenzo met oor, geluid en hoor-bewustzijn;
evenzo met neus, geur en ruik-bewustzijn; evenzo

met tong, smaak, smaak-bewustzijn; evenzo met lichaam, aanrakingsobject en aanrakingsbewustzijn; evenzo met de geest, een geest-object en geest-bewustzijn. Als zij niet aanwezig zijn, komt er geen aanraking, geen gevoel, geen waarneming, geen onderscheid.”

De eerwaarde Mahākaccāna gaf de monniken de raad om naar de Verhevene te gaan en hem zelf te vragen. De monniken gingen toen naar de Boeddha toe en vertelden wat de eerwaarde Mahākaccāna onderwezen had. De Boeddha prees Mahākaccāna voor diens wijsheid en keurde alles goed.

M.19. (M.II.9) Dvedhāvitakka sutta

Te Savatthi. De Boeddha legt uit hoe gedachten van zin-genot, kwaadwil en wreedheid overwonnen kunnen worden door zulke gedachten te zien bij het

ontstaan ervan en door dan te denken dat zij tot eigen leed, tot leed van anderen en tot beider leed leiden; dat ze wijsheid beïnvloeden en moeilijkheden veroorzaken.

Gedachten van ontzegging, niet kwaadwil en niet wreedheid leiden niet tot eigen leed, noch tot leed van anderen, noch tot beider leed. Zulke gedachten bevorderen wijsheid, veroorzaken geen moeilijkheden en leiden naar Nibbana.

De Boeddha verwijst er verder naar zijn eigen Verlichting (als in M.4). Het zekere en goede pad is het achtvoudige pad.

M.19. (M.II.9) Hoe slechte gedachten overwonnen kunnen worden

Te Sāvatti, in het park van Anāthapindika.
Toespraak van de Boeddha tot de monniken. "Vroeger, vóór de volmaakte Verlichting, ontstond bij mij de

volgende gedachte: 'De ene na de andere overweging ga ik afzonderen.' En ik scheidde de overwegingen van begeerte, kwaad doen en woede aan de ene kant, en de overwegingen van ontzegging, niet kwaad doen, niet-woede aan de andere kant. Wanneer dan een overweging van begeerte ontstond, zei ik tot mezelf dat een overweging van begeerte was ontstaan. Die overweging van begeerte leidt naar eigen beperking en naar vreemde beperking, naar beperking van beide. Ze roeit de wijsheid uit, brengt verwoesting met zich mee, leidt niet naar bevrijding van waan, leidt naar eigen beperking. Bij die gedachten loste ze op. – Evenzo met de overwegingen van kwaad doen en woede.

Wat een monnik lang overdenkt, daarheen neigt zich zijn gemoed. Als hij de overwegingen van begeerte, kwaad doen en woede lang overlegt, dan

verloochent hij de overwegingen van ontzegging, niet kwaad doen en niet-woede.

Toen een overweging van ontzegging ontstond, zei ik tot mezelf: 'Deze overweging van ontzegging is bij mij ontstaan. Ze leidt niet naar eigen beperking, niet naar vreemde beperking, niet naar beperking van beide; ze bevordert de wijsheid, brengt geen verwoesting met zich mee, leidt naar oplossing van waan. Ik kan er niets verschrikkelijks in vinden. Maar als ik lang overweeg, zal mijn lichaam moe worden, en het hart wordt mat. Dan is het hart verre van zelfverdieping. Toen concentreerde ik mijn hart, bracht het tot rust en vestigde het, opdat het hart niet mat zou worden.

Evenzo met overwegingen van niet-schaden en niet-woede.

Onbuigzaam was toen mijn kracht, inzicht was daar, het lichaam was tot rust gekomen, het gemoed was verdiept, één. En ik vertoefde in het eerste jhana, het tweede, derde en vierde jhana.

Ik richtte toen het gemoed op de herinnering aan vroegere bestaansvormen (etc.). Ik richtte het gemoed op het inzicht van verdwijnen-verschijnen van de wezens. Met het hemelse oog zag ik de wezens heengaan en weer verschijnen (etc.) [[Zie M.12. De tien krachten](#)].

Dit weten had ik in de midden-uren van de nacht als tweede verkregen. Met een dergelijk gemoed richtte ik het gemoed op het inzicht van de opdroging van onwetendheid. 'Dit is *dukkha*, dit is de ontwikkeling van *dukkha*, dit is de opheffing van *dukkha*, dit is het pad dat leidt naar de opheffing van *dukkha*. Dit is onwetendheid, dit is de ontwikkeling

van onwetendheid, dit is het pad dat leidt naar de opheffing van onwetendheid.' Met een dergelijk inzicht werd mijn gemoed bevrijd van de waan van wensen, de waan van bestaan en de waan van niet-weten. 'In de verlostte is de verlossing; geboorte is opgedroogd.' Zo begreep ik. Het niet-weten was verdreven; het weten was verkregen. Dit was het derde inzicht."

M.20. (M.II.10) Vitakkasanthāna sutta

De Boeddha onderwijst er vijf methoden om onheilzame gedachten te verdrijven die tijdens het mediteren kunnen ontstaan. Men moet slechte gedachten opgeven en goede gedachten ontwikkelen. Men moet over de nadelen van slechte gedachten nadenken. Men moet niet toestaan dat de geest zich wendt tot slechte gedachten. Men moet erover nadenken hoe gedachten ontstaan. En men moet zich oefenen in zelfbeheersing.

Als slechte, onheilzame gedachten ontstaan, moet men de opmerkzaamheid richten op goede, heilzame gedachten. Als dan nog slechte, onheilzame gedachten ontstaan, moet men het gevaar in die gedachten onderzoeken: ze zijn onheilzaam, zijn te berispen, hebben dukkha tot resultaat. Als dan nog slechte, onheilzame gedachten ontstaan, moet men proberen die gedachten te vergeten; men moet er geen acht op slaan. Als dan nog slechte, onheilzame gedachten ontstaan, moet men de opmerkzaamheid richten op het tot stilstand komen van de vorming van die gedachten. Als dan nog slechte, onheilzame gedachten ontstaan, moet men met inspanning de geest bedwingen. Met het overwinnen van die onheilzame gedachten wordt de geest innerlijk gevestigd, gekalmeerd en geconcentreerd. Wat men wil denken, die gedachten zal men denken; en wat men niet wil denken, die gedachten zal men niet denken.

M.20. (M.II.10) Vijf methoden om onheilzame gedachten te verdrijven

Te Sāvatti in het park van Anāthapindika.

Toespraak van de Boeddha tot de monniken.

Wie naar het hogere streeft, moet af en toe vijf soorten van voorstellingen overwegen:

(1) Er is de voorstelling waarbij slechte, onwaardige overwegingen ontstaan, beelden van begeerte, afkeer en waan. Uit die overweging moet de monnik dan een ander, een waardig beeld verkrijgen. Terwijl hij dat waardige beeld verkrijgt, verdwijnen de slechte, onwaardige overwegingen. De beelden van begeerte, afkeer en waan lossen op. Omdat hij ze overwonnen heeft, vestigt zich innerlijk her hart, wordt rustig, geconcentreerd en sterk.

(2) Wanneer bij iemand bij zijn pogingen om uit de ene voorstelling een andere, waardige voorstelling

te verkrijgen, nog slechte, onwaardige overwegingen opkomen, beelden van begeerte, afkeer en waan, dan moet die monnik de ellende van zulke overwegingen overdenken, als volgt: 'Die onwaardige overwegingen zijn nu daar, die onzuivere, die *dukkha* veroorzaken.'

Terwijl hij het beroerde van zulke overwegingen overdenkt, verdwijnen de slechte, onwaardige overwegingen; de beelden van begeerte, afkeer en waan lossen op. Omdat hij ze overwonnen heeft, vestigt zich innerlijk het hart, wordt rustig, geconcentreerd en sterk.

(3) Wanneer bij de overdenking van het lijden van die overwegingen nog slechte, onwaardige overwegingen opkomen, beelden van begeerte, afkeer en waan, dan moet die monnik aan die overwegingen geen aandacht schenken. De slechte, onwaardige overwegingen verdwijnen dan, de beelden van begeerte, afkeer en waan lossen op. Omdat hij ze

overwonnen heeft, vestigt zich innerlijk het hart, wordt rustig, geconcentreerd en sterk.

(4) Wanneer dan toch nog slechte, onwaardige overwegingen ontstaan, beelden van begeerte, afkeer en waan, dan moet de monnik die overwegingen de een na de ander accepteren, erop ingaan. Terwijl hij dat doet, verdwijnen de slechte, onwaardige overwegingen, de beelden van begeerte, afkeer en waan lossen op. Omdat hij ze overwonnen heeft, vestigt zich innerlijk het hart, wordt rustig, geconcentreerd en sterk.

(5) Wanneer dan toch nog slechte, onwaardige overwegingen opkomen, beelden van begeerte, afkeer en waan, dan moet de monnik met op elkaar geperste tanden en met de tong tegen het verhemelte gedrukt het gemoed neerdrukken door de wil. Terwijl hij dat doet, verdwijnen de slechte, onwaardige overwegingen, de beelden van begeerte, afkeer en waan lossen op. Omdat hij ze overwonnen heeft,

vestigt zich innerlijk het hart, wordt rustig,
geconcentreerd en sterk.

Wanneer bij jullie slechte, onwaardige
overwegingen opkomen, beelden van begeerte, afkeer
en waan, en wanneer jullie dan een andere, waardige
overweging verkrijgen, dan verdwijnen die slechte,
onwaardige overwegingen. De beelden van begeerte,
afkeer en waan lossen op. Het gemoed wordt rustig,
geconcentreerd en sterk.

Iemand die de slechte overwegingen overwint,
wordt een heerser over de soorten overwegingen
genoemd. Welke overweging hij ook maar wil, die zal
hij overwegen. En de overweging die hij niet wil, zal
hij niet overwegen. De levensdorst heeft hij
afgesneden, de boeien heeft hij weggegooid. Hij heeft
aan het lijden een einde gemaakt door volledige
overwinning van de ego-waan.

M.21. (M.III.1) Kakacūpama sutta - de koppige monnik; de gelijkenis van de zaag; verdraagzaamheid

Te Sāvatti, in het Jetavana park. De Boeddha sprak er m.b.t. bhikkhu Moliyaphagguna die bevriend was met nonnen. Andere monniken bekritiseerden hem erover. De bhikkhu werd kwaad en twistte met degenen die hem bekritiseerden. Toen de Boeddha hem de raad gaf weg te blijven bij nonnen en zijn gemoed te beheersen, bleef de monnik koppig. De Boeddha zei dat het niet passend was om overmatig veel contact met bhikkhunis te hebben. Ook toonde hij het nadeel van een kwaad gemoed.⁸⁰

De gelijkenis van de zaag. De Boeddha onderwees er over het beoefenen van universele liefdevolle vriendelijkheid (*mettā*). Men moet leren te

⁸⁰ U Ko Lay 1985, p.47-48.

vergeven. Men moet leren vrij te zijn. Men moet ernstig zijn. Men moet geen gedachten van boosheid in zich laten opkomen, zelfs al wordt men in stukken gezaagd.⁸¹

Men moet zich aldus oefenen: de geest zal onbeïnvloed zijn; men moet geen kwade woorden spreken; men moet in medegevoel voor het welzijn van anderen vertoeven, met een geest van liefdevolle vriendelijkheid, zonder haat.

De Boeddha richt zich dan tot de andere monniken en spreekt over het eenmaal eten per dag. Daardoor is men vrij van ziekte en onbehagen; men verheugt zich in gezondheid, kracht en een licht leven. Verder spoorde hij de monniken aan het onheilzame op te geven en het heilzame te ontplooien. Ook moeten zij gemakkelijk te vermanen zijn en zichzelf gemakkelijk te vermanen maken door de Dhamma te eren, te respecteren en te vereren. Wat anderen ook

⁸¹ Bapat 1958, p. xiii; Webb 1975, p. 10.

zeggen, de geest van de monnik moet onbeïnvloed blijven. Hij moet geen kwade woorden uiten; hij moet liefdevolle vriendelijkheid jegens de ander koesteren.

M.22. (M.III.2) Alagaddūpama sutta - Gelijkenis van de slang; gelijkenis van het vlot; anatta

Te Sāvatti. De monnik Arittha begreep de leer van de Boeddha verkeerd. Hij beweerde dat de Boeddha toonde hoe men zich in zinnelijke genietingen kon verheugen zonder op het pad gehinderd te worden. De Boeddha weerlegde zijn verkeerde ideeën maar de monnik bleef koppig. De Verhevene sprak toen tot de monniken over de verkeerde en de juiste manier om de Dhamma te leren.

Gelijkenis van de slang. Het hebben van verkeerde ideeën over de Dhamma is als het vastpakken van een slang bij de staart. Die slang keert zich om en bijt de man. Evenzo kan men verwachten

dat het religieuze leven iemand veel schade kan brengen als het niet serieus beoefend wordt.

Sommigen leren de Dhamma maar zij onderzoeken de betekenis ervan niet met wijsheid. Daarom komen zij er niet toe ze reflectief aan te nemen. In plaats daarvan leren zij de Dhamma alleen om kritiek op anderen te kunnen geven. Zij hebben geen vooruitgang in de leer. Omdat zij de leer niet juist opnemen, draagt dat lang bij tot hun nadeel en leed.

Gelijkenis van het vlot

De leer wordt er vergeleken met een vlot. Het doel ervan is de rivier over te steken, niet om het vast te houden. Na aankomst aan de andere oever neemt men het vlot niet meer mee. Het doel van de Dhamma is volledige bevrijding te bereiken. Als de heilige de stroom heeft overgestoken, is de Dhamma niet meer

nodig.⁸² Het is dan niet meer nodig dat hij of zij zich aan de Dhamma hecht.

Stel dat een man op een reis een grote watermassa zag. Deze kant ervan was gevaarlijk en vol angstaanjagende dingen. De andere oever was veilig en vrij van angstaanjagende dingen. Maar er was geen brug en geen veerboot om naar de overkant te geraken. Die man verzamelde toen gras, twijgen, takken en bladeren en maakte daarmee een vlot. Met behulp van dat vlot en met gebruik van armen en benen kwam hij veilig aan de andere oever.

Hij dacht toen dat het vlot erg nuttig voor hem was geweest. "Stel dat ik het op mijn hoofd of schouder plaats en dat ik dan ga waarheen ik wil."

Zou die man met die manier van handelen datgene doen wat hij met dat vlot zou moeten doen? - Neen,

⁸² Bapat 1958, p. xiii; Webb 1975, p. 10; U Ko Lay 1985, p. 48.

Eerwaarde Heer. - Wat zou hij dan ermee moeten doen? Hij kan het vlot op droog land trekken of het in het water laten drijven, en dan gaan waarheen hij wil. Met die manier van handelen zou die man datgene doen wat hij met dat vlot zou moeten doen.

Evenzo is de leer gelijk aan een vlot. Ze dient om ermee over te steken, niet om ze vast te houden.

Wanneer jullie deze gelijkenis van het vlot begrijpen, moeten jullie ook goede toestanden opgeven, en des te meer slechte toestanden.

Verder spreekt de Boeddha er over *anatta*.
Vorm, gevoel, waarneming, formaties, gedachten – dat alles is niet van mij, dat ben ik niet, dat is niet mijn zelf. Dat wat gezien, gehoord, gevoeld, waargenomen, gezocht, overwogen is, is niet van mij, dat ben ik niet, dat is niet mijn zelf.

Er is niets dat onvergankelijk, eeuwigdurend is.
Als er een zelf was, zou er ook iets zijn dat tot dat zelf behoort. Maar er is geen zelf.

Vorm, gevoel, waarneming, formaties,
bewustzijn, – dat alles is vergankelijk en daarom kan dat niet als “mijn zelf” beschouwd worden. Wie dat inziet, wordt zonder begeerte ernaar. Daardoor wordt zijn geest bevrijd. Die persoon heeft geen grens, heeft de last afgelegd, is ongeboeid. Hij heeft onwetendheid geheel en al uitgeroeid. Hij heeft begeerte overwonnen. Hij heeft de vijf lagere boeien overwonnen. Hij heeft de illusie van “ik” overwonnen, geheel en al verwijderd. Hij is aan de andere oever aangekomen, is onvindbaar geworden.

Daarom geef op wat niet van u is.

De Boeddha spreekt dan verder erover dat sommigen zijn woorden verkeerd uitleggen. Maar hij wordt er niet boos of verdrietig over. Wanneer anderen

ons beledigen, op ons schelden en ons lastig vallen, dan moet geen ergernis, geen verbittering of neerslachtigheid gekoesterd worden. En wanneer anderen ons eren, respecteren en hoogachten, dan moet geen vreugde gekoesterd worden.

Wij moeten opgeven wat niet van ons is, en wel: vorm, gevoel, waarneming, formaties, bewustzijn. Wanneer dat alles is opgegeven, zal dat lang tot heil en zegen strekken.

De Dhamma is goed verkondigd, helder, open, duidelijk. In deze Dhamma is geen beschrijving van een toekomstige ronde van bestaan voor volmaakte heiligen. Degenen die de vijf lagere boeien hebben overwonnen, zullen spontaan (in de Zuivere Sferen) wedergeboren worden en daar Nibbana verkrijgen zonder vandaar terug te keren. Degenen die drie boeien hebben overwonnen, en in wie begeerte, haat en onwetendheid is verminderd, zij zijn eenmaal wederkerenden; nog één keer komen zij in deze

wereld terug om aan het lijden een einde te maken. Degenen die drie boeien hebben overwonnen, zijn in de stroom getreden; zij zijn op weg naar de Verlichting. Degenen die de Dhamma navolgen, of die vol vertrouwen zijn, zij allen gaan de Verlichting tegemoet. Degenen die genoeg liefde, toewijding hebben voor de Boeddha, zij gaan een hemelse sfeer tegemoet.

M.23. (M.III.3) Vammīka sutta

De gelijkenis van de smeulende mierenheuvel. Een dergelijke heuvel wordt er vergeleken met het menselijke lichaam. Een zekere godheid vroeg aan de eerwaarde Kumāra Kassapa in het Andhavana enkele spirituele vraagstukken. De eerwaarde monnik ging naar de Boeddha die de juiste uitleg gaf. Daarin was

*de hele beoefening van de Dhamma begrepen, met de belangrijkste punten ervan.*⁸³

M.23. (M.III.3) De gelijkenis van de smeulende mierenheuvel

Te Savatthi. Een zekere godheid vertelde aan de eerwaarde Kumāra Kassapa de gelijkenis van de smeulende mierenheuvel. Deze ging naar de Boeddha die de gelijkenis uitlegde. De mierenheuvel wordt er vergeleken met het menselijke lichaam.

Onwetendheid moet overwonnen worden door edele wijsheid en het opwekken van energie.

Men moet wanhoop en woede overwinnen met wijsheid.

Men moet twijfel overwinnen met wijsheid.

De vijf hindernissen – zinnelijke begeerte, kwaadwil, traagheid en slapheid, rusteloosheid en

⁸³ Bapat 1958, p. xiv; Webb 1975, p. 10.

gewetensonrust, twijfel – moeten overwonnen worden met wijsheid.

De vijf groepen van bestaan – vorm, gevoel, aanraking, formaties, bewustzijn – moeten opgegeven worden met wijsheid.

De vijf soorten van zinnelijke genietingen – vormen, geluiden, geuren, smaken, aanrakingsobjecten – moeten opgegeven worden met wijsheid.

Behagen scheppen en begeerte moeten overwonnen worden met wijsheid.

Iemand die de neigingen heeft vernietigd, moet men vereren.

M.24. (M.III.4) Rathavinīta sutta - de zeven halteplaatsen op de weg naar nibbana

De eerwaarde Sāriputta vroeg aan de eerwaarde Punna Mantāniputta met welk doel in het vooruitzicht

het heilige leven (de Dhamma) beoefend wordt - voor zuiverheid van gedrag, voor zuiverheid van de geest, voor zuivering van visie, voor zuivering van het overwinnen van twijfel, voor zuivering door weten en zien van pad en niet-pad, voor zuivering van weten en het zien van de oefeningsweg, of voor zuivering door weten en zien.

De eerwaarde Punna legde uit dat dit alles verschillende halteplaatsen zijn op de zevenvoudige weg naar *nibbāna*. Die plaatsen moet de monnik één voor één oversteken totdat hij het doel bereikt, *nibbāna*.⁸⁴

M.25. (M.III.5) Nivāpa sutta - het voer

Eens verbleef de Verhevene te Sāvattthī, in het park van Anāthapindika. Hij sprak er de monniken toe met de volgende leerrede.

⁸⁴ Bapat 1958, p. xiv; Webb 1975, p. 10.

"Monniken, de vallenzetter strooit geen voer voor het wild uit met de gedachte dat het wild ervan kan genieten om gezond te blijven en oud te worden. Maar hij denkt dat het wild door het voer aangelokt wordt, behaaglijk wordt en in de omheining van de vallenzetter zal blijven.

Toen kwam de eerste kudde wilde dieren, aangelokt door het voer. Onoplettend waren zij in die omheining overgeleverd aan de wil van de vallenzetter. Zij konden aan diens macht niet ontkomen.

Een tweede kudde wilde dieren kwam eraan. Die dieren hadden gezien wat er met de eerste kudde gebeurd was en dat die kudde niet had kunnen ontsnappen. Daarom besloten ze weg te blijven van het voer en zich diep in het bos terug te trekken.

Maar in de laatste maand van de zomer, toen het gras verwelkte en het water opdroogde, werden ze erg mager. Ze hadden geen kracht meer en gingen

toch naar het voer dat de vallenzetter had uitgestrooid. Overgegeven aan genot werden ze behaaglijk, lieten zich gaan en werden overgeleverd aan de wil van de vallenzetter. Zo kon ook de tweede kudde niet ontkomen aan diens macht.

Een derde kudde van wilde dieren merkte dat de eerste en de tweede kudde niet hadden kunnen ontkomen aan de macht van de vallenzetter. Ze dachten: "Als wij ons nu ophielden in de buurt van de plek waar de vallenzetter voer uitstrooit. Dan worden wij niet aangelokt en genieten niet blindelings van het voer. Zo worden wij niet behaaglijk, laten ons niet gaan en worden in de omheining niet overgeleverd aan de wil van de vallenzetter."

Zo gedacht, zo gedaan; ze hielden zich op in de buurt van de plek waar de vallenzetter voer had uitgestrooid, werden niet aangelokt door het voer en genoten er niet blindelings van. Ze werden niet

behaaglijk, lieten zich niet gaan en werden in de omheining niet overgeleverd aan de wil van de vallenzetter.

De vallenzetter en zijn knechten dachten toen: "Echt slim is deze derde kudde. Ze moet magische kracht hebben omdat wel het door ons uitgestrooide voer opgegeten wordt maar niemand van ons kan ontdekken waarvandaan de kudde komt of waarheen ze gaat."

Zij stelden grote palen rondom de voederplek, aan alle kanten, om te kunnen ontdekken waar de derde kudde zich ophield. Zo konden ze zien waar die kudde zich verborg. En op die manier kon ook de derde kudde niet ontkomen aan de macht van de vallenzetter.

Een vierde kudde van wilde dieren kwam en dacht dat de eerste, de tweede en ook de derde kudde niet aan de macht van de vallenzetter had kunnen

ontkomen. "Als wij nu eens een plek opzochten die ontoegankelijk is voor de vallenzetter en diens knechten. Vandaar kunnen we dan komen en niet aangelokt en niet blindelings van het voer genieten. Zo zullen we niet behaaglijk worden; we zullen ons niet laten gaan en we zullen in die omheining niet aan de wil van de vallenzetter zijn overgeleverd."

En de vierde kudde zocht een plek op die voor de vallenzetter en diens knechten ontoegankelijk bleef. Vandaar kwamen de dieren en aten het voer, niet aangelokt en niet blindelings. Ze werden niet behaaglijk, lieten zich niet gaan en waren daarom in die omheining niet overgeleverd aan de wil van de vallenzetter.

De vallenzetter en zijn knechten dachten toen: "Echt slim is deze vierde kudde. Ze moet magische kracht hebben omdat wel het door ons uitgestrooide voer opgegeten wordt maar niemand van ons kan

ontdekken waarvandaan de kudde komt of waarheen ze gaat."

Zij stelden grote palen rondom de voederplek, aan alle kanten, om te kunnen ontdekken waar de vierde kudde zich ophield. Maar de vallenzetter en diens kechten vonden geen enkel spoor naar de plek waar die kudde zich verborg.

Bij de vallenzetter en diens knechten kwam toen de gedachte op: "Als wij de vierde kudde verjagen, dan verjaagt die kudde een andere kudde, en die weer een andere. Zo zal dan het voer dat we hier uitstrooien, door al het wild gemeden worden. Laten we daarom de vierde kudde negeren."

De vierde kudde werd daarom genegeerd. En zo kon die vierde kudde van wilde dieren ontkomen aan de macht van de vallenzetter.

Monniken, deze gelijkenis heb ik gegeven om de zin uit te leggen. Wat nu is de zin ervan?

Het voer is een aanduiding voor de vijf soorten van verlangens (*kāma-guna*). De vallenzetter is een aanduiding voor Mara, de boze. De knechten van de vallenzetter is een aanduiding voor de metgezellen van Mara. De kudde wilde dieren is een aanduiding voor asceten en boetelingen.

De eerste groep van asceten en boetelingen, aangelokt door het voer dat door Mara werd uitgestrooid, hebben zich door de lust aan de wereld toegewijd aan blind genot. Ze werden behaaglijk, lieten zich gaan en waren in die omheining, in die lust aan de wereld overgeleverd aan de wil van Mara. Zij konden aan de macht van Mara niet ontsnappen.

Zij zijn als de eerste kudde.

Bij de tweede groep van asceten en boetelingen kwam de gedachte op: "Die eerste groep

van asceten en boetelingen werden door het voer van Mara, door de lust aan de wereld aangelokt. Ze waren in die omheining, in die lust aan de wereld overgeleverd aan de wil van Mara. Zij konden niet ontkomen aan de macht van Mara. Maar wij willen ons verre houden van alle genot van voer, van elke lust aan de wereld. Wij willen ons diep in het bos terugtrekken."

Zo gedacht, zo gedaan; ze trokken zich diep in het bos terug en leefden van kruiden en paddestoelen, van wilde rijst en graan, van zaden en pitten, van plantenmelk en hars van bomen, van grassen, koemest, wortels en bosvruchten en afgevallen fruit. In de laatste maand van de zomer, toen het gras verwelkte en het water opdroogde, werden ze erg mager en hadden geen kracht meer. Ze verloren de gemoedsrust en gingen toch naar het voer dat Mara had uitgestrooid, naar die lust aan de wereld. Ze waren in de omheining, in die lust aan de wereld

overgeleverd aan de wil van Mara. Ook die tweede groep van asceten en boetelingen kon niet ontkomen aan de macht van Mara. Ze zijn als de tweede kudde wilde dieren.

Toen kwam bij de derde groep van asceten en brahmanen de gedachte op: "Die twee groepen van asceten, de eerste en ook de tweede groep, konden niet ontkomen aan de macht van Mara. Laten wij ons in de buurt van het voer ophouden dat Mara uitstrooit, in de buurt van de wereldlijke lust. Als we daar vertoeven, worden we niet aangelokt en genieten niet blindelings van het voer. We worden niet behaaglijk, laten ons niet gaan en we zullen in de omheining, in die lust aan de wereld niet overgeleverd zijn aan de wil van Mara."

Zo gedacht, zo gedaan. Ze hielden zich op in de buurt van het voer dat Mara uitstrooit, in de buurt van wereldlijke lust. Niet aangelokt en niet blindelings

genoten zij van het voer, ze werden niet behaaglijk, ze lieten zich niet gaan, en daarom waren zij in die omheining, in die lust aan de wereld niet overgeleverd aan de wil van Mara.

Maar zij kregen verkeerde visies over vragen of de wereld eeuwig is of tijdelijk, of de wereld eindig is of oneindig, of ziel en lichaam één en hetzelfde zijn of dat de ziel en het lichaam twee verschillende dingen zijn. Men vroeg zich ook af of de Volmaakte na de dood bestaat of niet bestaat of zowel bestaat als niet bestaat of noch bestaat noch niet bestaat.

Zo kon ook de derde groep van asceten en boetelingen niet ontkomen aan de macht van Mara. Ze zijn als de derde kudde wilde dieren.

Bij de vierde groep van asceten en boetelingen kwam de gedachte op: "Die drie groepen van asceten konden niet ontkomen aan de macht van Mara. Als wij nu een plek opzochten die voor Mara en zijn

metgezellen ontoegankelijk is? Vandaaruit kunnen we dan tot bij het voer komen dat Mara uitstrooit, tot bij de wereldlijke lust. Niet aangelokt en niet blindelings genieten we van het voer, we zullen niet behaaglijk worden, zullen ons niet laten gaan, en zullen in die omheining, die lust aan de wereld, niet overgeleverd zijn aan de wil van Mara."

Zo gedacht, zo gedaan. Ze zochten een plek op die ontoegankelijk bleef voor Mara en zijn metgezellen. Vandaaruit gingen zij naar het voer dat Mara uitstrooit, naar de wereldlijke lust en genoten ervan, niet aangelokt en niet blindelings. Ze werden niet behaaglijk, lieten zich niet gaan en daarom waren zij in die omheining, in die lust van de wereld niet overgeleverd aan de wil van Mara. Zo kon die vierde groep van asceten en boetelingen ontkomen aan de macht van Mara. Zij zij als de vierde kudde van wilde dieren.

Monniken, hoe nu is aan Mara en zijn metgezellen de toegang ontzegd? Wel, daar vertoeft een monnik, ver van verlangen, ver van onheilzame dingen, in het eerste *jhana*. Hij wordt een monnik genoemd. Hij heeft Mara verblind; hij is aan het kwaad ontsnapt.

Daarna bereikt de monnik de eenheid van het gemoed die vrij is van gedachten, het tweede *jhana*. Hij wordt een monnik genoemd. Hij heeft Mara verblind; hij is aan het kwaad ontsnapt.

Daarna vertoeft de monnik gelijkmoedig, helder bewust, in het derde *jhana*. Hij wordt een monnik genoemd. Hij heeft Mara verblind; hij is aan het kwaad ontsnapt.

Verder verwerkelijkt de monnik het vierde *jhana* dat vrij is van leed en van vreugde, die gelijkmoedig is, vol inzicht, volmaakt zuiver. Hij wordt een monnik genoemd. Hij heeft Mara verblind; hij is aan het kwaad ontsnapt.

Verder verkrijgt de monnik de vier onstoffelijke meditatieve verdiepingen (de sfeer van ruimte is grenzenloos, de sfeer van bewustzijn is grenzenloos, de sfeer van 'er is niets', de grens van mogelijke waarneming). Hij wordt een monnik genoemd. Hij heeft Mara verblind; hij is aan het kwaad ontsnapt.

Verder bereikt de monnik de oplossing van waarneembaarheid. En wijs ziende is de waan opgeheven. Een dergelijke wordt monnik genoemd. Hij heeft Mara verblind; hij is aan het kwaad ontsnapt, ontkomen aan de wereldlijkheid."

Zo sprak de Verhevene. Tevreden verheugden die monniken zich over het woord van de Verhevene.

M.26. (M.III.6) Āriyapariyesana sutta (Pāsarāsi sutta) - het edele streven

*Het edele streven. De Boeddha vertelt er over zijn ervaringen vanaf het begin van zijn zoektocht, hoe hij de Verlichting bereikte en hoe hij het Wiel der leer in beweging bracht en de vijf asceten bekeerde.*⁸⁵

[zie o.a. [van zoektocht tot Verlichting](#) en [het 1e jaar na de Verlichting, verkondiging van de leer](#)]

Uit het zicht van het kwaad (gedeelte uit M.26)

Eens vertoefde de Verhevene in het Jetavana-klooster te Sāvatti. Na de maaltijd ging hij samen met de eerwaarde Ānanda naar het Pubbarama-klooster. In de buurt ervan lag de hermitage van de brahmaan Rammaka. Daar was een groep monniken bijeen gekomen. Zij werden door de Boeddha onder andere onderwezen met de volgende toespraak:

⁸⁵ Bapat 1958, p. xiv; Webb 1975, p. 10

“Monniken, de volgende vijf soorten lust bestaan er:

1. de met het oog herkenbare vormen;
2. de met het oor herkenbare klanken;
3. de met de neus herkenbare geuren;
4. de met de tong herkenbare smaken;
5. de met het lichaam herkenbare aanrakingen.

Deze vijf soorten lust zijn verrukkelijk, aangenaam, aantrekkelijk, lieflijk, lustvol en hartstochtelijk.

Degenen die deze vijf soorten lust genieten, die erin verstrikt zijn, verblind, zonder inzicht in het lijden, die niet weten hoe eraan te ontkomen, die personen zijn aldus te verstaan: tot het ongeluk vervallen, tot neergang vervallen, een voorwerp naar willekeur voor het kwaad.

Monniken, zoals een dier in het bos dat gebonden op een hoop strikken ligt, aldus te verstaan is: tot ongeluk vervallen, tot neergang vervallen, een voorwerp naar willekeur voor de jager. Als de jager komt, kan het niet naar believen weggaan. Evenzo zijn degenen die deze vijf soorten lust genieten, die erin verstrikt zijn, verblind, zonder inzicht in het lijden, zonder te weten hoe eraan te ontkomen, zij zijn aldus te verstaan: tot het ongeluk vervallen, tot neergang vervallen, een voorwerp naar willekeur voor het kwaad.

Maar degenen die deze vijf soorten lust genieten zonder erin verstrikt te zijn, onverblind, niet overweldigd, vol inzicht in het lijden, die weten hoe eraan te ontkomen, die personen zijn aldus te verstaan: niet tot het ongeluk vervallen, niet tot neergang vervallen, geen voorwerp naar willekeur voor het kwaad.

Zoals een dier in het bos dat ongebonden op een hoop strikken ligt, aldus te verstaan is: niet tot ongeluk vervallen, niet tot neergang vervallen, geen voorwerp naar willekeur voor de jager. Als de jager komt, kan het naar believen weggaan.

Zoals een dier in het bos nabij de rand van een berg loopt en er veilig gaat, veilig staat, veilig de slaappleats kiest, en waarom? - Het is niet in het bereik van de jager gekomen. Evenzo, monniken, vertoeft een monnik, vrij geworden van lust, vrij geworden van ongoede dingen, in het bezit van de eerste meditatieve verdieping die met indrukken en overwegingen verbonden is, die uit eenzaamheid ontstaan is, die gelukkig maakt vol vreugde. Deze persoon wordt een monnik genaamd. Blind gemaakt heeft hij de dood, spoorloos gedood heeft hij het oog van de dood. Hij is uit het zicht van het kwaad gekomen.

En verder, monniken, door het tot rust komen van indrukken en overwegingen verkrijgt hij de innerlijke vrede, de geestelijke eenwording. En hij vertoeft in de tweede meditatieve verdieping die vrij is van indrukken, vrij van overwegingen, die ontstaan is uit zelf-verdieping, die gelukkig maakt vol vreugde. Deze persoon wordt een monnik genaamd. Blind gemaakt heeft hij de dood, spoorloos gedood heeft hij het oog van de dood. Hij is uit het zicht van het kwaad gekomen.

En verder, monniken, door het vrij worden van zucht naar vreugde vertoeft hij gelijkmoedig, nadenkend en bezonnen. En hij ondervindt lichamenlijk het geluk dat door de edelen genoemd is: gelijkmoedig, vol inzicht, gelukkig vertoevend. Zo vertoeft hij in het bezit van de derde meditatieve verdieping. Deze persoon wordt een monnik genaamd.

Blind gemaakt heeft hij de dood, spoorloos gedood heeft hij het oog van de dood. Hij is uit het zicht van het kwaad gekomen.

En verder, monniken, door het achterlaten van geluk, door het achterlaten van leed, door het verdwijnen van vroegere bevredigingen en zorgen vertoeft hij in het bezit van de vierde meditatieve verdieping, de leedvrije, de gelukvrije, de in gelijkmoedigheid en oplettendheid gezuiverde. Deze persoon wordt een monnik genaamd. Blind gemaakt heeft hij de dood, spoorloos gedood heeft hij het oog van de dood. Hij is uit het zicht van het kwaad gekomen.

En verder, monniken, door volledige overwinning van het waarnemen van vormen, door vernietiging van voorwerp-waarnemingen, door het niet ingaan op veelheids-waarnemingen, heeft een

monnik met [de gedachte] 'Oneindig is de ruimte' het gebied van de ruimte-oneindigheid bereikt. Deze persoon wordt een monnik genaamd. Blind gemaakt heeft hij de dood, spoorloos gedood heeft hij het oog van de dood. Hij is uit het zicht van het kwaad gekomen.

En verder, monniken, heeft een monnik volledig het gebied van de ruimte-oneindigheid overwonnen en heeft met [de gedachte] 'Oneindig is het bewustzijn' het gebied van de bewustzijns-oneindigheid bereikt. Deze persoon wordt een monnik genaamd. Blind gemaakt heeft hij de dood, spoorloos gedood heeft hij het oog van de dood. Hij is uit het zicht van het kwaad gekomen.

En verder, monniken, heeft een monnik volledig het gebied van de bewustzijns-oneindigheid

overwonnen en heeft met [de gedachte] 'Niets is er'
het gebied van de niets-is-er sfeer bereikt.

Hij heeft volledig het gebied van de niets-is-er
sfeer overwonnen en heeft het gebied van
noch-waarneming-noch-niet-waarneming bereikt.

Hij heeft volledig het gebied van
noch-waarneming-noch-niet-waarneming overwonnen
en heeft de vernietiging van waarneming en gevoelen
bereikt. En wijze inziende zijn de neigingen bij hem
verdwenen.

Deze persoon wordt een monnik genaamd. Blind
gemaakt heeft hij de dood, spoorloos gedood heeft hij
het oog van de dood. Hij is uit het zicht van het kwaad
gekomen. Ontkomen is hij aan het hechten aan de
wereld. Hij gaat veilig, staat veilig, veilig zit hij neer,
veilig kiest hij een rustplaats voor de nacht, en

waarom? - Hij is niet in het bereik van het kwaad gekomen.”

Aldus sprak de Verhevene. Tevreden verheugden zich die monniken over de toespraak van de Boeddha.⁸⁶

M.27. (M.III.7) Cūlahatthipadopama sutta - De korte gelijkenis van de olifantenvoetafdruk

Te Sāvatti. De brahmaan Jānussoni vroeg aan de zwervende asceet Pilotika die juist terugkwam van de Verhevene, of hij alle deugden en bekwaamheden van de Boeddha kende. De asceet antwoordde dat

⁸⁶ Gedeelte van M.26, in: Horner, I.B.: *The Noble Quest. Ariyapariyesana Sutta. The 26th Discourse of the Middle Length Sayings (Majjhima Nikāya)*. Transl. by I.B. Horner. Kandy 1974, The Wheel No. 198; en in: Dahlke, Paul (Übers.): *Buddha. Auswahl aus dem Palikanon*. Wiesbaden [s.a.], p. 5-39; en in: Horner, I.B.: *The Collection of the Middle Length Sayings (Majjhima-nikaya)*, Vol. I, p. 217-219.

alleen een andere Boeddha dat kon weten. Hijzelf kon het zich alleen voorstellen in zoverre als zijn verbeelding reikte, juist zoals een jager de grootte van een olifant kon schatten aan de hand van diens voetafdrukken.

Later ging de brahmaan Jānussoni naar de Boeddha toe en vertelde hem wat hij met de asceet besproken had. De Verhevene vertelde hem dat de voetafdrukken van een olifant misleidend kunnen zijn. Alleen degene die de voetafdrukken volgt en het dier in ware grootte ziet, kan erover oordelen. Evenzo kunnen de deugden van de Boeddha en van zijn leer ten volle begrepen en gewaardeerd worden wanneer men de leer navolgt en uitoefent totdat het doel, arahantschap, bereikt is.⁸⁷

⁸⁷ Bapat 1958, p. xiv; Webb 1975, p. 10; U Ko Lay 1985, p. 49.

In deze leerrede is een beschrijving te vinden van iemand die het arahant-ideaal nastreeft. In het kort volgt die beschrijving hier.

“Hij geeft het doden van levende wezens op. Stok en zwaard legt hij neer en hij is bescheiden en barmhartig, mededogend jegens al wat leeft. Hij neemt niets wat niet is gegeven en hij leeft afgescheiden, ziet af van lust. Hij liegt niet meer, spreekt steeds de waarheid en bedriegt niet. Hij geeft lasterpraat op. Wat hij hier gehoord heeft, herhaalt hij niet elders. Hij verenigt gescheidenen, spoort vrienden aan; hij verheugt zich over eendracht, en hij spreekt woorden die eenheid bevorderen. Hij geeft ruwe taal op; zijn woorden zijn aangenaam voor het oor, hartverwarmend. Hij geeft kletspraatjes op. Hij spreekt wat tijdig is, waar en vol betekenis. Hij ziet ervan af schade toe te brengen aan zaden en planten. Hij ziet af van het aannemen van goud en zilver,

vrouwen en meisjes, slaven en slavinnen. Hij ziet af van het aannemen van schapen en geiten, pluimvee en varkens, vee, velden en landerijen. Hij ziet af van de oneerlijke activiteiten van omkoperij, misleiding en bedrog. Hij ziet af van messentrekkerij, doden, gevangen zetten, roven, plunderen; hij ziet af van alle geweld.”⁸⁸

M.28. (M.III.8) Mahāhatthipadopama sutta

⁸⁸ De arahant heeft dat alles opgegeven en ziet af van alles wat hierboven vermeld is. En daar is niets egoïstisch bij. Verder heeft de arahant elke vorm van hoogmoed en egoïsme overwonnen. De arahant heeft de vier grote deugden van liefdevolle vriendelijkheid (*mettā*), mededogen (*karunā*), medeleven (*muditā*), en gelijkmoedigheid (*upekkhā*) beoefend. Hij of zij is actief betrokken bij het helpen van anderen; daarin uit zich dat arahantschap bereikt is. (Katz, Nathan: *Buddhist Images of Human Perfection. The Arahant of the Sutta Pitaka Compared with the Bodhisattva and the Mahāsiddha*. Delhi, 1989 [1982], p. 165-166, 190, 194-202 en 265).

Te Sāvatti. De eerwaarde Sāriputta spreekt de monniken toe. De lange gelijkenis van de olifantenvoetafdruk. Zoals de voetafdrukken van alle wezens passen in de voetafdruk van een olifant, evenzo kunnen de principes van andere religies ingevat worden in de leer van de Vier Edele Waarheden. De vijf bestaansgroepen waaraan gehecht wordt, zijn de bestaansgroepen van vorm, van gevoel, van aanraking, van de formaties en van het bewustzijn. Verder spreekt de eerwaarde Sariputta over oorzakelijk ontstaan en over niet-zelf.

M.28. (M.III.8) De lange leerrede van het olifantenvoetspoor

Eens verbleef te Verhevene te Sāvatti in het Jetavana klooster. De eerwaarde Sāriputta sprak toen tot de monniken aldus:

"Vrienden, zoals in het voetspoor van een olifant het voetspoor past van elk ander levend wezen dat zich lopend voortbeweegt, evenzo kunnen alle heilzame toestanden in de vier edele waarheden ingepast worden, en wel in de edele waarheid van *dukkha*, in de edele waarheid van de oorsprong van *dukkha*, in de edele waarheid van de opheffing van *dukkha*, en in de edele waarheid van de weg die leidt naar de opheffing van *dukkha*.

De edele waarheid van *dukkha* is als volgt: geboorte is *dukkha*; ouder worden is *dukkha*; ziekte is *dukkha*; sterven is *dukkha*; verdriet, weeklaag, pijn, leed en wanhoop zijn *dukkha*; het verenigd zijn met wie of waarmee men een afkeer heeft, is *dukkha*; het gescheiden zijn van wie of van wat men liefheeft, is *dukkha*; niet te krijgen wat men graag heeft, is *dukkha*; kortom de vijf groeperingen van hechten zijn *dukkha*.

De vijf groeperingen van hechten zijn de groeperingen van vorm, van gevoel, van waarneming, van de formaties en van het bewustzijn.

De groepering van vorm bestaat uit de vier grote elementen en de vorm die van de vier grote elementen afstamt. Die vier grote elementen zijn het aarde-element, het waterelement, het vuurelement en het windelement (luchtelement).

(het aarde-element)

Vrienden, het aarde-element kan zowel innerlijk als uiterlijk zijn. Het innerlijke aarde-element bestaat hierin: wat er bestaat aan vaste innerlijke dingen die tot iemand zelf behoren, en die object van hechten zijn, zoals hoofdhaar, lichaamshaar, nagels, tanden, huid, vlees, spieren, pezen, beenderen, beendermerg, nieren, hart, lever, middenrif, milt, longen, dikke darm,

inhoud van de maag, ontlasting of wat er anders nog is aan innerlijke dingen, dat noemt men het innerlijke aarde-element.

Zowel het innerlijke als het uiterlijke aarde-element moeten met gepaste wijsheid overeenkomstig de werkelijkheid aldus beschouwd worden: "Dat is niet van mij, dat ben ik niet, dat is niet mijn zelf." Wanneer men zo het aarde-element beschouwt, dan wordt men tegenover dat aarde-element ontnuchterd en maakt men de geest vrij van begeerte wat betreft het aarde-element.

Eens komt de tijd waarin het uiterlijke aarde-element in chaos geraakt en dan verdwijnt het uiterlijke aarde-element. Wanneer zelfs dit uiterlijke aarde-element, hoe groot het ook is, als vergankelijk beschouwd wordt, als onderhevig aan vernietiging, verdwijnen en verandering, hoeveel te meer dan dit lichaam waaraan door begeerte gehecht wordt en dat

slechts korte tijd blijft bestaan. Dat lichaam kan niet als "ik" of "mijn" of "ik ben" beschouwd worden.

Wanneer nu anderen iemand die het zo overeenkomstig de werkelijkheid ziet, beledigen, uitschelden, en lastig vallen, dan begrijpt hij het aldus: "Dit pijnlijke gevoel dat ontstaan is uit hoorcontact, is in mij ontstaan. Het is niet zonder oorzaak, maar het is veroorzaakt, en wel door contact." Dan ziet hij dat contact vergankelijk is, dat gevoel vergankelijk is, dat waarneming vergankelijk is, dat formaties vergankelijk zijn, en dat bewustzijn vergankelijk is. En zijn geest die in dat element een steunpunt vindt, dringt vooruit en verkrijgt vertrouwen, standvastigheid en vastbeslotenheid.

Wanneer nu anderen die persoon aangrijpen op een manier die niet gewenst is, onaangenaam, waarbij hij met vuisten, stokken of messen in contact komt, dan begrijpt hij dat als volgt: 'Dit lichaam is van zo'n

aard dat contact met vuisten, stokken of messen erop af komt. Maar in de gelijkenis van de zaag heeft de Verhevene deze raad gegeven: 'Monniken, zelfs wanneer bandieten jullie in stukken zouden zagen, dan zou iemand die tegenover hen een verdorven geest liet ontstaan, mijn leer niet navolgen.' Dus moet onuitputtelijke energie in mij geproduceerd worden, en moet ononderbroken oplettendheid tegenwoordig zijn, mijn lichaam moet stil zijn en onbelast, mijn geest moet geconcentreerd zijn en op één punt gericht. En nu kan contact met vuisten, stokken of messen op dit lichaam af komen; want dit is alleen maar het opvolgen van de leer van de Boeddha.'

Wanneer die persoon nadenkt over de Boeddha, Dhamma en Sangha, ingeval dan gelijkmoedigheid die door het heilzame wordt ondersteund, niet in hem verankerd is, dan wekt hij als volgt een gevoel van urgentie op: 'Het is een verlies voor mij, het is geen winst voor mij, het is slecht voor mij, het is niet goed

voor mij, dat, wanneer ik zo nadenk over de Boeddha, Dhamma en Sangha, gelijkmoedigheid die door het heilzame wordt ondersteund, niet in mij verankerd wordt.'

Maar ingeval, wanneer hij nadenkt over de Boeddha, Dhamma en Sangha, gelijkmoedigheid die door het heilzame wordt ondersteund, in hem verankerd wordt, dan is hij daarmee tevreden. En op dit punt is door die persoon veel bereikt.

(Het waterelement)

Vrienden, het waterelement kan zowel innerlijk als uiterlijk zijn. Het innerlijke waterelement bestaat hierin: wat er aan innerlijke dingen die tot iemand zelf behoren, water, waterig is en object van hechten, zoals gal, slijm, etter, bloed, zweet, vet, tranen, talk, speeksel, snot, gewrichtsvloeistof, urine of wat er anders nog aan innerlijke, tot iemand zelf behorende

dingen, water, waterig en object van hechten is, dat noemt men het waterelement.

Zowel het innerlijke als het uiterlijke waterelement moeten met gepaste wijsheid overeenkomstig de werkelijkheid aldus beschouwd worden: "Dit is niet van mij, dit ben ik niet, dit is niet mijn zelf." Wanneer men het waterelement zo beschouwt, wordt men tegenover het waterelement ontnuchterd en maakt men de geest vrij van begeerte wat betreft het waterelement.

Eens komt de tijd waarin het uiterlijke waterelement in chaos raakt. Dorpen, kleine en grote steden, provincies en hele landen worden dan overstroomd. Eens komt de tijd waarin het water in de grote oceaan steeds verder terugwijkt, 100 km, 200 km, 500 km, 700 km. Eens komt de tijd dat het water in de grote oceaan steeds ondieper wordt, tot zelfs een vinger niet meer natgemaakt kan worden. Wanneer zelfs dat uiterlijke waterelement, hoe groot het ook is,

als vergankelijk gezien wordt, als onderhevig aan vernietiging, verdwijnen en aan verandering, hoeveel meer dan dit lichaam waaraan door begeerte gehecht wordt en dat slechts korte tijd blijft bestaan. Dat lichaam kan niet als "ik" of "mijn" of "ik ben" beschouwd worden.

Wanneer nu anderen iemand die het zo overeenkomstig de werkelijkheid ziet, beledigen, uitschelden, en lastig vallen, dan begrijpt hij het aldus: "Dit pijnlijke gevoel dat ontstaan is uit hoorcontact, is in mij ontstaan. Het is niet zonder oorzaak, maar het is veroorzaakt, en wel door contact." Dan ziet hij dat contact vergankelijk is, dat gevoel vergankelijk is, dat waarneming vergankelijk is, dat formaties vergankelijk zijn, en dat bewustzijn vergankelijk is. En zijn geest die in dat element een steunpunt vindt, dringt vooruit en verkrijgt vertrouwen, standvastigheid en vastbeslotenheid.

Wanneer nu anderen die persoon aangrijpen op een manier die niet gewenst is, onaangenaam, waarbij hij met vuisten, stokken of messen in contact komt, dan begrijpt hij dat als volgt: 'Dit lichaam is van zo'n aard dat contact met vuisten, stokken of messen erop af komt. Maar in de gelijkenis van de zaag heeft de Verhevene deze raad gegeven: 'Monniken, zelfs wanneer bandieten jullie in stukken zouden zagen, dan zou iemand die tegenover hen een verdorven geest liet ontstaan, mijn leer niet navolgen.' Dus moet onuitputtelijke energie in mij geproduceerd worden en moet ononderbroken oplettendheid tegenwoordig zijn, mijn lichaam moet stil zijn en onbelast, mijn geest moet geconcentreerd zijn en op één punt gericht. En nu kan contact met vuisten, stokken of messen op dit lichaam af komen; want dit is alleen maar het opvolgen van de leer van de Boeddha.'

Wanneer die persoon nadenkt over de Boeddha, Dhamma en Sangha, ingeval dan gelijkmoedigheid die

door het heilzame wordt ondersteund, niet in hem is verankerd, dan wekt hij als volgt een gevoel van urgentie op: 'Het is een verlies voor mij, het is geen winst voor mij, het is slecht voor mij, het is niet goed voor mij, dat, wanneer ik zo nadenk over de Boeddha, Dhamma en Sangha, gelijkmoedigheid die door het heilzame wordt ondersteund, niet in mij verankerd wordt.'

Maar ingeval, wanneer hij nadenkt over de Boeddha, Dhamma en Sangha, gelijkmoedigheid die door het heilzame wordt ondersteund, in hem verankerd wordt, dan is hij daarmee tevreden. En op dit punt is door die persoon veel bereikt.

(Het vuurelement)

Vrienden, het vuurelement kan zowel innerlijk als uiterlijk zijn. Het innerlijke vuurelement bestaat hierin: wat er bestaat aan innerlijke dingen die tot

iemand zelf behoren, die vuur zijn, vurig en object van hechten, dus datgene waardoor men verwarmd wordt, ouder wordt en verteerd wordt, en datgene waardoor verteert wat gegeten, gedronken en geproefd is, of wat er anders nog aan innerlijke dingen die tot iemand zelf behoren, vuur, vurig en object van hechten is, dat noemt men het innerlijke vuurelement.

Zowel het innerlijke als het uiterlijke vuurelement moeten met gepaste wijsheid aldus bezien worden: "Dit is niet van mij, dat ben ik niet, dat is niet mijn zelf." Wanneer men het vuurelement zo beschouwt, wordt men tegenover het vuurelement ontnuchterd en maakt men de geest vrij van begeerte wat betreft het vuurelement.

Eens komt de tijd waarin het uiterlijke vuurelement in chaos geraakt. Dorpen, kleine en grote steden, provincies en hele landen worden dan door brand verwoest. Het vuur gaat alleen uit op grond van gebrek aan brandstof, bijvoorbeeld wanneer het bij

groen gras komt, of bij een rots of bij water of bij een vrije, open vlakte. Eens komt de tijd waarin men met moeite zal proberen vuur te maken, zelfs met kippenveren of spanen van schors. Wanneer zelfs dat uiterlijke vuurelement, hoe groot het ook is, als vergankelijk gezien wordt, als onderhevig aan vernietiging, aan verdwijnen en aan verandering, hoeveel te meer dan dit lichaam waaraan door begeerte gehecht wordt en dat slechts korte tijd blijft bestaan. Dat kan niet als "ik" of "mijn" of "ik ben" beschouwd worden.

Wanneer nu anderen iemand die het zo overeenkomstig de werkelijkheid ziet, beledigen, uitschelden, en lastig vallen, dan begrijpt hij het aldus: "Dit pijnlijke gevoel dat ontstaan is uit hoorcontact, is in mij ontstaan. Het is niet zonder oorzaak, maar het is veroorzaakt, en wel door contact." Dan ziet hij dat contact vergankelijk is, dat gevoel vergankelijk is, dat waarneming vergankelijk is, dat formaties vergankelijk

zijn, en dat bewustzijn vergankelijk is. En zijn geest die in dat element een steunpunt vindt, dringt vooruit en verkrijgt vertrouwen, standvastigheid en vastbeslotenheid.

Wanneer nu anderen die persoon aangrijpen op een manier die niet gewenst is, onaangenaam, waarbij hij met vuisten, stokken of messen in contact komt, dan begrijpt hij dat als volgt: 'Dit lichaam is van zo'n aard dat contact met vuisten, stokken of messen erop af komt. Maar in de gelijkenis van de zaag heeft de Verhevene deze raad gegeven: 'Monniken, zelfs wanneer bandieten jullie in stukken zouden zagen, dan zou iemand die tegenover hen een verdorven geest liet ontstaan, mijn leer niet navolgen.' Dus moet onuitputtelijke energie in mij geproduceerd worden, en moet ononderbroken oplettendheid tegenwoordig zijn, mijn lichaam moet stil zijn en onbelast, mijn geest moet geconcentreerd zijn en op één punt gericht. En nu kan contact met vuisten, stokken of messen op dit

lichaam af komen; want dit is alleen maar het opvolgen van de leer van de Boeddha.'

Wanneer die persoon nadenkt over de Boeddha, Dhamma en Sangha, ingeval dan gelijkmoedigheid die door het heilzame wordt ondersteund, niet in hem is verankerd, dan wekt hij als volgt een gevoel van urgentie op: 'Het is een verlies voor mij, het is geen winst voor mij, het is slecht voor mij, het is niet goed voor mij, dat, wanneer ik zo nadenk over de Boeddha, Dhamma en Sangha, gelijkmoedigheid die door het heilzame wordt ondersteund, niet in mij verankerd wordt.'

Maar ingeval, wanneer hij nadenkt over de Boeddha, Dhamma en Sangha, gelijkmoedigheid die door het heilzame wordt ondersteund, in hem verankerd wordt, dan is hij daarmee tevreden. En op dit punt is door die persoon veel bereikt.

(Het windelement)

Vrienden, het windelement kan zowel innerlijk als uiterlijk zijn. Het innerlijke windelement is aldus: wat er aan innerlijke dingen is, die tot iemand zelf behoren, wind, winderig, en object van hechten, namelijk opstijgende winden, neergaande winden, winden in de buik, winden in de darmen, winden die door de ledematen stromen, in- en uitademing, of wat er anders nog aan innerlijke dingen is die tot iemand zelf behoren, wind, winderig en object van hechten, dat noemt men het innerlijke windelement.

Zowel het innerlijke als het uiterlijke windelement moeten met gepaste wijsheid aldus bezien worden: "Dit is niet van mij, dat ben ik niet, dat is niet mijn zelf." Wanneer men het windelement zo met gepaste wijsheid overeenkomstig de werkelijkheid beschouwt, wordt men tegenover het windelement ontnuchterd en maakt men de geest vrij van begeerte wat betreft het windelement.

Eens komt de tijd dat het uiterlijke windelement in chaos geraakt. Dorpen, kleine en grote steden, provincies en hele landen worden dan weggeveegd. Eens komt de tijd dat men in de laatste maand van het warme seizoen probeert wind te maken met een waaier of blaasbalg, en dat zelfs loshangende strovezels aan de rand van het dak niet bewegen. Wanneer zelfs dat uiterlijke windelement, hoe groot het ook is, als vergankelijk gezien wordt, als onderhevig aan vernietiging, aan verdwijnen en aan verandering, hoeveel te meer dan dit lichaam waaraan door begeerte gehecht wordt en dat slechts korte tijd blijft bestaan. Dat kan niet als "ik" of "mijn" of "ik ben" beschouwd worden.

Wanneer nu anderen iemand die het zo overeenkomstig de werkelijkheid ziet, beledigen, uitschelden, en lastig vallen, dan begrijpt hij het aldus: "Dit pijnlijke gevoel dat ontstaan is uit hoorcontact, is

in mij ontstaan. Het is niet zonder oorzaak, maar het is veroorzaakt, en wel door contact." Dan ziet hij dat contact vergankelijk is, dat gevoel vergankelijk is, dat waarneming vergankelijk is, dat formaties vergankelijk zijn, en dat bewustzijn vergankelijk is. En zijn geest die in dat element een steunpunt vindt, dringt vooruit en verkrijgt vertrouwen, standvastigheid en vastbeslotenheid.

Wanneer nu anderen die persoon aangrijpen op een manier die niet gewenst is, onaangenaam, waarbij hij met vuisten, stokken of messen in contact komt, dan begrijpt hij dat als volgt: 'Dit lichaam is van zo'n aard dat contact met vuisten, stokken of messen erop af komt. Maar in de gelijkenis van de zaag heeft de Verhevene deze raad gegeven: 'Monniken, zelfs wanneer bandieten jullie in stukken zouden zagen, dan zou iemand die tegenover hen een verdorven geest laat ontstaan, mijn leer niet navolgen.' Dus moet onuitputtelijke energie in mij geproduceerd worden, en

moet ononderbroken oplettendheid tegenwoordig zijn; mijn lichaam moet stil zijn en onbelast, mijn geest moet geconcentreerd zijn en op één punt gericht. En nu kan contact met vuisten, stokken of messen op dit lichaam af komen; want dit is alleen maar het opvolgen van de leer van de Boeddha.'

Wanneer die persoon nadenkt over de Boeddha, Dhamma en Sangha, ingeval dan gelijkmoedigheid die door het heilzame wordt ondersteund, niet in hem is verankerd, dan wekt hij als volgt een gevoel van urgentie op: "Het is een verlies voor mij, het is geen winst voor mij, het is slecht voor mij, het is niet goed voor mij, dat, wanneer ik zo nadenk over de Boeddha, Dhamma en Sangha, gelijkmoedigheid die door het heilzame wordt ondersteund, niet in mij verankerd wordt."

Maar ingeval, wanneer hij nadenkt over de Boeddha, Dhamma en Sangha, gelijkmoedigheid die door het heilzame wordt ondersteund, in hem

verankerd wordt, dan is hij daarmee tevreden. En op dit punt is door die persoon veel bereikt.

Vrienden, juist zoals ruimte die door hout, klimplanten, gras en leem veroorzaakt is, als "huis" aangeduid wordt, evenzo wordt ruimte die door beenderen en pezen, vlees en huid veroorzaakt is, als "vorm" aangeduid.⁸⁹

Vrienden, wanneer innerlijk het oog intact is, maar geen uiterlijke vormen in de reikwijdte ervan komen, en er geen passende toevoer van voedsel⁹⁰ aanwezig is, dan is er geen verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

⁸⁹ Een motivatie om over de ik-loze natuur van het lichaam na te denken.

⁹⁰ *samannāhāra*; hier wordt duidelijk uitgelegd dat bewustzijn van oorzakelijke factoren afhankelijk is. Er bestaat geen bewustzijn zonder inhoud. - Het is altijd bewustzijn van iets.

Wanneer innerlijk het oog intact is, en uiterlijke vormen in de reikwijdte ervan komen, maar geen passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er geen verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Maar wanneer innerlijk het oog intact is, en uiterlijke vormen in de reikwijdte ervan komen, en passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er het verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Vrienden, wanneer innerlijk het oor intact is, maar geen uiterlijke geluiden in de reikwijdte ervan komen, en geen passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er geen verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Wanneer innerlijk het oor intact is, en uiterlijke geluiden in de reikwijdte ervan komen, maar geen passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er geen verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Maar wanneer innerlijk het oor intact is, en uiterlijke geluiden in de reikwijdte ervan komen, en passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er het verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Vrienden, wanneer innerlijk de neus intact is, maar geen uiterlijke geuren in de reikwijdte ervan komen, en geen passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er geen verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Wanneer innerlijk de neus intact is, en uiterlijke geuren in de reikwijdte ervan komen, maar geen passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er geen verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Maar wanneer innerlijk de neus intact is, en uiterlijke geuren in de reikwijdte ervan komen, en passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er het verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Vrienden, wanneer innerlijk de tong intact is, maar geen uiterlijke smaken in de reikwijdte ervan komen, en er geen passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er geen verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Wanneer innerlijk de tong intact is, en uiterlijke smaken in de reikwijdte ervan komen, maar er geen passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er geen verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Maar wanneer innerlijk de tong intact is, en uiterlijke smaken in de reikwijdte ervan komen, en passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er het verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Vrienden, wanneer innerlijk het lichaam intact is, maar geen uiterlijke aanrakingsobjecten in de reikwijdte ervan komen, en er geen passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er geen verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Wanneer innerlijk het lichaam intact is, en uiterlijke aanrakingsobjecten in de reikwijdte ervan komen, maar er geen passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er geen verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Maar wanneer innerlijk het lichaam intact is, en uiterlijke aanrakingsobjecten in de reikwijdte ervan komen, en passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er het verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Vrienden, wanneer innerlijk de geest intact is, maar geen uiterlijke geestobjecten in de reikwijdte ervan komen, en er geen passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er geen verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Wanneer innerlijk de geest intact is, en uiterlijke geestobjecten in de reikwijdte ervan komen, maar er geen passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan

is er geen verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Maar wanneer innerlijk de geest intact is, en uiterlijke geestobjecten in de reikwijdte ervan komen, en er passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er het verschijnen van het erbij behorende bewustzijn.

Kortom, wanneer innerlijk de zintuigen intact zijn, en uiterlijke objecten in de reikwijdte ervan komen, en er passende toevoer van voedsel aanwezig is, dan is er het verschijnen van de erbij behorende soorten bewustzijn.

De vorm die op een dergelijke manier in het bestaan is getreden,⁹¹ wordt omsloten in de

⁹¹ "Op een dergelijke manier in het bestaan getreden": de inhoud van ons bewustzijn is onze wereld. Daaruit volgt dat de bestaansgroep van vorm waaraan gehecht wordt, niet alleen het eigen lichaam omvat, maar

groepering van de vorm waaraan gehecht wordt. Het gevoel dat op een dergelijke manier in het bestaan is getreden, wordt omsloten in de groepering van het gevoel waaraan gehecht wordt. De waarneming die op een dergelijke manier in het bestaan is getreden, wordt omsloten in de groepering van de waarneming waaraan gehecht wordt. De formaties die op een dergelijke manier in het bestaan zijn getreden, worden omsloten in de groepering van de formaties waaraan gehecht wordt. Het bewustzijn dat op een dergelijke manier in het bestaan is getreden, wordt omsloten in de groepering van het bewustzijn waaraan gehecht wordt.

Men begrijpt: inderdaad, op die manier komt het omsluiten, inzamelen en opstapelen van deze vijf

elke waargenomen vorm waaraan de illusie van "ik" zich kan hechten: dat behoort mij toe, of dat behoort mij niet toe, dat heb ik graag, of dat bevalt me niet.

bestaansgroepen tot stand. Nu is door de Verhevene het volgende gezegd: 'Iemand die oorzakelijk ontstaan ziet, ziet de Dhamma; iemand die de Dhamma ziet, ziet oorzakelijk ontstaan.' En deze vijf bestaansgroepen waaraan gehecht wordt, zijn oorzakelijk ontstaan. De begeerte, het botvieren, de neiging en het vasthouden aan deze vijf bestaansgroepen waaraan gehecht wordt, dat is de oorsprong van *dukkha*. Het verwijderen van begeerte en verlangen, het overwinnen van begeerte en verlangen naar deze vijf bestaansgroepen waaraan gehecht wordt, dat is het opheffen van *dukkha*. Ook op dat punt is door die monnik veel bereikt.

Evenzo is het met het oor en geluiden; de neus en geuren; de tong en smaken; het lichaam en aanrakingsobjecten; de geest en geestobjecten.

Zo sprak de eerwaarde Sariputta. De bhikkhus waren tevreden en verheugden zich over de woorden van de eerwaarde Sariputta.

M.29. (M.III.9) Mahāsāropama sutta

Over het gevaar van winst, eer en roem.

Volgens de overlevering werd deze leerrede gesproken toen Devadatta de Orde verliet.⁹²

Te Rājagaha, leerrede i.v.m. Devadatta die tevreden bleef met zijn roem omdat hij bovennatuurlijke vermogens had verkregen en de ware leer verliet om een schisma in de Orde te veroorzaken.

De Boeddha zei dat zijn leer er niet was om winst en faam te verkrijgen. Die waren als de uiterste takjes van een boom. En ook niet voor het verkrijgen

⁹² Bapat 1958, p. xiv; Webb 1975, p. 11.

van deugdzaamheid (als de buitenste schors van een boom). Noch voor concentratie om bovennatuurlijke krachten te verkrijgen (als de bast van een boom). De Dhamma was onderwezen om volmaakte heiligheid te verkrijgen (als het merg van een boom).⁹³

In dit sutta en in het volgende legt de Boeddha er de nadruk op dat het doel van het monnikenleven de onwrikbare bevrijde geest is. Alle andere dingen zijn van mindere waarde.⁹⁴

M.30. (M.III.10) Cūlasāropama sutta

Te Sāvatti. Gesprek van de Boeddha met de brahmaan Pingalakoccha. Deze vroeg aan de Verhevene of de zes leraren die beweerden Boeddha te zijn, werkelijk verlicht waren. De Boeddha legde uit

⁹³ U Ko Lay 1985, p. 50.

⁹⁴ U Ko Lay 1985, p. 50.

dat de leer van een Boeddha naar volmaakte heiligheid leidt, en niet alleen naar het verkrijgen van eer en roem, of van bovennatuurlijke krachten.

Dit sutta is een ontwikkeling van het voorgaande sutta over het bereiken van het wezenlijke van de Dhamma. Het bereiken van bevrijding is het uiteindelijke doel van het religieuze leven. Het is als het binnenste van een boom. Het bereiken van inzicht in de werkelijkheid is als het deel van het hout dat het dichtst bij de kern is. Het bereiken van *jhana* (meditatieve verdieping) is als de schors van de boom. Zuiverheid van gedrag (*sīla*) is als de uiterste huid van de bast. En de winst en roem van de monnik is als de bladeren en het loofwerk van de boom.⁹⁵

⁹⁵ Bapat 1958, p. xiv; Webb 1975, p. 11.