

# TRANSCRIPT ANATTALAKKHAṆA SUTTA – INZICHT IN NIET-ZELF DHAMMATAḶK SANGHA METTA (16/05/2026)

## DEEL I – DE OPENING VAN HET ONDERZOEK

Spirituele Vrienden,

De voorbije keer stonden we stil bij de Vier Edele Waarheden. Niet als een filosofisch systeem. Niet als een religieuze doctrine. Maar als een directe aanwijzing naar het einde van lijden.

De Boeddha begon zijn onderricht niet met metafysische theorieën. Hij begon met een eenvoudige vaststelling: er is lijden (*dukkha; duḥkha*).

Niet omdat de wereld noodzakelijk tragisch zou zijn, maar omdat wij ons vastklampen aan wat verschijnt.

Niet in de verschijnselen zelf ligt het probleem, maar in toeëigening. In het 'grijpen'  
Niet in ervaring, maar in de gedachte:

“Dit is van mij.”

“Dit ben ik.”

“Dit is mijn zelf.”

Maar zelfs wanneer een beoefenaar de Vier Edele Waarheden begrijpt, kan er nog een subtiele veronderstelling blijven bestaan.

De gedachte dat er **iemand** is die dit pad bewandelt.

**iemand** die mediteert.

**iemand** die inzicht ontwikkelt.

**iemand** die uiteindelijk bevrijd wordt.

Het is precies deze laatste veronderstelling die de Boeddha in zijn tweede voordracht volledig ontmantelt.

Volgens de overlevering vond deze voordracht plaats vijf dagen nadat de Boeddha het Dhamma-wiel in beweging had gezet met zijn eerste onderricht: de **Dhammacakkappavattana Sutta**.

De plaats was eveneens het **Hertenpark van Isipatana**, nabij Sarnath. Daar verbleef de Boeddha samen met vijf asceten: Koṇḍañña, Bhaddiya, Vappa, Mahānāma en Assaji.

Het waren asceten die Siddattha Gotama al kenden van vóór zijn verlichting, dus vóór hij Boeddha werd.

Toen Siddattha een streng ascetisch leven leidde, hadden zij hem gevolgd. Maar toen hij het extreme ascetisme had opgegeven, hadden zij hem verlaten. Zij waren er immers van overtuigd dat hij zijn zoektocht had opgegeven.

Wanneer zij hem in het Hertenkamp opnieuw ontmoetten, zagen zij echter dat er iets fundamenteel veranderd was. Zijn aanwezigheid was kalm. Zijn houding was helder. En zij luisterden.

Tijdens zijn eerste voordracht gebeurde er iets opmerkelijks. Eén van de vijf asceten, **Koṇḍañña**, kreeg een eerste doorbraak van inzicht (stroombetreding). De canon zegt dat het **Dhamma-oog** zich tijdens de eerste voordracht opende (*dhammacakkhu; dharmacakṣus*).

Hij zag dat: “Alles wat ontstaat, ook weer vergaat.”

Maar dit inzicht was nog niet volledig. Daarom sprak de Boeddha opnieuw tot hen. Deze tweede voordracht staat bekend als de **Anattalakkhaṇa Sutta** — de voordracht over het kenmerk van niet-zelf (*anattā; anātman*).

Wat deze sutta zo bijzonder maakt, is dat de Boeddha geen metafysische theorie formuleert.

Hij zegt niet eenvoudigweg:

“Er bestaat geen zelf.”

Dat zou opnieuw een doctrine zijn.

In plaats daarvan nodigt hij zijn toehoorders uit om te **onderzoeken**.

Het gaat hier niet om een dogmatisch geloof.  
Niet om metafysisch denken.  
Maar om de ervaring zelf.

De Boeddha vroeg de Gezellen om **zélf** te onderzoeken. Hij doet dat door vraagstelling.

Waar bevindt zich, in datgene wat wij “ik” noemen, een werkelijk onveranderlijke kern?

Om dat te onderzoeken richt de Boeddha de aandacht op wat hij noemt de **vijf aggregaten** (*pañca khandhā; pañca skandhāḥ*). Dit zijn de vijf componenten waarin menselijke ervaring zich ontvouwt.

Het zijn de vijf domeinen waarin menselijke ervaring zich ontvouwt. Niet als een abstracte theorie over de mens. Maar als een beschrijving van wat hier en nu verschijnt.

Vorm — *rūpa* (*id.*).  
Gevoel — *vedanā* (*id.*).  
Waarneming — *saññā* (*saṃjñā*).  
Mentale formaties — *saṅkhārā* (*saṃskārāḥ*).  
Bewustzijn — *viññāṇa* (*vijñāna*).

Dit zijn de velden waarin wij ons bestaan gewoonlijk ervaren.  
En precies hier plaatst de Boeddha zijn onderzoek.

Wanneer wij deze velden werkelijk beginnen te onderzoeken, wordt vlug duidelijk dat het idee van een 'vast zelf' steeds moeilijker te verdedigen wordt.

Wat wij gewoonlijk als “persoon” (als ons ‘ik’, ‘mij’, ‘mijn’ beschouwen, blijkt geen onveranderlijke kern te zijn.

Het blijkt een samenstelling van processen te zijn.  
Een dynamische stroom van verschijnselen.  
En precies daar begint het onderzoek van de Boeddha zijn volle kracht te tonen.

Daarover gaat het vervolg van deze sutta.

## DEEL II – DE ANALYSE VAN DE VIJF AGGREGATEN

Belangrijk voor ons is om goed te beseffen wat deze aggregaten inhouden. Wat hun definitie is.

De eerste is **vorm** — *rūpa* (*id.*).

Het lichaam.

De materiële dimensie van ons bestaan.

Wanneer wij het lichaam aandachtig beschouwen, zien wij dat het voortdurend verandert.

Het wordt geboren.

Het groeit.

Het veroudert.

Het wordt ziek.

Het herstelt.

En uiteindelijk sterft het.

Het lichaam staat niet onder onze volledige controle.

Wij kunnen niet zeggen:

“Laat mijn lichaam zo zijn.”

“Laat mijn lichaam niet zo zijn.”

Daarom stelt de Boeddha een eenvoudige vraag.

Als het lichaam werkelijk een zelf (een vast, stabiel, eeuwig component zou zijn, zou het dan geboren worden, groeien, verouderen, ziek worden, herstellen, sterven?

Zou het dan onderworpen zijn aan verandering?

Zou het dan onderhevig zijn aan lijden?

Het antwoord is duidelijk.

→ Daarom zegt de Boeddha: het lichaam, vorm, *rūpa* is niet-zelf (*anattā* (*anātman*)).

Het tweede aggregaat is **gevoel** — *vedanā* (*id.*).

Hiermee bedoelt de Boeddha niet emoties in de moderne zin, maar de onmiddellijke gevoelskleur van ervaring.

Elke ervaring heeft een toon:

aangenaam,

onaangenaam,

of neutraal.

Aangename gevoelens verschijnen.  
En zij verdwijnen.  
Onaangename gevoelens verschijnen.  
En zij verdwijnen.  
Zelfs neutrale gevoelens veranderen voortdurend.  
Niemand kan zeggen:  
“Laat alleen aangename gevoelens blijven.”

→ Daarom zegt de Boeddha: gevoelens zijn niet-zelf.

Het derde aggregaat is **waarneming, perceptie** — *saññā (saṃjñā)*.  
Het vermogen van de geest om vormen te herkennen en te benoemen.  
Wij herkennen kleuren.  
Wij herkennen geluiden.  
Wij herkennen gezichten, woorden en herinneringen.  
Maar ook waarneming verandert voortdurend.  
Wat wij vandaag herkennen, herkennen wij morgen misschien anders.  
Of niet meer.  
Herinneringen vervagen.  
Interpretaties veranderen.

→ Daarom zegt de Boeddha: waarneming is niet-zelf.

Het vierde aggregaat zijn de **mentale formaties** — *saṅkhārā (saṃskārāḥ)*.  
Dit zijn alle mentale bewegingen die onze ervaring vormgeven:  
intenties,  
reacties,  
gewoonten,  
neigingen.  
Het zijn de patronen van de geest.  
Soms zeg ik voorzichtig: het is ‘datgene wat ons bezielt’.  
Maar ook deze patronen ontstaan afhankelijk van omstandigheden.  
En zij verdwijnen wanneer de omstandigheden veranderen.

→ Daarom zegt de Boeddha: mentale formaties zijn niet-zelf.

Het vijfde aggregaat is **bewustzijn** — *viññāṇa (vijñāna)*.  
Het kennen zelf.  
Maar zelfs bewustzijn is geen onveranderlijke stroom.  
Het ontstaat afhankelijk van contact.  
Wanneer oog en vorm elkaar ontmoeten, ontstaat oogbewustzijn.

Wanneer oor en geluid elkaar ontmoeten, ontstaat oorbewustzijn.  
Wanneer geest en gedachte elkaar ontmoeten, ontstaat mentaal bewustzijn.

→ Wanneer de voorwaarden verdwijnen, verdwijnt ook het bewustzijn.  
Daarom zegt de Boeddha: bewustzijn is niet-zelf.

## De logica van het inzicht

Wanneer we de khandha's intellectueel begrijpen (*pariyatti; paryāpti*) en door beoefening (meditatie) in ons laten doordringen (*paṭipatti; pratipatti*) ontstaat inzicht (*paṭivedha; prativedha*).

En wat is dit inzicht?

De Boeddha herhaalt dit inzicht in deze sutta keer op keer:  
Wat veranderlijk is (*anicca; anitya*) kan uiteindelijk niet bevredigen — (*dukkha; duḥkha*).

En wat veranderlijk en onbevredigend is, kan niet terecht worden beschouwd als:

“Dit is van mij.”

“Dit ben ik.”

“Dit is mijn zelf.” (*anattā; anātman*)

Wanneer deze redenering consequent wordt toegepast op de vijf aggregaten, wordt duidelijk dat niets wat wij gewoonlijk als identiteit beschouwen een blijvende kern bezit.

Wat wij “persoon” — ‘ik’, ‘mij’, ‘mijn’ — noemen blijkt een samenstelling van processen.

## Het moment van doorbraak

Volgens de canon gebeurde er tijdens deze voordracht iets buitengewoons.

Wanneer de Boeddha zijn analyse van de vijf aggregaten voltooid heeft, beschrijft de tekst dat de geest van de vijf asceten **volledig bevrijd werd van alle gehechtheden**.

Zij werden **arahanten**.

Dit moment heeft een diepe historische betekenis.  
Want hier verschijnt voor het eerst wat later het **drievoudig juweel** genoemd wordt:  
de Boeddha,  
het Dhamma,  
en de Saṅgha.

De **gemeenschap** van hen die het pad volledig hebben gerealiseerd.

Tot dat moment was er slechts één volledig ontwaakte persoon: de Boeddha zelf.

Maar wanneer de vijf asceten arahanten worden, ontstaat iets nieuws: de **Saṅgha**.

Niet als een institutionele organisatie.  
Maar als een gemeenschap van mensen die het einde van toeëigening, van grijpen hebben gezien.

Dit moment markeert daarom het werkelijke begin van de boeddhistische gemeenschap.  
Niet als een religie.  
Niet als een filosofie.  
Maar als een levende traditie van inzicht.

Wanneer wij deze gebeurtenis in haar historische context zien, begrijpen wij beter waarom de *Anattalakkhaṇa Sutta* zo'n centrale plaats inneemt in het boeddhistische onderricht.

Zij is niet alleen een analyse van niet-zelf.

Zij is ook het moment waarop dit inzicht voor het eerst volledig werd gerealiseerd door anderen dan de Boeddha zelf.

### **DEEL III – WANNEER INZICHT WERKELIJK DOORDRINGT**

Vrienden,

Wanneer het inzicht van de *Anattalakkhaṇa Sutta* werkelijk begint door te dringen, blijft het niet beperkt tot een intellectueel begrip. Het raakt iets veel diepers.

Het raakt de manier waarop wij ons bestaan ervaren.

Zolang wij geloven dat er een vast zelf bestaat, voelen wij ons voortdurend verplicht dat zelf te beschermen.

Wij verdedigen onze identiteit.

Wij proberen vast te houden aan wat aangenaam is.

Wij proberen te vermijden wat onaangenaam is.

En daardoor ontstaat een voortdurende spanning.

Zo raken we nooit in balans.

Harmonie is ver weg.

## **De angst achter de identiteit**

Veel van onze diepste angsten zijn verbonden met het idee van een blijvende identiteit.

De angst om te verliezen.

De angst om afgewezen te worden.

De angst om ziek te worden.

De angst om te sterven.

Maar wanneer de beoefenaar ziet dat wat men probeert te beschermen in werkelijkheid een samenstelling van processen is, verandert ook de aard van deze angst.

Want wat kan er werkelijk verloren gaan wanneer er geen vaste eigenaar bestaat?

## **Zonder iemand**

Er is geen onafhankelijke entiteit.

Met deze eenvoudige aanwijzing wordt rechtstreeks geraakt aan wat in de Dhamma wordt aangeduid als anattā (anātman). Niet-zelf.

Wat hier wordt aangeraakt, vraagt geen geloof, maar laat zich zien wanneer aandacht stil en open wordt. Ruimte wordt. Gelukzalige ruimte. Acalaṃ sukhaṃ.

Wat gewoonlijk als een 'ik' wordt ervaren, blijkt bij nader kijken geen vaste kern te hebben, geen blijvende drager achter de ervaring.

Lichaam, gevoel, waarneming, intenties en bewustzijn verschijnen en verdwijnen afhankelijk van oorzaken en voorwaarden.

Er is slechts dit stille ontvouwen van verschijnselen—zonder iemand die ze draagt, zonder iemand die ze bezit.

Er is ervaring, maar geen eigenaar.  
Er is weten, maar geen afzonderlijke kenner.

Wanneer dit niet enkel begrepen maar doorzien wordt, verzacht het grijpen.

Niet omdat iets moet worden losgelaten, maar omdat er niets wordt gevonden dat vastgehouden kan worden.

In die helderheid ontvouwt zich een natuurlijke eenvoud—vrij, open, en niet gebonden aan het aanvoelen van een ‘iemand’ die moet worden beschermd of bevestigd.

Dit betekent niet dat het lichaam niet sterft.  
Het betekent dat de illusie van een permanente identiteit begint te tanen.

### **De leegte van een zelf**

In het boeddhisme wordt dit inzicht soms beschreven met het woord **leegte**. (*suññatā; śūnyatā*).

Het begrip ‘leegte’ betekent niet dat er niets bestaat.

Het betekent dat verschijnselen **leeg zijn van een zelfstandig zelf**.

Alles wat verschijnt, verschijnt afhankelijk van omstandigheden:  
Het lichaam bestaat dankzij voedsel, water, lucht en tijd.  
Gedachten bestaan dankzij ervaringen en herinneringen.  
Bewustzijn ontstaat dankzij contact tussen zintuigen en objecten.

Wanneer deze omstandigheden veranderen, verandert ook het verschijnsel.

## Afhankelijk ontstaan

Dit inzicht wordt in de boeddhistische traditie beschreven als **afhankelijk ontstaan** (*paṭicca-samuppāda; pratītyasamutpāda*).

Alles wat ontstaat, ontstaat afhankelijk van oorzaken en voorwaarden.  
Niets bestaat volledig op zichzelf.  
Dit geldt voor alle geconditioneerde verschijnselen.  
In de eerste plaats voor ons “ik”.

Wanneer wij dit werkelijk zien, verandert ook de manier waarop wij naar onszelf kijken.

Wat wij “ik” noemen blijkt geen vaste kern te zijn.  
Het is een dynamisch proces.  
Een voortdurend samenspel van oorzaken en voorwaarden.  
Zoals een golf in de oceaan ontstaat door wind, water en beweging, zo ontstaat ook wat wij “persoon” noemen door talloze voorwaarden.

## Het einde van afgescheidenheid

Wanneer dit inzicht rijpt, verandert ook de manier waarop wij naar andere wezens kijken.

De scheiding tussen “ik” en “ander” blijkt minder absoluut dan wij dachten.

Wanneer wij zien dat alle wezens onderworpen zijn aan dezelfde processen van ontstaan en vergaan, ontstaat automatisch een gevoel van verbondenheid.

Daarom leidt inzicht in vergankelijkheid (*anattā; anitya*) niet tot afstandelijkheid.

Integendeel.

Wanneer men ziet dat ieder wezen probeert geluk te vinden, en dat ieder wezen lijdt wanneer het zich vastklampt aan wat vergankelijk is, ontstaat een diepe empathie.  
Het opent de deur naar **mededogen** (*karuṇā; id.*).

Een beoefenaar begrijpt dat deze zoektocht universeel is.

Dus: het inzicht in niet-zelf ondermijnt dus niet onze menselijkheid.  
Het verdiept haar.

## **De grens van analyse**

Maar precies hier ontstaat een nieuwe vraag.  
Wanneer alles wat verschijnt afhankelijk is van oorzaken en voorwaarden...  
Wanneer alles wat verschijnt vergankelijk is...  
Wanneer niets een blijvende kern bezit...  
Wat blijft er dan over?

Is er enkel een stroom van ontstaan en vergaan? van verschijnen en verdwijnen?

Is er alleen maar het geconditioneerde bestaan?

Of is er een mogelijkheid van bevrijding die verder reikt dan deze voortdurende stroom van conditionering?

Om deze vraag te begrijpen moeten wij kijken naar een andere passage uit de Pāli-canon.

Een passage waarin de Boeddha woorden uitspreekt die tot de meest opmerkelijke uitspraken van zijn onderricht behoren.

Die woorden vinden wij in de **Udāna**—een van de oudste teksten van de hele canon.

De Udāna is een verzameling korte uitspraken van de Boeddha—spontane ‘uitroepen’ (udāna) die volgens de overlevering ontstonden naar aanleiding van een directe ervaring van bevrijding.

Daar verschijnt een uitspraak die een onverwachte opening laat zien. En precies daar wordt het volgende duidelijk:

**De *Anattalakkhaṇa Sutta* analyseert het probleem.**  
**De *Udāna* wijst naar de mogelijkheid van bevrijding.**

*PAUZE*

## DEEL IV – DE AANWIJZING VAN HET ONGEBORENE

Vrienden,

### Persoonlijke inleiding - Jotika

Voor ik verder ga, wil ik iets persoonlijks delen. De laatste maanden van haar actieve leven heb ik samen met Jotika intens gemediteerd en onderzocht.

Vooraf rond één thema: het Ongeborene.

Nadat ik haar verteld had dat ik bezig was met een boek hierover, bracht zij dit thema steeds opnieuw ter sprake.

Niet als een filosofisch onderwerp, maar als iets dat wezenlijk is voor de beoefening.

Het ongeborne was haar verlengstuk van anatta. Het ongeborne was haar verlengstuk van anatta. Jotika noemde dit heel subtiel: “Er is geen onafhankelijke entiteit”. En toen ik haar vroeg wat ze daarmee bedoelde, zei ze: “ Er is geen god. Er is alleen waarheid.”

Een tiental dagen voor haar heengaan heb ik de drukker gevraagd om haar een eerste proefexemplaar van het boek toe te sturen.

Wij hadden afgesproken om het samen nog te bespreken. Maar zover is het niet meer gekomen. De tijd heeft haar helaas ingehaald.

Juist omdat haar betrokkenheid zo groot was, voel ik des te meer de noodzaak om hier vandaag dieper op in te gaan.

Niet als theorie, maar als een aanwijzing die rechtstreeks raakt aan de kern van de beoefening.

Vooraf ook om te laten zien hoe nauw dit verbonden is met dat andere centrale inzicht waar haar beoefening op steunde: niet-zelf. Anatta.

## De correlatie tussen anattā en ajāta

Binnen het theravāda-boeddhisme zijn *anattā* en *ajāta* intens met elkaar verbonden, hoewel het twee verschillende benaderingen van de *Dhamma* zijn:

- *Anattā* betekent letterlijk "niet-zelf" en verwijst naar het inzicht dat er nergens een blijvend, zelfstandig "zelf" gevonden kan worden binnen de vijf *khandha*'s.
- *Ajāta* betekent letterlijk: "het Ongeborene" — datgene wat niet ontstaat en niet vergaat.

De verbinding tussen beide ligt in het volledig doorzien van alle geconditioneerde verschijnselen (*saṅkhārā; saṃskāra*) als vergankelijk (*anicca; anitya*), onbevredigend (*dukkha; duḥkha*) en niet-zelf (*anattā; anātman*).

Wanneer dit inzicht volledig verdiept, valt de identificatie met het geconditioneerde weg. Wat geboren wordt, sterft immers; wat ontstaat, vergaat. Maar opgelet: dat wat in de *Pāli*-canon beschreven wordt als het "ongeborene" (*ajāta; id.*), behoort niet tot deze sfeer van ontstaan en vergaan.

De Boeddha zegt in de *Udāna* 8.3:

• *Er is, monniken, het Ongeborene, het Niet-gewordene, het Niet-geschapene, het Niet-geconditioneerde.*

*Als, monniken, dit Ongeborene, dit Niet-gewordene, dit Niet-geschapene, dit Niet-geconditioneerde er niet zou zijn, dan zou er hier geen ontkomen mogelijk zijn aan het geborene, het geworden, het geschapene, het geconditioneerde.*

*Maar omdat het Ongeborene, het Niet-gewordene, het Niet-geschapene, het Niet-geconditioneerde er is, is het mogelijk te ontkomen aan het geborene, het geworden, het geschapene, het geconditioneerde. 9*

In mijn boek “Het Ongeborene” heb ik deze tekst uitvoerig geanalyseerd. Het vormt de neerslag van een aantal gesprekken die Jotika en ikzelf over dit onderwerp hebben gehad.

Wat hier gebeurt, kan gelezen worden als een forensische ontlading van taal: een nauwgezet vrijmaken van wat deze woorden (**niet**) zijn. Tegelijk is het een benadering van stilte, waarin betekenis niet toegevoegd wordt, maar laag na laag vakkundig wordt weggeschraapt.

Deze tekst benadert deze udāna niet als leerstelling, maar als een spoor van aanwijzingen dat uitnodigt tot stilstand, tot vertraging van het begrijpen, tot het loslaten van de neiging om er iets van te maken.

**Atthi** — “Er is”

De tekst begint met een woord dat bijna niets lijkt te zeggen: *atthi—er is*. Geen beschrijving, geen verklaring, geen oorsprong. Geen 'het is ontstaan', geen 'het wordt', geen 'het is gemaakt'. Enkel dit: 'er is'.

Die eenvoud is niet toevallig.

**Atthi** zet geen proces in gang, en wekt geen verwachting van een methode. Het is geen uitnodiging om iets te produceren. Het is een nuchtere vaststelling die de lezer meteen uit de sfeer van 'doen' en 'worden' haalt. Nog vóór er een begrip verschijnt, wordt de taal zelf al stilgezet: 'er is'.

In deze context draagt *atthi* ook een delicate grens.

Het zegt niet dat het Ongeborene een 'ding' is. Het bevestigt enkel dat er een mogelijkheid is die niet binnen het domein van het geconditioneerde valt.

*Atthi* opent dus geen metafysisch raam; het opent een uitweg uit een gemaakte misvatting, uit een begoocheling die we ons zelf—uit pure onwetendheid—hebben wijsgemaakt. Het wijst niet naar een object, maar naar een realiteit die niet als object te benaderen is.

**Bhikkhave** — “monniken”

*Bhikkhave* is de aanspreekvorm voor *monniken*. Het woord plaatst de uitspraak niet in een kosmische leegte, maar in een concrete context van beoefening, van luisteren, van ontvankelijkheid.

Niet als een 'boodschap aan de wereld', niet als de woorden van een god of een profeet, maar als een directe toespraak van een menselijke gids die tot inzicht is gekomen en zich richt tot zijn soortgenoten die de Dhamma als richtsnoer hebben genomen in hun leven.

Toch is dit woord niet exclusief. Het markeert geen groep die iets bezit dat anderen (nog) niet hebben. Het refereert naar een houding: beschikbaarheid, eenvoud, het neerleggen van overbodige lasten.

In mijn aanvoelen doet de aanspreektitel *Bhikkhave* de uitspraak landen: dit gaat niet over theorie, maar over een beoefening die uitmondt in bevrijding.

### **Ajātaṃ** — “Ongeboren”

Dan verschijnt het eerste ontkennde kernwoord: *ajātaṃ* — *niet-geboren*.<sup>1</sup> Geboorte mag in de Buddha-sāsana nooit begrepen worden als louter biologisch. 'Geboren' (*jāti*; id.) staat ook voor: worden, opkomen, verschijnen, intreden in tijd, herkenbaar worden.

*Ajātaṃ* — *ongeboren, niet-geboren* wijst naar wat geen begin heeft, niet verschijnt als iets dat op een bepaald moment ontstaat. Het staat buiten het wereldse patroon waarin alles wat gekend wordt opkomt, bestaat en weer verdwijnt. *Niet-geboren* betekent hier: niet binnen het bereik van ontstaan. Niet binnen het domein van *saṃsāra* (id.).

En juist daardoor kan *ajātaṃ* niet in ons normale, wereldse (*lokiya*; *laukika*) kader geplaatst worden. Alles wat wij 'kennen' wordt geboren in ervaring: een gedachte, een gevoel, een gewaarwording, een herinnering. *Ajātaṃ* wijst naar wat *niet* zo verschijnt.

### **Abhūtaṃ** — “Niet-geworden”

*Abhūtaṃ* gaat een stap verder dan *ongeboren*. Er is immers niet enkel geen begin, er is evenmin een doorlopend proces. *Worden* (*bhūta*; id.) staat voor de continue beweging van verandering: *dit* wordt *dat*, dit groeit, dit vermindert, dit verschuift, dit verouderd...

---

<sup>1</sup> In *Udāna* 8.3 worden de termen 'ongeboren' (*ajāta*; id.), 'niet-geworden' (*abhūta*; id.), 'niet-gemaakt' (*akata*; *akṛta*) en niet-geconditioneerd (*asaṅkhata*; *asaṃskṛta*) niet gebruikt om verschillende werkelijkheden te onderscheiden, maar als synonieme, apofatische aanduidingen van datgene wat radicaal buiten het domein van ontstaan en vergaan (*saṅkhata*; *saṃskṛta*) valt. Apofatisch verwijst hier naar een benadering door ontkenning: niet door te benoemen wat het is, maar door los te laten wat het niet is. Zo beschrijven deze begrippen geen entiteit, noch een grond of bewustzijnsvorm, maar wijzen zij functioneel op de mogelijkheid van ontsnappen aan of uittreden uit (*nissaraṇa*; *niḥsaraṇa*) het geconditioneerde bestaan (*saṃsāra*; id.).

Met *abhūtaṃ* wordt elke ontwikkeling uitgesloten. Het Ongeborene is niet iets dat *aan het worden is*, niet iets dat in tijd rijpt tot iets anders. Het is niet onderhevig aan gradatie of verfijning.

Dit woord snijdt een uiterst subtiele verwachting door: de verwachting dat bevrijding het resultaat is van een opbouw. De tekst ontnemt die beweging niet door te ontkennen dat er beoefening is, maar door te tonen dat wat hier wordt aangewezen niet kan 'worden'.

### **Akataṃ** — “Niet-geschapen”

*Akataṃ* staat diametraal tegenover alles wat 'gemaakt' wordt: scheppen, creëren, doen en maken. In ons leven grijpt het 'ik' voortdurend in: het fabriceert identiteit, het produceert standpunten, het bouwt veiligheid, het weeft onze ervaringen tot verhalen en drama's. Zelfs stilte kan gemaakt worden, zodra we haar willen bezitten.

*Akataṃ* ontnemt die greep. Het Ongeborene is niet het product van handelen, niet het resultaat van een prestatie, niet de bekroning van wilskracht. Wat gemaakt is, is samengesteld, is geconditioneerd. Wat samengesteld is, valt uit elkaar: het bevat geen vastheid. *Akataṃ* wijst naar wat niet causaal opgebouwd wordt en daardoor niet kan instorten.

Dit woord bewaart en bewaakt ook nederigheid. Het maakt elk bezit, elke toe-eigening onmogelijk: er is niemand die kan zeggen *'ik heb het Ongeborene gemaakt'*.

### **Asaṅkhatam** — “Niet-geconditioneerd”

Dit is het woord dat alles samenvat én alles openlaat: *asaṅkhatam* — *niet-geconditioneerd*. Het geconditioneerde (*saṅkhata*; *samskrta*) is wat ontstaat door oorzaken en voorwaarden, afhankelijk van aandacht, gehechtheid, tijd, steun, opvoeding—omstandigheden. Het omvat het hele domein van geconditioneerdheid.

*Asaṅkhatam* wijst naar wat niet door oorzaken (*hetu*; *id.*) en voorwaarden (*paccaya*; *pratyaya*) wordt gedragen. Niet omdat het 'ergens anders' is, maar omdat het niet onderhevig is aan de wet van ontstaan en vergaan. Het is niet een verfijnde versie van het geconditioneerde, maar van een totaal andere orde—zonder dat dit 'andere' een plaats wordt.

Hier raakt de tekst aan de kern van afhankelijk ontstaan (paṭicca samuppāda; pratītyasamutpāda), zonder het expliciet te benoemen. Alles wat geconditioneerd is, staat in relatie, bestaat in onderlinge afhankelijkheid.

*Asaṅkhatam* is datgene wat zich niet in die keten van afhankelijkheid bevindt en daardoor werkelijke bevrijding betekent.

**No ce taṃ ... abhaviṣṣa** — “als dit er niet zou zijn”

Na de vaststelling *atthi* volgt een voorwaardelijke wending: *no ce taṃ ... abhaviṣṣa* — *als dit er niet zou zijn*. De tekst opent hier geen hypothetisch betoog om iets te bewijzen, maar maakt een existentieel onderscheid zichtbaar.

De Boeddha zegt niet *hoe* het Ongeborene er is, en ook niet *waarom*. Hij zegt alleen: *als dit er niet zou zijn*, dan zou iets wezenlijks onmogelijk zijn. Daarmee wordt het Ongeborene niet verklaard, maar wel onmisbaar gemaakt. Niet als oorzaak, maar als voorwaarde tot bevrijding.

Belangrijk is wat hier *niet* gebeurt.

Er wordt geen scheppingsverhaal geïntroduceerd, evenmin een metafysische noodzaak. De tekst blijft volledig binnen het kader van bevrijding: datgene wat het verschil maakt tussen gebonden zijn en bevrijd zijn.

Jātassa bhūtassa katassa saṅkhatassa — “van het geborene, het gewordene, het geschapene, het geconditioneerde”

Deze cascade van woorden benoemt het volledige domein van wat ervaren wordt. Alles wat verschijnt valt hieronder.

Het geborene, het gewordene, het geschapene, het geconditioneerde is geen opsomming van verschillende dingen, maar een meervoudige aanduiding van één en dezelfde werkelijkheid, bekeken vanuit verschillende hoeken:

- Geboren — wat verschijnt.
- Geworden — wat verandert.
- Geschapen — wat samengesteld is.
- Geconditioneerd — wat afhankelijk is van oorzaken en voorwaarden.

Samen omschrijven deze woorden het veld waarin het leven zich afspeelt zoals wij het kennen. Niet als een probleem op zich, maar als het domein waarin misvatting (*micchā diṭṭhī*; *mithyā dr̥ṣṭi*) mogelijk is. De tekst veroordeelt dit niet. Ze benoemt het slechts, nauwkeurig, zonder pathos. Het is zoals het is.

### **Nissaraṇaṃ** — “ontkomen”, “bevrijding”

Dan verschijnt het sleutelwoord van de *udāna*: *nissaraṇaṃ*. Vaak vertaald als *ontkomen*, soms als *uitweg* of *bevrijding*. Het begrip kan misleidend zijn als het gelezen wordt als een beweging weg van de wereld, haast als een ontsnapping uit het bestaan.

In deze context betekent *nissaraṇaṃ* niet het verlaten van het geconditioneerde, maar het niet langer gevangen zitten in de misvatting. Het gaat niet om *afstand*, maar om *inzicht*, om *helderheid*. Niet om ergens anders te (willen) zijn, maar om de verwarring te doorzien.

De tekst zegt niet dat het geconditioneerde moet verdwijnen. De tekst zegt gewoon dat er, zonder het Ongeborene, *geen nissaraṇa zichtbaar zou zijn* — wat wil zeggen: geen mogelijkheid om te ontsnappen aan het geconditioneerde.

### **Paññāyetha/paññāyatī** — “wordt zichtbaar”

Het werkwoord *paññāyetha* (respectievelijk *paññāyatī*) is cruciaal. Het betekent niet 'ontstaat' en niet 'wordt gemaakt', maar 'wordt zichtbaar' of 'wordt doorzien'.

Het duidt op inzicht dat zich manifesteert als *paṭivedha* (*prativedha*) — niet als kennis die verworven wordt, maar als wijsheid die zich ontvouwt. Bevrijding verschijnt hier niet als iets dat *geproduceerd* wordt, maar als iets dat *gezien* (*janāmi passāmi*; *janāmi paśyāmi*) wordt.

Dit bevestigt opnieuw de richting van de tekst: geen *doen*, geen *worden*, geen *bereiken*. Alleen het wegvallen van *niet-zien*.

Waar het Ongeborene wordt gezien, wordt bevrijding evident — niet als een gewone geconditioneerde ervaring, maar als bevrijdend inzicht.

## **Yasmā ca kho ... tasmā** — “omdat ... daarom”

De laatste beweging van deze cryptische tekst is eenvoudig en sluitend. *Omdat* het Ongeborene er is, *daarom* is *nissaraṇa* zichtbaar. Geen causaliteit in tijd, geen hiërarchie, geen ladder. Alleen een existentieel verband: *dit* maakt *dat* mogelijk.

De tekst keert hiermee terug naar waar zij begon. Ze sluit geen cirkel, ze opent hem. Er is geen conclusie, geen dogma, geen oproep. Alleen een aanwijzing die zichzelf bevestigt door haar eenvoud—zonder omwegen, zonder conceptuele exuberantie.”

Omdat deze woorden verwijzen naar iets wat vrij is van ontstaan en vergaan, ervaren sommige lezers hierin een gelijkenis met de taal van advaita vedānta. Toch is het belangrijk duidelijk te onderscheiden wat de Boeddha hier onderwijst en wat later vanuit andere filosofische kaders in deze woorden gelezen wordt.

Binnen het vroege boeddhisme verwijst deze passage niet naar een eeuwig metafysisch Zelf, een kosmisch Bewustzijn of een absolute substantie zoals Brahman in advaita.

Het “Niet-geconditioneerde” verwijst naar nibbāna: het einde van conditionering, gehechtheid en lijden. De Boeddha beschrijft dit niet als een verborgen essentie achter de wereld, maar eerder door aan te geven wat het níet is: vrij van ontstaan, wording, creatie en conditionering.

Wanneer de Boeddha zegt dat er een “ontkomen mogelijk is aan het geborene, het geworden, het geschapene, het geconditioneerde”, bedoelt hij niet dat men terugkeert naar een eeuwige oergrond of een Absolute of Ultieme Werkelijkheid achter alle verschijnselen. Hij wijst erop dat bevrijding mogelijk is doordat begeerte, identificatie en onwetendheid kunnen uitdoven.

Deze tekst verwijst niet naar een verborgen Zelf of een eeuwige essentie, maar naar het einde van alle gehechtheid aan wat ontstaat.

Daarom is het inzicht in *anattā* fundamenteel: zolang er nog identificatie is met lichaam, gevoel, waarneming, mentale formaties of bewustzijn, blijft men gevangen binnen geboorte en dood (*jāti; id.*).

Men kan zeggen dat:

- door *anattā* het illusoire centrum van “ik” doorzien wordt;
- daardoor het geconditioneerde zijn greep verliest;
- en precies in het uitdoven van dat grijpen zich het “ongeborene” ontvouwt.

Belangrijk is dat *ajāta* binnen het theravāda-boeddhisme niet opgevat wordt als een metafysisch Absoluut of Ultiem bewustzijn, zoals soms gebeurt in bepaalde non-dualistische tradities.

Het verwijst naar het ongeconditioneerde element (*asaṅkhata dhātu*), dat niet onderworpen is aan ontstaan, verandering of vergaan.

Contemplatief kan men zeggen:

◦ *Waar geen zelf meer gevonden wordt in wat ontstaat, daar verliest geboorte haar fundament. En waar geboorte ophoudt, daar opent zich het ongeborene.* ◦

In die betekenis zijn *anattā* en *ajāta* niet identiek, maar wel intrinsiek verbonden binnen het pad van bevrijdend inzicht (*vipassanā*; *vipaśyanā*).

## Waarschuwing voor misinterpretatie

Wat ik jullie hier wil aanreiken, is iets dat gemakkelijk verkeerd begrepen wordt. Het is erg belangrijk om elk misverstand over het Ongeborene te vermijden.

Wanneer de Boeddha spreekt over het Ongeborene, ontstaat bijna vanzelf de neiging om er ‘iets’ van te maken. ‘Iets’ dat bestaat. ‘Iets’ dat ervaren kan worden.

‘Iets’ dat identiek lijkt op wat andere tradities God wordt genoemd. Of Brahman. Of het kosmische spel van Līlā.

## Wat het Ongeborene NIET is

Maar wanneer we werkelijk kijken, zonder vooroordeel, wordt iets anders zichtbaar.

Het Ongeborene is geen God.  
Het schept niet.  
Het bestuurt niet.  
Het verlangt niet.  
Het staat niet in relatie tot de wereld.

Het Ongeborene is ook geen Brahman.  
Geen absoluut bewustzijn.  
Geen essentie die alles doordringt.  
Geen 'zijn' dat achter de verschijnselen ligt.

En het is evenmin Līlā (Shaivisme).  
Geen kosmisch spel.  
Geen expressie.  
Geen beweging.  
Geen dans van creativiteit.

### **Radicale ontmanteling van elk 'iets'**

Het Ongeborene doet niets.  
Het verschijnt niet.

Het kan niet worden gevonden in vorm.  
Niet in gevoel.  
Niet in waarneming.  
Niet in mentale beweging.  
Niet in bewustzijn.

En precies daarom is het zo moeilijk te begrijpen.  
Omdat alles wat wij kennen,  
alles wat wij kunnen aanwijzen,  
alles wat wij kunnen ervaren,  
tot het geconditioneerde behoort.

Het Ongeborene is geen 'iets' dat daar tegenover staat.  
Het is geen andere werkelijkheid.

### **De eenvoudigste aanduiding**

Misschien is dit de eenvoudigste aanduiding:  
Het Ongeborene is wat overblijft

wanneer niets meer wordt vastgehouden.  
Wanneer er geen grijpen meer is.  
Geen willen.  
Geen worden.  
Geen identificatie.

Daarom verwijst het Ongeborene niet naar een object van ervaring, maar naar het uitdoven van datgene wat voortdurend geboorte geeft aan identificatie, verlangen en wording (bhava). In die zin “ontvouw” het zich niet als een bezit van iemand, maar als het wegvallen van de illusie van iemand die iets zou moeten bereiken.

Contemplatief gezien zou je kunnen zeggen:

Het Ongeborene verschijnt nergens, en toch wordt het zichtbaar wanneer niets meer vastgehouden wordt. En dat is slechts mogelijk wanneer we kijken. Zien. Direct zien.

Direct zien (jānāti passati; jānāti paśyati) verwijst naar het samenvallen van zien en weten. <sup>2</sup> Wat verschijnt, wordt onmiddellijk gekend—zonder tussenkomst van conceptualisering, interpretatie, geloof, projectie of speculatief denken. Een gewaarwording, gedachte of beweging verschijnt, en in dat verschijnen is het kennen reeds aanwezig. Niet als betekenis of uitleg, maar als eenvoudige helderheid.

Binnen de Dhamma sluit dit aan bij begrippen zoals *paccakkha*—direct waarneembaar, *sandiṭṭhika*—hier-en-nu zichtbaar, *ehi-passiko*—“kom en zie”, en *yathā-bhūta-ñāṇadassana*—het zien en kennen van de dingen zoals ze werkelijk zijn.

**Direct zien** is geen subjectieve beleving, emotionele toestand of filosofisch standpunt. Het verwijst naar wat rechtstreeks ervaren en onmiddellijk gekend wordt, vóór de geest zich ermee identificeert of het omzet in concepten, verhalen of interpretaties.

---

<sup>2</sup> *Jānāti passati (jānāti paśyati)* betekent letterlijk: 'kennen en zien'. Binnen de Dhamma verwijst dit niet naar twee afzonderlijke handelingen, maar naar een onmiddellijk doorzien waarin zien en weten samenvallen. Wat verschijnt, wordt direct gekend, zonder tussenkomst van conceptualisering, interpretatie of een 'ik' dat bezit neemt van ervaring. In die zin raakt *jānāti passati* aan *paṭivedha* (*prativedha*): het directe doordringen in de werkelijkheid, niet als filosofisch begrijpen, maar als een onmiddellijk inzicht dat verschijnselen doorziet zoals ze werkelijk zijn (*yathā-bhūta*; *id.*).

Het is het ongefilterde ontmoeten van wat verschijnt, vóór de geest het benoemt, toe-eigent of omzet in een 'ik' dat ervaart. Wat verschijnt, wordt eenvoudig gekend in het verschijnen zelf.

Daardoor verschuift ervaring van iets persoonlijks naar iets procesmatig. Van 'worden' (bhava; id.) naar inzicht (paññā; prajñā). Van 'ik' naar proces. Wat gezien wordt, wordt niet vastgehouden en wat gekend wordt, niet toe-geëigend. Er vormt zich geen centrum dat zich tussen ervaring en weten plaatst.

Vergankelijkheid (anicca; id.) wordt dan niet langer als idee begrepen, maar direct gezien in het voortdurende ontstaan en verdwijnen van gewaarwordingen, gedachten en stemmingen.

Onbevredigendheid (dukkha; duḥkha) wordt niet theoretisch verklaard, maar onmiddellijk herkend in gehechtheid, weerstand en het verlangen naar bestendigheid.

Niet-zelf (anattā; anātman) wordt niet filosofisch aangenomen, maar rechtstreeks gekend doordat nergens een vaste kern gevonden wordt.

In direct zien valt de neiging weg om iets toe te voegen. Niet omdat toevoegen verkeerd zou zijn, maar omdat het eenvoudig overbodig wordt. Direct zien ontnemt niets aan de wereld. Het ontnemt enkel de claim die het 'ik' erop legt.

Wat overblijft is een stille openheid waarin verschijnen en verdwijnen zichzelf mogen zijn, zonder verlangen, zonder afkeer en zonder bevestiging. Er is zien zonder afstand en weten zonder eigenaar—een helderheid die niet grijpt (upādāna; id.) en precies daardoor bevrijdt.

Direct zien ontstaat niet door grijpen of willen bereiken. Het verschijnt spontaan wanneer niets meer verdedigd hoeft te worden en niets meer gezocht wordt. Niet als een bijzondere ervaring, maar als het wegvallen van niet-zien.

Waar het Ongeborene direct wordt gezien, wordt bevrijding (nibbāna; nirvāṇa) evident—niet als een geconditioneerde ervaring, maar als het wegvallen van gebondenheid.

## Terugkoppeling naar de Anattalakkhaṇa Sutta

Wanneer we dit samenbrengen met wat we eerder hebben gezien, wordt iets bijzonders duidelijk.

Alles wat we onderzocht hebben in de Anattalakkhaṇa Sutta, wijst in dezelfde richting.

Het lichaam verandert.  
Gevoelens veranderen.  
Waarneming verandert.  
Mentale bewegingen veranderen.  
Bewustzijn verandert.

Alles wat verschijnt, ontstaat en verdwijnt.

En daarom kan niets daarvan terecht worden beschouwd als:

“Dit is van mij.”

“Dit ben ik.”

“Dit is mijn zelf.”

Wanneer dit werkelijk wordt gezien,  
valt niet de wereld weg,  
maar de toeëigening.

## De opening - voorbij ontstaan en vergaan

En precies daar opent zich iets dat niet tot ontstaan en vergaan behoort.

De Boeddha drukt dit uiterst eenvoudig uit.  
Hij zegt slechts: “Er is.”  
In het Pāli: *atthi*.

Geen uitleg.  
Geen theorie.  
Geen beschrijving van wat het is.  
Alleen deze vaststelling: “Er is.”

Niet om iets aan te wijzen dat bestaat zoals dingen bestaan, maar om te laten zien dat bevrijding mogelijk is.

Want alles wat ontstaat door oorzaken en voorwaarden, behoort tot het geconditioneerde.

En wat geconditioneerd is, ontstaat en verdwijnt.

Maar wat de Boeddha hier aanwijst, behoort niet tot die orde.

Daarom spreekt hij over *nissaraṇa*: ontkomen. Ontsnappen. Geen ontsnappen naar ergens anders, naar 'iets' anders, maar het niet langer gevangen zijn in wat ontstaat en verdwijnt.

Niet door iets nieuws te bereiken,  
maar doordat het grijpen ophoudt.

Het Ongeborene ontstaat niet en wordt niet voortgebracht.  
Het wordt zichtbaar waar het voortdurende ontstaan en vergaan helder wordt gezien — en het grijpen stilvalt.

Bevrijding ligt niet in het verkrijgen van iets.  
Niet in een ervaring.  
Maar in het ophouden van grijpen.

En precies daar wordt ook duidelijk hoe nauw dit verbonden is met het inzicht in niet-zelf. Misschien wordt ook hier zichtbaar waarom Jotika zo sterk werd aangetrokken door de uitspraak van de Boeddha over het Ongeborene in de Udāna.

Want waar niets meer kan worden vastgehouden als:

“Dit is van mij”

“Dit ben ik”

“Dit is mijn zelf”

daar verliest de vraag naar een ‘zelf’ haar betekenis.

En wat overblijft, kan niet langer tot een ‘iets’ gemaakt worden. Daarom wordt het Ongeborene niet uitgelegd...maar beschermd.

Misschien kunnen we het zo samenvatten:

De Anattalakkhaṇa Sutta toont ons dat niets wat verschijnt een ‘zelf’ is.

De Udāna laat zien dat bevrijding mogelijk is juist omdat bevrijding niet gevonden kan worden in wat tot saṃsāra behoort.

## SLOTDEEL — WAAR ANALYSE EN BEVRIJDING ELKAAR RAKEN

Vrienden,

Wanneer wij terugkijken naar de woorden van de Boeddha in de **Anattalakkhaṇa Sutta**, zien wij dat hij een eenvoudig maar diepgaand onderzoek uitvoert.

Hij probeert geen filosofisch systeem op te bouwen.  
Hij introduceert geen nieuwe metafysische theorie.

Wat hij doet, is iets veel eenvoudigers.  
Hij nodigt ons uit om te kijken. Om zelf te zien.

Hij nodigt ons uit te kijken naar wat wij gewoonlijk ons “ik” noemen:

Het lichaam — *rūpa (id.)*.

Gevoelens — *vedanā (id.)*.

Waarneming — *saññā (saṃjñā)*.

Mentale formaties — *saṅkhārā (saṃskārāḥ)*.

Bewustzijn — *viññāṇa (vijñāna)*.

En bij elk van die vijf aggregaten stelt hij dezelfde vraag.

Is dit blijvend?

Is dit werkelijk bevredigend?

Kan dit terecht worden beschouwd als:

“Dit is van mij.”

“Dit ben ik.”

“Dit is mijn zelf.”

Wanneer men aandachtig kijkt, wordt het antwoord duidelijk.

Niet omdat de Boeddha dat zegt.

Maar omdat de ervaring zelf het toont.

## Het verdwijnen van een misvatting

Wat in dit onderzoek verdwijnt, is niet de wereld.  
Niet het lichaam.  
Niet de ervaring.

Wat verdwijnt is een misvatting.  
De misvatting dat er ergens een blijvende kern bestaat die eigenaar is van deze processen.

Wanneer deze misvatting wordt doorzien — intellectueel herkend (*pariyatti; paryāpti*); door beoefening doordrongen (*paṭipatti; pratipatti*) en als inzicht gerealiseerd (*paṭivedha; prativedha*) — verandert de wereld niet.

Het lichaam blijft ouder worden.  
Gevoelens blijven verschijnen en verdwijnen.  
Gedachten blijven komen en gaan.

Maar het perspectief verandert fundamenteel: de toeëigening verdwijnt. En wanneer toeëigening verdwijnt, verdwijnt ook het lijden dat uit die toeëigening voortkomt.

## Het einde van grijpen

Wanneer de geest ophoudt zich vast te klampen aan de vijf aggregaten (*khandhā; skandhāḥ*), wanneer de geest — onze geest — ophoudt te zeggen:

“Dit is van mij.”

“Dit ben ik.”

“Dit is mijn zelf.”

dan verliest het geconditioneerde zijn greep op ons.

En precies daar wordt zichtbaar wat de Boeddha bedoelt met bevrijding.

Niet een nieuwe identiteit.

Niet een nieuwe toestand.

Maar het einde van grijpen, van verlangen, van hechting (de tweede Edele waarheid, de oorsprong van dukkha).

... Wanneer wij deze woorden in hun bredere context plaatsen, zien wij dat bepaalde teksten in de Pāli-canon een bijzondere plaats innemen. Niet omdat zij een filosofisch systeem vormen, maar omdat zij rechtstreeks wijzen naar het hart van het onderricht van de Boeddha.

Tijdens deze bijeenkomsten hebben wij stilgestaan bij drie van die teksten.

De **Dhammacakkappavattana Sutta**, waarin de Boeddha het wiel van de Dhamma in beweging zet en de structuur van het probleem blootlegt:

dukkha,  
de oorsprong van dukkha,  
de beëindiging van dukkha,  
en het pad dat naar die beëindiging leidt.

De **Anattalakkhaṇa Sutta**, waarin hij onderzoekt wat wij gewoonlijk als “ik” beschouwen, en laat zien dat geen van de vijf aggregaten een blijvende kern bezit.

En de passage uit de **Udāna**, waarin hij spreekt over het Ongeborene —het Niet-gewordene, het Niet-geschapene, het Ongeconditioneerde.

Maar tussen deze aanwijzingen bevindt zich ook een andere sutta die een bijzondere plaats verdient.

De **Satipaṭṭhāna Sutta**.

In deze tekst beschrijft de Boeddha geen doctrine, maar een manier van kijken.

Hij nodigt ons uit om de ervaring rechtstreeks te onderzoeken via vier velden van aandacht:

het lichaam,  
gevoelens,  
de geest,  
en de verschijnselen van ervaring.

Wanneer deze aandacht werkelijk helder wordt, begint precies datgene zichtbaar te worden waarover de Boeddha spreekt: de vergankelijkheid

van alle verschijnselen, hun onbevredigende aard, en hun leegte van een blijvend zelf.

En nu kom ik tot een erg belangrijke conclusie:

Deze vier teksten samen vormen een quasi volledige structuur van het onderricht van de Boeddha.

De **Dhammacakkappavattana Sutta** toont de diagnose van het menselijk probleem: dukkha, zijn oorsprong, zijn beëindiging en het pad.

De **Anattalakkhaṇa Sutta** ontmantelt de veronderstelling dat er ergens een blijvende identiteit—een vast, stabiel “ik”; een “ziel” bestaat.

De passage uit de **Udāna (8.3)** wijst naar de mogelijkheid van bevrijding—naar het Ongeconditioneerde.

En de **Satipaṭṭhāna Sutta** toont de praktische methode van beoefening.

En zo sluit zich de cirkel.

Vrienden,

Dit is wat de Boeddha werkelijk onderwees: het einde van dukkha.

Zijn leer is geen geloof.

Geen filosofie.

Geen metafysica.

Maar een uitnodiging om te kijken naar wat hier en nu verschijnt.

Wanneer dat kijken werkelijk helder wordt, valt het laatste masker weg.

Niet het masker van de wereld.

Maar het masker van degene die dacht ‘iemand’ te zijn—een ‘ik’.

