

### 3. De leer van Gautama Boeddha

#### 3.1 Inleiding

Boeddha verklaart dat hij de staat zonder dood (amata, amrta) <sup>1</sup> heeft gerealiseerd en hij zegt: "Als jullie doen wat ik verkondig, zullen jullie het hoogste doel van het zuiver leven, waarvoor edele zonen het huis verlaten, al in dit leven kennen, realiseren en blijvend bezitten." <sup>2</sup> De Verlichtingsstaat is de bevrijding uit de gebondenheid aan de cyclus van leven en dood.

Wat de Boeddha verkondigt, is geen filosofisch systeem (Frauwallner 1973, 125), maar een praktische methode van bevrijding; zij is een weg uit de Yoga en Meditatie-traditie, een weg van directe, intuïtieve ervaring. Op de eerste plaats wenst Boeddha met zijn leer de Weg van Bevrijding te laten zien en de beschrijving van die Weg vormt de centrale kern en essentiële inhoud van zijn leer. Een aantal, filosofisch gezien belangrijke vragen, bijvoorbeeld over de ziel en de conditie na de dood, laat hij onbeantwoord.

Volgens Frauwallner beperkt de leer van de Boeddha zich hoofdzakelijk tot twee problemen. Hij wenst een pad aan te geven dat leidt uit de cyclus van wedergeboorten. En hij wenst een basis te vinden, een grondoorzaak voor de gevangenschap in de cyclus van wedergeboorten.

#### 3.2 De Weg van Bevrijding

In de prediking van de leer van de Boeddha staat de vraag centraal hoe ons te bevrijden uit de cyclus van wedergeboorte. We beginnen met een beschrijving van de weg naar bevrijding in de oude (oorspronkelijke?) leer. We bezitten ongewoon goede en oude bronnen over de leringen van de Boeddha, vooral in de lange en middellange Pali-sutra's waarin de Weg van Bevrijding wordt beschreven. Een groot aantal van deze teksten eindigt in een beschrijving van dit pad door de Boeddha aan zijn toehoorders. Deze beschrijving herhaalt zich steeds weer in dezelfde soort bewoordingen. De nu volgende beschrijving van de Weg naar Bevrijding vinden we terug bij Frauwallner, die in zijn boek de essentie beschrijft van het pad naar Bevrijding. (Frauwallner 1973, 127-35) In paragraaf 3.3 gaan we nader in op grondoorzaken van het samsarisch leven.

#### De voorbereiding

De Bevrijding is in de regel bereikbaar voor degene die het wereldlijk leven achter zich kan laten om zich vervolgens geheel te wijden aan dit doel, dat wil zeggen dat hij of zij monnik of non wordt. Het verlaten van het "wereldlijk huis" is een essentiële ommekeer voor degene die streeft naar Bevrijding. Zo iemand begint een 'heilig leven'. Vertrouwen hebben in de Boeddha en de leer is een essentiële voorwaarde, wat de Boeddha zelf telkens weer benadrukt. Hij die zich niet competent of gekwalificeerd voelt om monnik te worden, heeft de volgende mogelijkheden. Hij neemt als lekenvolgeling (man/vrouw) toevlucht tot de drie Juwelen: de Boeddha, de Dharma (Leer) en de Sangha (Boeddhistische gemeenschap). Hij accepteert de verplichting om een vijftal morele regels in acht te nemen. Tevens probeert de leek-Boeddhist verdiensten te verwerven door, moreel gezien, goede handelingen te verrichten, speciaal ten aanzien van de monnikengemeenschap. Door deze verdiensten kan hij gunstige wedergeboorten, die hem verder kunnen helpen op het pad van Bevrijding, bewerkstelligen.

---

<sup>1</sup> Vetter vertaalt het begrip 'amata' (sanskriet amrta) als 'doodloos'. Vetter bedoelt hiermee dat de Buddha de angst voor de dood overwint. (zie Vetter "Tod im Buddhismus" In: von Barlocwien 1996, "Der Tod in den Weltkulturen und Weltreligionen"). De gangbare interpretatie is dat de Buddha onsterfelijkheid verwerft en niet meer terugkeert in het bestaan.

<sup>2</sup> zie Vinaya Pitaka, Mahavagga; in Mohamad Sjah 1997, 41

## **Fasen in de Weg van de Bevrijding zelf**

De weg van de bevrijding zelf, zo leert Gautama Boeddha ons, omvat de volgende fasen. Eerst is er het beoefenen van morele discipline (sila); leven volgens de aanwijzingen en verboden die het leven van de monniken reguleren. Dan is er het in toom houden van de zintuigen, het onder controle brengen van zintuiglijke indrukken (indriyasamvara). Verder dient oplettendheid en helder bewustzijn te worden beoefend. (smrtisamprajanya). Pas dan is er de praktijk van meditatie. De volgeling zoekt een plek om zich af te zonderen, waar hij de vijf hindernissen van de geest moet overwinnen: luiheid, opwinding, twijfel, boosheid en begeerte en hij eindigt in het bereiken van de vier stadia van meditatie (dhyana).

### **Bevrijdende Kennis**

Met deze nieuwverworven gedisciplineerde, zuivere, stabiele, efficiënte, één-puntsgerichte en heldere geest als instrument, is de leerling rijp om een aantal belangrijke inzichten, door intuïtieve, directe waarneming, te realiseren:

Hij realiseert kennis (jnana) van zijn ontelbare geboorten. Hij herinnert zich zijn namen, de plaatsen waar hij geboren is, zijn afkomst en zijn levenswijzen.

Tevens verkrijgt hij kennis van dood en wedergeboorten van ontelbare wezens. Hij ziet met zijn hemels oog hoe wezens worden wedergeboren, overeenkomstig hun karma, in verschillende bestaansvormen: als mens, als god, als hellewezen, etc.

Tenslotte culmineert dit in een beslissend, tweevoudig Bevrijdend Inzicht:

- Hij realiseert de vier edele Waarheden. Hij weet dat het bestaan gekenmerkt wordt door lijden, hij ziet de oorzaak van het lijden, weet hoe het lijden op te heffen en tenslotte kent hij het pad tot de beëindiging van het lijden: het achtvoudig pad.

- Door het realiseren van de vier edele Waarheden is zijn geest bevrijd van Verwarring (pijn, asrava). Hij is bevrijd van de verwarring van Begeerte (kamasrava), de verwarring van geboorte (bhavasrava) en de verwarring van Onwetendheid (avidyasrava).

Door dit weten is er de zekerheid dat een volgend leven niet meer nodig is. Wedergeboorte is gestopt, het heilig leven heeft zijn vervulling bereikt, Nirvana is verwerkelijk.

### **Het achtvoudig pad.**

De Weg naar Bevrijding, hierboven beschreven, is een nadere uitwerking en concretisering van het achtvoudig pad, zoals dit geformuleerd is in de eerste preek van Gautama Boeddha in Sarnath. Het is als het ware de blauwdruk van de Weg naar Bevrijding. Het is bondig en eenvoudig, maar tegelijkertijd niet veelzeggend. (Frauwallner 1973, 147) Dit achtvoudig pad laat zich gemakkelijk invoegen in de Weg naar Bevrijding en bestaat feitelijk uit een drievoudige training. Het eerste deel bestaat uit het ontwikkelen van een juiste visie (1) en intentie (2) dat wil zeggen helder begrip en een juiste motivatie. Dan is er training in morele discipline; het beoefenen van juist spreken (3), handelen (4) en van een juiste levenswijze (5). Ze brengt de mens in een juiste verhouding tot de wereld en biedt de mogelijkheid tot het verwerven van goede verdiensten. Ze vormt de voorbereidende fase voor de derde serie trainingspraktijken, welke bestaat uit training in mentale en geestelijke discipline. Deze omvat een juiste inspanning (6) ten aanzien van meditatieve praktijken, het beoefenen van opmerkzaamheid (7) en tenslotte de meditatie zelf (8).

## **3.3 Grondoorzaken van de cyclus van wedergeboorten.**

### **De vier edele waarheden.**

De vier edele waarheden vormen, overeenkomstig de traditie, de inhoud van de preek, waarmee de Boeddha zijn leeractiviteiten in Sarnath begon. De inleiding van deze preek bestaat uit een aantal

algemene opmerkingen over de Middenweg. Het is de weg die het midden houdt tussen het streven naar werelds geluk (overgave aan zintuiglijk genot) en strenge ascetische praktijken door sommige asceten beoefend.

De eerste edele waarheid bestaat eruit dat Boeddha als kern van het bestaan het lijden ziet; alles is vergankelijk en aan verandering onderhevig. Dood is lijden, geboorte is lijden. Verenigd worden met wat men niet wenst is lijden, gescheiden worden van wat men wil behouden is lijden. Niet krijgen wat men wil is lijden, etc.

Als tweede edele waarheid ontdekt hij dat de grondoorzaak van dit lijden 'dorsten' (tr̥sna) is; het begeren van zintuiglijk genot (kama-tr̥sna), het hechten aan het bestaan (bhava-tr̥sna). In een latere fase wordt in sommige tradities de 'dorst', naar 'niet willen bestaan' (vibhava-tr̥sna) hieraan toegevoegd.

De derde edele waarheid geeft de oplossing aan; door het opheffen van deze (levens) dorst, begeerte, komt een einde aan het lijden.

De vierde edele waarheid is het achtvoudig pad; hierin wordt de weg aangegeven hoe dit dorsten en begeren wordt opgeheven om zo bevrijdende kennis te realiseren.

### **Het 'dorstprincipe' als grondoorzaak voor wedergeboorte.**

Karakteristiek voor de formulering van de vier edele waarheden is volgens Frauwallner de bondigheid, de eenvoud en het stereotype ervan. Het kernbegrip bij deze formulering ligt bij het 'dorstprincipe'. Ze vormt in deze doctrine (in tegenstelling tot de in de volgende paragraaf genoemde doctrine van 'de twaalf oorzakelijke schakels') de grondoorzaak van ons cyclisch bestaan en is tevens de sleutel voor de oplossing ervan.

De preek in Sarnath zegt niet meer dan dat de levensdorst de oorzaak is van het lijden. Verschillende andere teksten geven er een verdere uitwerking van. In die teksten wordt de werking van het 'dorstprincipe' op twee manieren verklaard. Enerzijds ontstaat het wanneer de zintuiglijke organen (samen met het psychisch orgaan) in contact komen met de wereld van zintuiglijke objecten. Door dit contact wordt het begeren, het dorstprincipe, opgewekt. Anderzijds ontstaat dit begeren door het vals gevoel van een 'zelf', een ik. Dit idee van een vals zelf is verbonden met de leer van de vijf skandha's, waarin de persoonlijkheid van de mens beschreven wordt als een verzameling van vijf bestanddelen. Binnen deze samenstelling van bestanddelen is geen echt, dat wil zeggen permanent, substantieel, 'ik' te herkennen. De gewone mens beschouwt zijn aardse, dat wil zeggen empirische persoonlijkheid gemakkelijk als een permanent zelf, ziel (principium identitatis). De mens kent het zelf een valse waarde toe en tevens alles wat daarmee verbonden is. Hierdoor ontstaat het krampachtige vasthouden aan de wereld met zijn objecten, wat leidt tot nieuwe wedergeboorten. (Frauwallner 1973, 150-6)

### **Onwetendheid als grondoorzaak voor wedergeboorte.**

Naast de doctrine van de vier edele waarheden, met als centraal begrip de levensdorst als primaire oorzaak voor wedergeboorten, zien we in teksten nog een ander principe, van eenzelfde waarde, waarmee de oorsprong van het lijden en de mogelijkheid tot het opheffen ervan worden aangegeven. Dit is het principe van Onwetendheid. Op een bepaald moment worden beide principes met elkaar verenigd in één doctrine. Dit vindt plaats in de doctrine van de twaalf, met-elkaar-samenhangende, oorzakelijke ontstaans-factoren (pratityasamutpada). Het lijden wordt hierin voorgesteld als een serie van schakels, waarvan de één de voorwaarde schept voor de ander en waarvan de eerste schakel Onwetendheid is. Onwetendheid wordt dan belangrijker dan het Dorstprincipe. (Frauwallner 1973, 157-69)

De leer van de vier edele waarheden vormt als het ware een grove blauwdruk voor deze doctrine, zoals het achtvoudig pad voor de Weg naar Bevrijding. Oorspronkelijk, zo verklaart Frauwallner, beschouwt de Boeddha de 'levensdorst' als primaire oorzaak van wedergeboorte. In een verdere ontwikkeling na zijn eerste optreden in Sarnath moet dat gewijzigd zijn en wordt de primaire oorzaak

voor het lijden Onwetendheid. Op basis van dit concept ontwikkelt hij een overeenkomstig gedachteproces, de doctrine van de twaalf, met-elkaar-samenhangende, oorzakelijke ontstaansfactoren. Het verenigen van de twee principes gebeurde volgens Frauwallner op een wat geforceerde manier. In deze doctrine zien we beide verklaringsmodellen terug.

De eerste acht schakels vormen één serie, met als centraal element Onwetendheid. Onwetendheid (avidya) betekent hier 'het niet zien van de werkelijke natuur van ons bestaan'. Deze onwetendheid maakt de 'wilsimpulsen' (samskara) werkzaam, die op hun beurt vorm geven aan een soort subtiel, centraal 'psychisch lichaam' (vijnana), volgens Frauwallner de essentiële factor die zorgt voor transmigratie. Deze factor scheidt op zijn beurt de voorwaarde voor onze aardse persoonlijkheid (namarupa), die bestaat uit een psychisch en een fysiek deel. De persoonlijkheid, uitgerust met de zes zintuigen (sadayatana), komt vervolgens in contact (sparsa) met de objecten van de wereld, waardoor gevoel (vedana) ontstaat. De gevoelens die door dit contact met de wereld ontstaan, wekken op hun beurt de levensdorst (trsnā) op, met het daarbij optredende ik-gevoel. De bovengenoemde serie oorzaken beschrijven op een kernachtige wijze het ontstaansproces, de geboorte van een persoon.

De tweede serie oorzaken (acht tot en met twaalf) beschrijft opnieuw het ontstaan, de geboorte van een persoon, maar dan vanuit het 'dorstprincipe'. Dit dorstprincipe vormt de oorzaak voor een vorm van 'vastgrijpen' (upadana) aan een nieuw bestaan (bhava) waarvan geboorte (jati) het resultaat is. Deze geboorte leidt uiteraard opnieuw tot lijden, ziekte, ouderdom en dood. Deze voorwaardelijke, met elkaar samenhangende oorzaken, scheppen steeds opnieuw de condities voor een nieuw bestaan.

In de serie van twaalf als geheel wordt in feite driemaal een ontstaansproces beschreven. (Frauwallner)

Zo wordt het oude verklaringsmodel (van levensdorst) aangevuld met een ander, nog belangrijker verklaringsmodel, namelijk dat van Onwetendheid.

#### 4. De Sangha, de Boeddhistische gemeenschap

De Boeddhistische gemeenschap is viervoudig in zijn samenstelling; monniken, nonnen, lekenmannen en lekenvrouwen. Het meest fundamentele onderscheid is dat tussen monniken (nonnen) en leken; zij die het 'werelds huis' hebben verlaten, de monniken en zij die dat niet hebben gedaan, de leken.

Het leven van een monnik schept normaliter de gunstigste condities voor een spiritueel leven dat gericht is op het hoogste doel, de Verlichting (Arhatschap in het Hinayana). De monniken leven of in gemeenschappen of als kluisenaars in afzondering. Als groep vormen ze een kleine, maar zeer belangrijke, minderheid binnen de Boeddhistische gemeenschap als geheel. Hun aantal varieert sterk in verhouding tot de leken en is grotendeels afhankelijk van de sociale condities in verschillende tijden. De monniken zijn de Boeddhistische elite.<sup>3</sup> Het leven van een leek is bijna onverenigbaar met het hoge spirituele doel waar iedere Boeddhist zich persoonlijk voor geplaatst weet. Dit is volgens Conze een overtuiging, gemeenschappelijk in alle tijden. (Conze 1974, 53-4) Zij verschilt slechts in de striktheid waarmee zij wordt aangehouden. De orde van nonnen is, volgens overlevering, ingesteld op herhaald verzoek van Ananda, één van Boedha's meest geliefde leerlingen; Boedha's stiefmoeder Prajapati en haar bedienden worden de eerste leden. De vrouwelijke orde wordt echter nooit zo belangrijk als de mannelijke orde.

---

<sup>3</sup> In het Mahayana Boeddhisme ligt dit genuanceerder. In principe is elke gelovige hier (leek of monnik) een potentiële Bodhisattva. (zie pagina acht) In de Vimalakirtinirdesa bijvoorbeeld (een Mahayana-geschrift) is het de leek/ gelovige Vimalakirti die Maitreya qua kennis en inzicht verre overtreft.

#### 4.1 De Vinaya.

De continuïteit van de kloosterorganisatie is de belangrijkste constante factor in de geschiedenis van het Boeddhisme. Het monastieke leven wordt gereguleerd door de regels van de Vinaya. De term is volgens Conze afgeleid van 'vi-nayati'; 'weggaan' van het kwaad naar discipline. De monniken zijn geneigd buitengewone waarde te hechten aan het in acht nemen van de Vinaya regels. De kloosterdiscipline wordt gecodificeerd in de Pratimoksa (het verlaten van het kwaad) regels. Verschillende sekten tellen 227 tot 253 regels. Deze regels moeten twee maal per maand in een gezamenlijke bijeenkomst van monniken beleden worden.

Niet de leer met zijn grote diversiteit aan visies, maar de Vinaya is volgens Williams het belangrijkste element dat het Boeddhisme tot een eenheid maakt. (Williams 1994, 1-6) Er is nooit een aparte Mahayana-Vinaya geweest. Mahayana Boeddhisten zijn volgelingen van de Vinaya regels, welke geformuleerd zijn vóór het ontstaan van het Mahayana. Wanneer er sprake is van een 'schisma' en van het ontstaan van nieuwe sekten, dan is dat volgens Williams meestal het gevolg van onenigheid ten aanzien van de regels binnen de kloostergemeenschap. De morele eenheid, uitgedrukt in de Vinaya heeft zijn parallel in de morele codes voor leken.

#### 4.2 Toevlucht nemen

Het toevlucht nemen is de formele daad, waardoor een ieder lid kan worden van de Boeddhistische gemeenschap (Sangha). Toevlucht nemen is een rituele daad van onderwerping aan de autoriteit van de Boeddha, de Dharma en de Sangha (de zogenaamde drie Juwelen) en zij die dat doen kunnen aanspraak maken op de bescherming van een machtig beschermer: een Boeddha, Bodhisattva, god of Boeddhistisch leraar. De formulering wordt drie maal uitgesproken om het geheel plechtig en bindend te laten zijn. Ofschoon het geen geloofsinstemming vereist ten aanzien van leerstukken, zoals bijvoorbeeld de vier edele waarheden, bevestigt het een geloofsbelijdenis in de Wijsheid van de Boeddha, de Waarheid van zijn Leer en de waardigheid van de Sangha.

#### 4.3 Missionering

Het historisch succes van het Boeddhisme kan op verschillende manieren verklaard worden. Zo staat het Boeddhisme vanaf het begin open voor een ieder die Boeddhist wenst te worden, ongeacht sekse, klasse of kaste. Dit bijvoorbeeld in tegenstelling tot het Brahmanisme (in de tijd van de Boeddha), waar een groot aantal mensen worden uitgesloten van de 'geloofsgemeenschap', waaronder vrouwen en leden van de laagste kasten. Ook is er niet zoiets als een heilige taal voor de Boeddhistische missionaris. Hij kan de leer verkondigen in elke taal die hijzelf wenst te spreken, rekening houdend met de capaciteiten, de motivatie en aspiratie van de toehoorders. 'Goede' Boeddhistische leraren zijn speciaal daarop gericht. Het Boeddhisme kent vanaf het begin geen strenge, hiërarchische structuren met een Paus of leider aan het hoofd van een bepaald Instituut. Ook zijn er geen wetsgeleerden, die de religieuze overtreders mogen bestraffen. Binnen een religieuze orde is er wel altijd sprake geweest van discipline, regels en straf. Ernstige overtredingen kunnen zelfs tot verwijdering leiden.

De Boeddha geeft aan de monniken die worden uitgezonden om de leer te verkondigen toestemming om zelf inwijdingen te geven aan hen die monnik wensden te worden. Dit zorgt er ook voor dat de Sangha zich al vanaf het begin snel buiten de grenzen van de Boeddha's persoonlijke controle kan verspreiden.

Zelfs gedurende zijn eigen leven vertrouwt de Boeddha zijn groep volgelingen de leiding toe over hun eigen zaken en hij stelt regels in wanneer zijn leerlingen hem raadplegen met betrekking tot problemen en hem vragen daarover stellen. Bij zijn overlijden is de Sangha geconsolideerd tot een soort losse federatie van groepen, met elkaar verbonden door een gemeenschappelijke morele code, een gemeenschappelijke mondelinge leer en het constante komen en gaan van rondreizende monniken.