

DE GEEST ZONDER HOUVAST
HET EINDE VAN WORDEN

Guy Eugène DUBOIS is eveneens de auteur van:

VIPASSANA BHAVANA

—Inzichtmeditatie—

ATTHAKAVAGGA

—De Vrede van de Boeddha—

SATTA-VISUDDHI

—De Zeven Zuiveringen—

DHAMMA

—Overdenkingen bij een Ultieme Werkelijkheid—

DHAMMAPADA

—Het Pad van Waarheid—

KHAGGAVISANA Sutta

PARAYANAVAGGA

—De Weg naar de Andere Oever—

WOORDEN VAN WIJSHEID

—De Dhammapada Zonder Exegese—

ITIVUTTAKA

—Zo is het Gezegd—

KHUDDAKAPATHA

—Korte Passages—

YATRA NAAR MAJJHIMADESA

—Een Pelgrimsreis naar het Middenland—

UDANA

—Geïnspireerde Uitspraken van de Boeddha—

SATIPATTHANA

—Het Pad naar Zelfrealisatie—

EKAYANO MAGGO

—De Directe Weg—

SOTAPATTIMAGGA

—Het Pad van de Stroombetreder—

ANICCA

—Sleutel tot Bevrijding—

JIJ BENT DE STROOM

DHAMMA-ZAADJES

— Deel I - II - III - IV - V - VI- VII - VIII - IX—

ASTAVAKRA GITA

—Het Lied van de Verguisde—

BEVRIJDING & ZELFREALISATIE

—De Woorden van de Astavakra Gita—

YATHA-BHUTA

—The True Nature of Reality—

HSIN HSIN MING

—Het Sacrale Niets—

KANCHUKA'S

—Versluierungen—

LĪLĀ

—Het Kosmische Spel van Leegte en Werkelijkheid—

BOEDDHA ZONDER MASKER

LĪLĀ

—The Cosmic Play of Emptiness & Reality—

DE STILTE VAN DE JHĀNA'S

—De Weg naar het Zien dat Bevrijdt—

DE ZESTIEN VIPASSANĀ-ÑĀṆA'S

—Van Vergankelijkheid Naar Bevrijding—

THE STILNESS OF THE JHĀNAS

—The Seeing that Liberates—

HET ONGEBORENE

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

*Evenals op de site van het Boeddhistisch Dagblad
<https://boeddhistischdagblad.nl/>*

DE GEEST ZONDER HOUVAST
HET EINDE VAN WORDEN

Guy Eugène DUBOIS

- *Spirituele wijsheid is een geschenk dat met inzicht en mededogen gedeeld moet worden en niet uitgebuit voor vulgair persoonlijk gewin.*

Wanneer wijsheid gecommmercialiseerd — 'vermarkt' — wordt, verliest ze haar zuiverheid en verwordt ze tot koopwaar, waardoor diepgaande inzichten een taxatie krijgen, wat hun transformerende kracht ondermijnt. '

(Guy E. Dubois)

Om deze reden mag dit boek vrij gereproduceerd, gebruikt en verspreid worden — via elk medium of bestandsformaat — mits inachtneming van de clausules van de copyright licentie (CC BY-NC-SA 4.0) van Creative Commons Belgium



D/2026/Guy Eugène Dubois, uitgever
Zomerlaan 8/101 - 2580 Beerzel, België
gdubois.dhammabooks@gmail.com
<https://yatha-bhuta.com>

Vormgeving, Prepress, Design & Cover: GD
Tekstcorrectie: Jan Dewitte
Gezet in Helvetica Neue
Papier: HVO wit FSC
Druk: Brave New Books, Rotterdam, NL
ISBN: 9789465464985 | NUR-Code: 718

- *De verschijnselen zó diep onderzoeken dat elke behoefte aan een blijvende essentie wegvalt.* •

GD

INHOUD

INHOUD	11
INLEIDING	13
DEEL I — DE CONTEMPLATIEVE ANALYSE	19
HOOFDSTUK I — HET ONGEBORENE	21
HOOFDSTUK II — VRIJ VAN CONDITIONERING	61
HOOFDSTUK III — ONTKOMEN	81
HOOFDSTUK IV — ZICHTBAAR WORDEN	85
HOOFDSTUK V — VOORBIJ METAFYSICA	93
HOOFDSTUK VI — DE VINGERS EN DE MAAN	107
HOOFDSTUK VII — ZONDER IDENTITEIT	115
HOOFDSTUK VIII - ZONDER HOUVAST	121
DEEL II — DE CONTEMPLATIEVE BEOEFENING	129
HOOFDSTUK IX - HINDERNISSSEN & WORDEN	131
HOOFDSTUK X - VERSTILLING	145
HOOFDSTUK XI - HET DIRECTE ZIEN	155
HOOFDSTUK XII - HET ONGEBORENE	165
BIBLIOGRAFIE	173
VOETNOTEN	177

INLEIDING

De menselijke geest is zelden werkelijk stil. Zelfs wanneer het lichaam rust, blijft de geest bewegen: denken, verlangen, herinneren, plannen, vergelijken, hopen, afwijzen, vrezen, grijpen en vasthouden.

Bij nader kijken lijkt die voortdurende beweging bijna onafgebroken. Alsof de geest zichzelf moment na moment opnieuw probeert te bevestigen, te beschermen of te vervolledigen.

Binnen het vroege boeddhisme wordt deze beweging niet gezien als een persoonlijke fout of moreel tekort, maar als een proces van conditionering.

De geest raakt voortdurend verstrikt in verlangen, afkeer, gehechtheid, identificatie en onwetendheid, waardoor een onophoudelijke stroom van 'worden' ontstaat.

Niet alleen in de betekenis van wedergeboorte van leven tot leven, maar ook psychologisch: telkens wanneer de geest zich vastzet in ervaring, wordt opnieuw een vorm van 'ik', 'mij' of 'mijn' geboren.

Vanuit dat perspectief verschuift meditatie fundamenteel van betekenis.

Meditatie wordt dan niet louter een techniek om rustiger te worden, noch een methode om bijzondere bewustzijnstoestanden te bereiken. Zij wordt een rechtstreeks onderzoek naar de aard van ervaring zelf.

Een stil en aandachtig kijken naar hoe verlangen en afkeer ontstaan, hoe gehechtheid zich vormt, hoe identificatie verschijnt, en hoe lijden zich telkens opnieuw conditioneert. Dit boek vertrekt daarom niet vanuit metafysische speculatie, maar vanuit directe ervaring.

Niet de vraag 'Wat is de ultieme werkelijkheid?' staat centraal, maar eerder: 'hoe ontstaat innerlijke onrust?' 'Hoe ontstaat gehechtheid?' 'Hoe ontstaat psychologisch worden?' En 'kan dat proces ook tot rust komen?'

Binnen de vroege Dhamma ligt bevrijding immers niet in het verwerven van een nieuwe identiteit, een hogere spirituele status of een metafysisch inzicht waarin een eeuwige essentie ontdekt wordt.

De nadruk ligt eerder op het geleidelijk uitdoven van datgene wat lijden voortdurend voedt: begeerte (*taṇhā*; *trṣṇā*), afkeer (*vyāpāda*; id.), gehechtheid (*upādāna*; id.), identificatie en onwetendheid (*avijjā*; *avidyā*).

Deze contemplatieve weg ontvouwt zich geleidelijk.

Aanvankelijk leert de beoefenaar de grove bewegingen van de geest herkennen: verlangen, afkeer, traagheid, onrust en twijfel.

Binnen het boeddhisme worden deze bewegingen de Vijf Hindernissen (*pañca nīvaraṇāni*; *pañca nivāraṇāḥ*) genoemd. Deze obstakels verduisteren de helderheid van de geest en houden het proces van psychologisch 'worden' (*bhava*; id.) ¹ in stand.

Wanneer deze hindernissen geleidelijk verstillen, ontstaat ruimte voor diepere concentratie en innerlijke stabiliteit. Binnen de vroege Dhamma worden de *jhāna*'s (*dhyāna*'s) beschreven als staten van verstillings, concentratie en verfijning van de geest.

Toch vormen ook deze staten van verstillings geen einddoel.

De *jhāna*'s zijn geen metafysische werkelijkheden en evenmin spirituele prestaties die eigendom kunnen wor-

den. Zij vormen eerder een verfijnde en heldere basis van waaruit inzicht mogelijk wordt.

Vanuit die verstillings kan vipassanā zich ontploffen: het directe inzicht in vergankelijkheid (anicca; anitya), onbevredigendheid (dukkha; duḥkha) en niet-zelf (anattā; anātman).

De beoefenaar begint dan niet alleen te begrijpen, maar rechtstreeks te zien dat alle geconditioneerde verschijnselen afhankelijk ontstaan van oorzaken en voorwaarden, voortdurend veranderen en nergens een blijvende kern bevatten. Door dit inzicht begint de greep van gehechtheid en identificatie langzaam te verzwakken.

Wat eerst als een vaste identiteit werd ervaren, blijkt bij nader inzicht eerder een dynamisch proces van conditionering te zijn.

Gedachten verschijnen en verdwijnen. Emoties verschijnen en verdwijnen. Zelfs momenten van bewustzijn verschijnen afhankelijk van voorwaarden.

Nergens wordt uiteindelijk een onafhankelijke, blijvende essentie gevonden die het geheel bezit of controleert.

Binnen het vroege boeddhisme verwijst bevrijding daarom niet noodzakelijk naar het ontdekken van een absolute metafysische werkelijkheid achter de verschijnselen, maar eerder naar het uitdoven van het grijpen waardoor de geest zichzelf voortdurend opnieuw conditioneert.

Vanuit dat perspectief krijgt ook het begrip 'het Ongeborene' (ajāta; id.) een bijzondere betekenis.

Het Ongeborene verwijst niet naar een verborgen eeuwige substantie of een kosmisch Zelf, maar naar datgene wat zichtbaar wordt wanneer verlangen, afkeer, gehechtheid, identiteit en onwetendheid tot rust komen.

Niets nieuws wordt verworven. Eerder dooft iets uit.

Persoonlijk twijfel ik er niet aan dat er het Ongeborene (ajāta; id.), het Niet-gewordene (abhūta; id.), het Niet-geschapene (akata; id.), het Ongeconditioneerde (asaṅkhata; asaṃskṛta) en nibbāna (nirvāṇa) zijn. Anders zou er geen ontkomen mogelijk zijn aan het geborene, het gewordene, het geschapene en het geconditioneerde.

Tegelijk voel ik geen behoefte om van het Ongeborene een nieuwe metafysische theorie te maken. Omdat het zoeken naar een ultieme verklaring, een ultieme zekerheid of een absoluut houvast zelf nog deel uitmaakt van dezelfde beweging die de Dhamma juist onderzoekt.

Voor mij zijn het Ongeborene, het Niet-gewordene, het Niet-geschapene, het Ongeconditioneerde en nibbāna geen 'niets'. Maar evenmin hoeven zij begrepen te worden als een metafysische substantie, een kosmisch Bewustzijn of een verborgen essentie achter de verschijnselen. Het volstaat voor mij dat zij de mogelijkheid aanduiden om te ontkomen aan het geborene, het gewordene, het geschapene en het geconditioneerde.

Ik zoek daarin geen nieuwe zekerheid, geen ultieme toevlucht en geen absoluut object waarop het denken zich opnieuw kan vestigen. Wat mij interesseert, is niet hoe het Ongeborene precies begrepen moet worden, maar hoe dukkha tot stand komt en hoe dukkha tot uitdoving kan komen.

Daarom zie ik het Ongeborene niet als een object van kennis dat begrepen moet worden, maar als datgene wat zichtbaar wordt wanneer de conditionering waardoor de geest voortdurend objecten creëert, toe-eigent en zich eraan vastklampt volledig tot rust komt.

Voor mij ligt de betekenis van de Dhamma daarom niet in het definiëren van het Ongeborene, maar in het beëin-

digen van dukkha. Het Ongeborene hoeft niet gedefinieerd te worden om bevrijdend te zijn.

Dit contemplatieve onderzoek ontvouwt zich in dit boek geleidelijk in twee bewegingen.

Eerst wordt onderzocht hoe de geest zich voortdurend vastzet in verlangen, afkeer, metafysisch grijpen, identificatie en psychologisch 'worden'.

Vervolgens verschuift de aandacht naar de contemplatieve beoefening zelf: het rechtstreeks herkennen van hindernissen, de verstilling van de geest, het direct zien van ervaring en het langzaam uitdoven van datgene wat voortdurend probeert opnieuw te worden.

Deze hele contemplatieve weg kan men eenvoudig samenvatten als een geleidelijk verstillen van alles waaraan de geest zich voortdurend probeert vast te klampen.

En waar dat grijpen volledig ophoudt, komt ook het 'worden' tot rust. Daar ontvouwt zich het Ongeborene. Het Ongeconditioneerde. Nibbāna (nirvāṇa): het uitdoven van alles wat nog geboren wil worden

Guy
Beerzel, juni 2026

DEEL I — DE CONTEMPLATIEVE ANALYSE

De hoofdstukken die nu volgen onderzoeken hoe de geest zichzelf voortdurend conditioneert via verlangen, gehechtheid, identificatie en psychologisch 'worden'.

Daarbij verschuift de aandacht niet naar metafysische speculatie over een ultieme werkelijkheid, maar naar het directe contemplatieve onderzoek van ervaring zelf.

Want pas wanneer zichtbaar wordt hoe gebondenheid ontstaat, kan ook de mogelijkheid van bevrijding langzaam zichtbaar worden.

