

DE WARE AARD VAN DE DINGEN (YATHA-BHUTA) DHAMMATALK GUY EUGÈNE DUBOIS - VR 14 APRIL 2023

Beste Kalyanamitta's, Beste Spirituele Vrienden,

Deze *dharmatalk* gaat over de ware aard van de dingen. De dingen zoals ze werkelijk zijn. Niet zoals we ze wensen of net niet dromen dat ze zijn.

Wanneer we over de ware aard van de dingen spreken is het nodig dat jullie vooraf weten waarvoor ik sta en vooral niet sta. Zodat jullie—in alle duidelijkheid—weten welk vlees jullie vanavond in de kuip hebben.

Voor u zit geen bevlogen boeddhist; geen zeloot van één of andere oosterse religie; geen fervente verdediger van één of andere sektarische boeddhistische groepering.

Ik ga ervan uit dat *Theravada*, *Mahayana*, *Vajrayana* en *Navayana* niet aan elkaar tegengesteld zijn. Elke divergentie is slecht begrepen mensenwerk. *Dhamma* laat zich niet opdelen in verscheidenheid. Elke dualiteit is een halsmisdrijf. Alles is één. Finaal wordt elke discrepantie die tussen de verschillende stromingen 'zou' bestaan, door elke ervaren *dharmmanuvatti*, op experiëntieel niveau, compleet uitgevlakt.

Ook mijn kale kruin is geen uiting van diepe devotie, maar het gevolg van menselijk verval dat wild om zich heen grijpt.

Voor u zit een *dharmmanuvatti* die met een vrijgevochten zelfbewustheid de leer van de Boeddha interpreteert. Ongebonden. Onafhankelijk. Tegendraads. Zonder hoofd boven zijn hoofd. Zonder god, zonder meester.

Ik bezit geen aandelen in een of andere boeddhistische sekte, heb geen bestuursmandaten in enige boeddhistische organisatie. Ik bezoek en steun Ehipassiko, de boeddhistische vereniging van Antwerpen-Mechelen, waarschijnlijk de meest vrijgevochten *sangha* van België. De minst vormelijke. De minst dogmatische. Maar wel één van de meest bevrijdende.

Ehipassiko staat voor een inzichtelijke beoefening. Een beoefening zonder muurtjes. Zonder gordijntjes. Zonder oogkleppen. Ze staat voor een onafhankelijke, eigenwijze, tegendraadse beoefening.

De individuele verantwoordelijkheid voor persoonlijke bevrijding is een centraal principe van de Boeddha. Hij maant ons aan om toevlucht te zoeken in onszelf. Om geen toevlucht te zoeken buiten onszelf. Om onze eigen lamp te zijn. Ons eigen eiland. Dat is wat Ehipassiko goed begrepen heeft.

En dat is op mijn lijf geschreven. Ik voel me goed in deze Sangha. Veilig. Onafhankelijk. Eigenzinnig en toch geborgen. Deze sangha laat me toe te zijn *wie* ik ben en *waar* ik voor sta.

Tot zover deze korte introductie.



Deze *dhammatalk*, Beste Vrienden, gaat dus over de ware aard van de dingen. Over *Dhamma* tout court: de werkelijkheid van elk moment, die de kern van de *leer van de Boeddha* in zich draagt en omhult. Ik ga proberen de essentie van Boeddha's inzicht zo eenvoudig mogelijk te duiden. Aan te wijzen. Want kijken moet je zélf doen.

Ik ga dit doen zonder opsmuk. Recht voor de raap.

Gevorderde beoefenaars en lezers van mijn boeken gaan hier geen probleem mee hebben. Voor neofieten kunnen mijn woorden soms overkomen als vloeken in de tempel. Maar wie me kent, weet dat ik nooit de bedoeling heb om te bruskeren, maar om te pogen direct en duidelijk naar de kern van de zaak te gaan.

Wanneer er zaken in deze *dhammatalk* niet duidelijk overkomen, laat ze gewoon over je heen gaan en bekijk dit webinar later in alle rust opnieuw. Ik zal ervoor zorgen dat het transcript van deze voordracht ook gepubliceerd wordt op de *Yatha-bhuta* website van de Ehipassiko Academie.

Hebt u vragen, aarzel niet om ze te stellen. Je kan dit doen online op de chatfunctie. Indien er geen tijd overschiet zullen we de vragen trachten te

beantwoorden op onze FB-bladzijde of op de website van de Ehipassiko Academie. Uiteraard zullen we ervoor zorgen dat uw privacy gewaarborgd is.



→ Vooreerst een belangrijke vraag: Wat is wáár (*P. sacca*)?

De Boeddha verwijst naar de natuurwet (*Dhammo sanantano*): datgene wat wáár was in het verleden; wat wáár is in het heden en wat wáár zal zijn in de toekomst. *Akaliko*.

Wie bovenstaande definitie hanteert, beseft onmiddellijk dat de meeste dingen onwaar zijn. Ze sporen niet met de werkelijkheid. Het zijn conditioneringen. Verzinsels. Leugens. Fata morgana's. Uitvloeisels van onwetendheid (*P. moha*). Wensdromen van verlangen (*P. lobha*). Hallucinaties van afkeer (*P. dosa*). Besteed er dus geen tijd aan. Verbind je er niet mee.

Zoek niet naar gelijkenissen van *Dhamma* met religies. Er zijn geen raakpunten. Er valt geen enkele valabele reden te bedenken om *Dhamma* te spiegelen met religies. In essentie is *Dhamma* geen religie. Het is een inzichtsléer. Een wijsheidsléer. Een ervaringsléer.

Overeenkomsten bestaan bijgevolg slechts in je verbeelding. En vinden een gretige voedingsbodem in argeloosheid. In conditionering. Onthou je van syncretisme. Hou de premissen van de *Bhagavat* zuiver. Puur. Bezoedel de aannames van de Boeddha niet. Zoek geen inspiratie in tegenstrijdige denkpatronen. In de speeltuin van Mara is geen inzicht te vinden. Uitsluitend imaginaire verstrooiing. *Dukkha*.



Zoals beloofd ga ik proberen de kern van Boeddha's inzicht zo eenvoudig mogelijk uit te leggen. Zonder opsmuk. Zonder decor en decoratie. Recht voor de raap. Duidelijk. Zodat je er houvast aan hebt.

Door de vragen die me geregeld gesteld worden heb ik immers geleerd hoe veel boeddhisten en would-be boeddhisten zich verliezen in een wirwar van verkeerde opinies, misbegrepen gedachten, vergezochte interpretaties, uiterlijke vormen van beleving, esoterische praktijken en zelfs gewoonweg onzin...

... Terwijl de leer van de Boeddha—in haar essentie—eenvoudig te begrijpen is. En uiterst consistent en coherent is.

En het is mijn mening dat we de leer zo moeten beleven én ook zo moeten houden.

Wat me steeds meer opvalt is dat hoe verder de leer zich tijdsmatig verwijderd van zijn historische stichter, hoe wolliger, hoe onbegrijpelijker en hoe esoterischer de leer wordt. 'Verwordt' zou ik haast zeggen.

Laten we het verhaal dus starten bij het begin. Wie is de Boeddha in werkelijkheid en wat is de essentie van zijn leer?

1. De Boeddha:

Vergeet de hagiografische omschrijvingen die van de Boeddha een goddelijk wezen maken. Dat was hij niet. En dat heeft hij meermaals gelochend in zijn voordrachten. De Boeddha was een mens. Weliswaar een Uitzonderlijk Mens, een Groot Mens, een *Mahapurisa*, maar ook niet méér dan dat.

Veel belangrijker dan de beschrijving van deze historische context—5 à 6 eeuwen voor onze tijdrekening—is de levensreis zelf, de odyssee, die de man maakte. Een reis die vergelijkbaar is met de reis die elk mens die naam waardig óók maakt. Op de *reis* komt het aan. Niet op de gegarneerde, opgesierde, opgesmukte *reisbeschrijving*.

Siddhattha Gotama werd geboren in Lumbini, aan de voet van de Himalaya, de Therai, de laagvlakte op de grens van het huidige Nepal en NO- India. Een godvergeten plaats, in the middle of nowhere. Hij was een lid van één van de vele Arische stammen van krijgers (Kshatriya's) die het Antieke India koloniseerden in de 5de-6de eeuw vóór onze tijdrekening. We weten dat die Sakya-stam ongeveer 20 à 25.000 stamleden telde op een grondgebied van ongeveer een halve Belgische provincie (2.000 km²). De Sakya-clan vormde een kleine oligarchische republiek waarvan Siddhattha's vader de

gemandateerde leider was. Beweren dat hij een 'koningskind' was, is dan ook een paar bruggen te ver. Een leugentje om bestwil, uit respect? Maar een leugen (om welke reden ook) blijft een leugen. Een onwaarheid.

De hoofdplaats van de Sakya-stam was Kapilavatthu, een nederzetting even onbelangrijk als de krijgersstam zelf, met huizen gemaakt van hout en leem (het baksteen-procedé was nog niet uitgevonden). Daar groeide Siddhattha op overeenkomstig de gebruiken en gewoonten van zijn kaste in de krijgskunde en bestuurskunde. Geconditioneerd op identieke wijze zoals ook wij door onze cultuur worden grootgebracht.

Het is dáár dat zijn wereldse conditionering geen verf pakte. Waar hij 'het huis verliet' dat niet het zijne was. Het huis dat ánderen voor hem gebouwd hadden. Het leven dat ánderen voor hem in gedachten hadden. Zijn geconditioneerde *habitat*. →→ Ontstaat er bij sommigen van jullie al enige herkenning?

Het is de plaats waar het zaadje tot ontluiken kwam waaruit zijn Zelfrealisatie ontsproot. De Grote Ommekeer. Die ieder vrij onderzoekend mens op zijn persoonlijk pad óók tegenkomt.

Kapilavatthu is de plaats waar hij het lijden zag. De permanente onvrede die om ons heen sluipt. De zaken die niet draaien zoals we ze willen of net niet willen. De permanente veranderlijkheid en vergankelijkheid. Hij noemde dit '*Dukkha*', wat meestal slecht vertaald wordt als 'lijden'.

→ Een klein intermezzo: *Wat is dukkha?*

De *sutta's* van de *Pali*-canon zijn doordrenkt met het woord *dukkha*. *Dukkha* is een sleutelwoord in de *Dhamma*. *Dukkha* is datgene waar het om draait in Boeddha's leer. Het gaat om *dukkha* én om de beëindiging van *dukkha*.

De Boeddha zei:

• *In het verleden, zowel als in het heden, onderwijs ik maar één ding: dukkha en de beëindiging van dukkha.* •

Dát is het. In de *sutta*'s van de Pali-canon komt de Boeddha—coherent en consistent—naar voor als een praktisch leraar, niet als een wereldvreemde profeet of filosoof.

De Boeddha was niet geïnteresseerd in het beantwoorden van metafysische vragen die puur speculatief zijn en slechts denkbeeldige problemen opwerpen en veroorzaken. Intellectuele bevrediging was niet zijn doel.

Zijn leer was bedoeld om de mens vrede en geluk te brengen door het verkrijgen van helder inzicht in de ware aard van de dingen. Zulk inzicht verheldert de onbestendige, onbevredigende en zelfloze aard van onze beleving in ieder moment. Anders gezegd: het is dit helder inzicht dat de mens bevrijdt van *dukkha*. In dít moment. In dít leven. Niet in een verre onbestemde toekomst. Alles wat niet leidt tot de beëindiging van *dukkha* is voor de Boeddha de moeite van overweging zelfs niet waard. Wanneer hem vragen gesteld werden in die zin deed hij er gewoon het zwijgen toe.

Maar wat is *dukkha* eigenlijk in mensentaal?

Dukkha is de eeuwige ellende, de permanente onvrede die alle wezens in alle aspecten van hun bestaan doordringt. De oorzaak van deze ellende ligt besloten in onwetendheid (*P. avijja*).

Avijja is het niet (kunnen, willen, durven) zien, het niet (kunnen, willen, durven) begrijpen, het niet (kunnen, willen, durven) aanvaarden hoe de werkelijkheid van het bestaan eruit ziet, namelijk vergankelijk (*P. anicca*) en leeg, d.i. zonder enig stabiel 'zelf' (*P. anatta*). Deze diepe onwetendheid heeft verlangen (*P. tanha, lobha*) en afkeer (*P. vyapada, dosa*) tot gevolg.

De Boeddha noemde onwetendheid, verlangen en afkeer 'de drie vergiften' (*P. kilesa's*). Uit deze drie vergiften spruiten alle andere bezoedelingen (*P. asava's*) voort.

Hou deze onheilzame deuren gesloten.

Tot daar dit kort intermezzo. Back to square one: Kapilavatthu, waar Siddhattha Gotama opgroeide.

Het is de plaats waar hij een oude man, een zieke en een lijk tegenkwam. Maar óók een *samana*, een *bhikkhu*, een bedelmonnik, die, zonder verlangens en zonder bezit, vreugdig in het leven stond. Het tegenovergestelde van *dukkha*, namelijk *sukha*.

Het is de plaats waar hij ervoer dat de zintuiglijke werkelijkheid zoals hij *dacht* dat ze was (zoals men het hem geleerd had), *niet* de wérkelijke werkelijkheid was maar slechts een bedwelmende begoocheling. Een groteske illusie. Een *fata morgana*. *Maya*.

Siddhattha 'verliet het huis', sloop weg in het holst van de nacht, liet vrouw en kind achter en trok de thuisloosheid in om een antwoord te zoeken op en zich te bevrijden uit het knagende gevoel van onvrede (*P. dukkha*) dat elke mens zijn hele leven met zich meezeult.

Hij begaf zich naar *Rajagaha*, waar hij *jhana*-meditatie beoefende onder leiding van *Alara Kalama* en *Uddaka Ramaputta*—volgens de geschiedschrijving twee uitmuntende spirituele leraren in de *Ganga*-vallei.

Geen van beide meditatietechnieken leidden *Siddattha* tot bevrijding.

Consequent met zichzelf verliet hij beide *guru*'s. Hij trok door de *Ganges*-vallei naar het grottencomplex in het *Dungeshwari*-gebergte.

Daar sloot hij zich aan bij een groep van Vijf Gezellen (*P. panca vaggiya*), waarmee hij een rigoureuze ascetisme beoefende in de grot van *Mahakala*. Maar ook deze ascetische praktijken brachten hem geen doorbraak naar bevrijding en innerlijke vrede.

Siddhattha verliet de vijf asceten en vervolgde zijn weg naar *Uruvela* waar hij 'vervuld van genade en van diep mededogen' op 35-jarige leeftijd tot Zelfrealisatie kwam en Boeddha—de Verlichte, de Ontwaakte—werd.

→ Volgend intermezzo: Belangrijke vraag: Wat is 'Ontwaken'?

'Ontwaken is niet geheimzinnig. Heeft niets esoterisch. Ontwaken = wakker worden door de illusies te doorzien. Ontwaken is inzicht verwerven in de ware aard van de dingen.

'Inzicht' is een heel bijzondere vorm van wijsheid. Het is een 'ultieme' of 'fundamentele' wijsheid. Het is een wijsheid die naar de universele waarheid wijst, i.c. een waarheid die inherent aanwezig is in alle soorten ervaringen, zonder enige uitzondering, maar meestal niet wordt onderkend.

Het is het 'zien en weten' (*P. janami pasami*) van de vergankelijkheid, onbevredigdheid en zelfloosheid van alle dingen—met het *ik* 'op de eerste plaats. Tezamen met de gelijkmoedige acceptatie van dit inzicht (*P. upekkha*).

Vervolgens trok hij westwaarts naar *Sarnath*, ten noorden van de stad *Varanasi*, waar hij zijn eerste twee voordrachten gaf aan de Vijf Gezellen.

In deze twee voordrachten is de essentie van de Leer samengevat. Maar daarover later meer.

Vervolgens doorkruiste de Boeddha gedurende 45 jaar het *Middenland* (*Majjhimadesa*) om zijn Leer uit te leggen en te verduidelijken.

In *Kusinara* tenslotte eindigt zijn vormelijk verhaal. Tot zover het *exposé* van een Ontwaakt Leven.

Veel belangrijker en heel wat glamozeuzer dan zijn afkomst, is de levensreis die Siddhattha maakte. Hij brak met zijn aangeleerde conditionering, zocht persoonlijk naar waarheid en bevrijdde zichzelf uit het lijden.

De historische Boeddha moet gezien worden als een vrij man, een libertijnse onderzoeker, een *provo*, een *samana*, die de bestaande sociale, religieuze en filosofische ideeën van de brahmaanse maatschappij radicaal afwees en een bevrijde Nieuwe Mens, evenals een nieuwe cultuur, voor ogen had.

In zijn eigen woorden zegt hij dat zijn pad—en iedereen die dat pad wil volgen—*patisotagami* moet zijn. *Patisotagami* is letterlijk vertaald (en éénkennig op *déze* manier te interpreteren): *tegen de stroom in*. Tegen de stroom in van onwetendheid, hebzucht en haat. Zijn pad is niet het pad voor ja-knikkers.

Het hoeft dan ook niemand te verwonderen dat hij tegen vele zere schenen heeft getrapt. Je moet je dat gewoonweg voorstellen (2.600 jaar geleden):

— hij loochent het geloof in god (Brahman) als creator én als leidend beginsel;

— hij stelt de mens centraal door een weg uit te tekenen naar bevrijding, naar persoonlijke bevrijding. Een pad van een vrije denker die zich niet laat inperken door enige dogmatische macht. Die de nadruk legt op persoonlijke verantwoordelijkheid. Hij zegt vlakaf: *‘Jij en jij alleen bent je eigen beschermer. ’*

- hij verwerpt het bestaande kastensysteem;
- hij verzet zich tegen structuren, weigert zelfs een opvolger aan te duiden. Immers: ieder is zijn eigen beschermer. Geen hoofd boven iemands hoofd.
- hij verwerpt elke discriminatie, niet in het minst vrouwendiscriminatie;

Door zijn leerstellingen en vasthoudendheid heeft hij dan ook zware reacties opgeroepen zowel binnen als buiten de Sangha. Zo zijn in de *sutta's* van de *Pali*-canon vier moordpogingen op de Boeddha vermeld. Verder werd hij tweemaal beschuldigd van sexual assault.

De Boeddha was een onderzoeker die pragmatisch op zoek ging naar datgene wat de mens kon verlossen uit zijn permanente onvrede (*P. dukkha*). Hij zocht naar wat hielp om een mens tot zelfrealisatie, tot ontwaken, tot innerlijke rust te brengen. Hij zocht naar datgene wat dienstig was om de mens te bevrijden uit zijn onwetendheid, zijn verlangen en zijn afkeer. Al de rest zijn fantasietjes die zijn opvolgers er later hebben aangeflanst, aangebreid, omdat ze goed in hun kraam pasten (wedergeboorte, kamma, structuren, religie...)

2. Wat leerde de Boeddha?

→ Weer een klein intermezzo

De Boeddha leerde géén 'boeddhisme'. Boeddhisme is een relatief 'modern' begrip. Wat weinigen weten is dat het woord 'boeddhisme' een begrip is van recente datum. Het is de verzamelnaam die de Britse kolonisten in de 19de eeuw gaven aan de veelheid van tradities die ze in de diverse Aziatische landen tegenkwamen en die hun wortels hadden in de leer van de Boeddha.

De Boeddha heeft dus nooit de woorden 'boeddhisme' of 'boeddhist' uitgesproken. Nóg explicieter: in de hele *Pali*-canon is er géén énkél spoor van beide begrippen te vinden.

De Boeddha noemde zijn leer *Buddhadhamma* (letterlijk: de leer van de Boeddha) of kortweg *Dhamma*.

Zijn volgelingen noemde hij niet 'boeddhisten' maar dhammi; dhammattho; dhammanuvatti; dhammiko; dhammacari en dhammavihari.

Allemaal *Pali*-woorden die neerkomen op het volgende: 'spirituele vrienden, volgelingen van de Leer; zij die van de *Dhamma* houden; zij die van de *Dhamma* hun klooster hebben gemaakt'.

Zo zie je maar dat je steeds naar de oorsprong van de dingen moet gaan om alles beter te begrijpen. Om alles juist te plaatsen. Kijk. Observeer. Onderzoek. Zélf.

Dhamma heeft veel betekenissen. In de meest gebruikte context van de *Pali*-canon: de Universele Wet: onmetelijk, onpersoonlijk en onpartijdig. Het Bestaan *as such*. De Zó-heid. De natuurlijke ordening van de dingen.

De Boeddha herhaalt het keer-op-keer in de *sutta*'s: *Dhamma is de universele wet*. *Dhammo sanantano*. De 'eeuwige wet'. Dat-wat-ís. De ultieme waarheid, i.c. datgene wat wáár is (*P. sacca*). Vrij van elk dogma. *Dhamma* staat voor ruimte. Voor Bewustzijn. *Dhamma* is duidelijk. Eenvoudig. Zonder poespas. Zonder begoocheling. Zonder eigendunk. Zonder geveinsde vastigheid.

Dhammo sanantano: Het *Pali*-woord *sanantano* 'slaat op de kenmerken van oorspronkelijkheid, fundamenteel en absoluut. Dit zijn kenmerken die—in theïstische systemen—exclusief voorbehouden worden aan de goden. Hier associeert de Boeddha deze kenmerken met *Dhamma*—de natuurwet, de kosmische wet. Op deze manier verleent hij het natuurlijke proces dat het bestaan beheerst een perfect goddelijke status. Zoals het hoort te zijn.

→ Volgend intermezzo:

Pure *Dhamma* laat zich niet inperken door rituelen, door religieuze praktijken, door hiërarchie, door structuren, door *buddharupa*. Inzicht in *Dhamma* vergt géén verwoording, géén visualisatie, géén speculatie, géén inbeelding, geen geloof. Uiterlijke vormen schragen *Dhamma* niet. Ze zijn niet de essentie. Ze zijn uitsluitend schijn. Aankleding. *Façade*.

Dhamma heeft geen nood aan instituten en structuren die de fenomenale werkelijkheid *pretenderen* vorm te geven. Die je veel beloven maar je geen bevrijding uit *dukkha* brengen. Het zijn slechts burchten van macht,

eigenbelang en egocentrisme. Structuren vertegenwoordigen het algemeen belang niet. Structuren stutten slechts een welbegrepen eigenbelang. Structuren – vooral overkoepelende structuren – gaan over ego's; macht; subsidiëring; betoelaging en benoemingen.

Het getuigt van een arrogante zelfoverschatting om te veronderstellen dat overkoepelende structuren de Dhamma (kunnen en mogen) representeren. Dhamma ontwikkelt zich niet uit structuren. Dat is niet enkel een dwanggedachte, het is gewoon een verkeerd uitgangspunt.

Overkoepelende structuren zijn zelfs geen hulpmiddelen (P. upaya's), maar veeleer dwaallichtjes. Muurtjes die steevast beletten dat de zon het hele maaiveld bestrijkt. Bekijk structuren voor wat ze zijn: slechts vormen, géén inhoud. De Boeddha zegt: identificeer je niet met vormen. Dus ook niet met structuren. Ze conformeren niet met de ware aard van de dingen. Wandel ervan weg. Ze sporen niet met inzicht.

Kijk niet door hun begerige ogen. Observeer zelf. Zélf. Wees je eigen eiland waar de *tsunami's* van onwetendheid, verlangen en afkeer geen vat op hebben. Kijk aandachtig. Gelijkmoeidig. Kijk helder bewust en met diep inzicht naar de ware aard van de dingen. *Yatha-bhuta*.

Terug naar '*Dhammo sanantano*', de natuurwet, de eeuwige wet.

Dhamma is een pad dat de Boeddha beschreef; het is een kunst en een manier van leven waarin we ons aangeboren vermogen cultiveren om wakker en bewust te zijn.

Dhamma is de oneindige stroom van oorzaken (P. *hetu's*) en voorwaarden (P. *paccaya's*) die het universum bij elkaar houdt. De flow die alles met elkaar verbindt. Het eeuwige proces van ontstaan en vergaan. Hét Proces. Het is het zuivere en onbezoedelde weten dat **• Alles wat onderhevig is aan ontstaan, is onderhevig aan vergaan. •**

De enige échte werkelijkheid is vergankelijkheid. Onbestendigheid. *Anicca*. De Boeddha zegt: observeer dit proces van ontstaan en vergaan van alle dingen. Kijk ernaar. Kijk aandachtig naar dit proces. Dit eeuwige proces waaraan alle verschijnselen onderhevig zijn. Altijd en overal. Observeer deze permanente natuurwet van verandering, van mutatie. Maar waar niets verloren gaat. Zich enkel wijzigt, zich permanent transformeert.

Realiseer *anicca* in jezelf (= herken, erken en wordt er één mee → *pariyatti*, *patipatti*, *pativedha*). Gelijkmoeidig. Observeer hoe de dingen ontstaan en vergaan. Maar identificeer je er niet mee. Ervaar de weidsheid waaruit ze opkomen, waarin ze bestaan en vergaan. Ervaar dit eeuwige Proces. Ervaar de natuurwet. De eeuwige wet. *Dhammo sanantano*.

Realiseer deze Gelukzalige Ruimte. *Acalam sukham*. Dan zal je *dukkha* beëindigen. Dan zal je het Ongeborene (*P. ajata*) ervaren. En het Doodloze (*P. amata*). En het Ongeconditioneerde (*P. asankhata*). Dan zal je naast de Boeddha lopen. Niet achter Hem. Maar naast Hem. Als een *buddhankura* – een Boeddha-in-spe. Een embryonale Boeddha.

Bekijk de verschijnselen niet op de geconditioneerde manier die de maatschappij en je omgeving je willen opdringen. Trek de thuisloosheid in. Verlaat deze huizen van geveinsde vastheid. Zij zijn de werkelijkheid niet. Het zijn louter projecties van de wensdromen van de (politieke, economische, financiële, maatschappelijke, religieuze...) machthebbers en hun zelf geconstrueerde structuren. Hun doel is niet edel (het behoud van hun privileges) en hun gebruikte technieken zijn geraffineerd en perfide (ze beschikken over alle middelen én ze versterken mekaar onderling).

Conditioneringen zijn gewoontepatronen die ons tot slaven maken. Tot gevangenen van onze eigen overtuigingen, opinies, gehechtheden, behoeften, verlangens en angsten. Gevangenen van onze sociale programmering, van onze angst voor wat anderen over ons denken, van onze angst voor de dood, van onze onwetendheid over de wérkelijke werkelijkheid. Gevangenen van onze zintuigen, die ons mentaal en emotioneel functioneren beheersen.

Conditionering gebeurt niet zomaar. Conditionering is absoluut niet vrijblijvend. Het is gewild. Pervers. Tegennatuurlijk. Tegen de natuur van de dingen. Conditionering draagt een weloverwogen doel in zich: het drijft de makke kudde in de richting die de machthebbers willen. Besef dat de finaliteit van een gedomesticeerde kudde de roemloosheid van het slachthuis is.

Observeer daarom de verschijnselen met open blik. Kijk persoonlijk. Zélf. Onbevangen. Forensisch aandachtig. Accepterend gelijkmoedig. Zonder hoofd boven je hoofd. Trek de mentale thuisloosheid in. Zie het proces van

verandering dat zich elk moment voltrekt. Kijk met Boeddha-ogen. *Buddha-cakkhu*.

Wie voor dit pad kiest, zal aan een astrante tegendraadsheid een uitstekende eigenschap hebben. Een heilzaam gebrek aan ontzag voor geloof, macht en machthebbers maakt de mens alerter, waakzamer en minder vatbaar voor conditionering. Het is een eigenschap die van jongs af aan moet aangeleerd en—vooral—aangescherpt worden. Het is een kwaliteit die ieder voor zich persoonlijk moet ontwikkelen. Met kordate overtuiging. Met volharding. *Adhitthana*. Van de machthebbers kan je moeilijk verwachten dat ze zelf de middelen aanreiken die hen ontmaskeren.

Laat je niet inkapselen. Niet insluiten. Duik de *Dhamma*-stroom in. En zwem. Tegen de stroom in. Rebels als de historische *Sakyamuni* zelf. Ga voluit. Zonder twijfel.

Wees je eigen meester. *Atta hi attano natho*. Ervaar het vluchtige, het efemere, het vergankelijke karakter van al je zintuiglijke impulsen. Ervaar het onstabiele. Het 'lege'. De 'ruimte tussen twee gedachten'; Het 'ziel'-loze van alle dingen. Beleef intens hoe alles ontstaat en vergaat. Geen ogenblik gelijk blijft. Élk moment transformeert. Van moment-tot-moment muteert. Aanschouw dit eeuwige proces. Zie het repetitieve karakter ervan. En accepteer het. Zoals het is. *Yatha-bhuta*.

Zie de onderlinge afhankelijkheid van de dingen. *Paticca samuppada*. Overdenk hoe het ontstaan van een verschijnsel leidt tot het vergaan van andere verschijnselen. Hoe het vergaan van een ding de voorwaarde vormt voor nieuwe dingen. Ervaar hoe alles één is. Zie de symbiose tussen geboorte en dood. Gelijkmoeidig. Zonder doodsangst. Ontstijg het 'worden' (*P. bhava*). Overstijg wedergeboorte. Niet de dood is het probleem. Geboorte is het probleem. Het bestendige 'worden'. Bevrijding (*P. vimutti*) uit *dukkha* realiseert zich niet door 'worden' (*P. bhava*) maar door 'loslaten' (*P. vossagga*). Door 'uitdoven' (*P. sitibhava*)—de 'koelte' die ontstaat na het doven van de vuren van onwetendheid, verlangen en afkeer.

Aan welke bron kunnen we ons laven om de diepe betekenis van *Dhamma* te ontdekken?

Deze bron is de Pali-canon.

In de Pali-canon, dat het standaardwerk vormt van de Theravada-stroming, zijn méér dan 10.000 *sutta's* vermeld. *Sutta's* zijn voordrachten die de Boeddha hield tijdens zijn publieke leven. Het betreft hier een grote verzameling van grote, middellange en kleine voordrachten die de eerste 5 eeuwen oraal werden overgeleverd (door *banaka's*) om uiteindelijk 32 jaar vóór onze tijdrekening te worden opgetekend in de Pali-taal. De Pali-canon is het oudste geschreven document van de Indische cultuur. (Veda's en Upanishads zijn weliswaar ouder, maar werden pas op een latere datum op schrift gesteld).

Het komt er dus op aan om uit deze massa gegevens te distilleren wat tot de essentie behoort.

Op het eerste zicht lijkt dit een onmogelijke opdracht maar bij nader inzicht is het dit absoluut niet.

In de Pali-canon vinden we een omstandige beschrijving hoe hij zijn inzichten de eerste maal aan de Vijf Gezellen in Sarnath verwoordde.

Nadat de Boeddha ontwaakt was, verbleef hij nog een aantal weken in Bodhgaya, waarna hij zijn oorspronkelijke twijfel overwon om zijn inzichten mee te delen aan hen 'die geen stof op de oogleden hebben'.

Dan begaf hij zich richting Varanasi (Benares). In het Hertenkamp van Sarnath gaf hij dan zijn eerste twee voordrachten/predikingen aan de Vijf Gezellen (P. *panca vaggiya*). Deze twee voordrachten bevatten de kern van de Dhamma. Het zijn resp. de *Dhammacakkappavattana-sutta* en de *Anattalakkhana-Sutta*.

In de eerste voordracht zette hij de Leer uiteen en in de tweede *sutta* ontleedde hij de zelfloosheid van de verschijnselen, i.c. de onstabiliteit van de *khandha's*, de componenten waaruit wij zijn samengesteld.

In deze twee *sutta's* is de Leer gecondenseerd samengevat. Dit is de prediking. De doctrine. De volgende 45 jaar van zijn leven doorkruiste de Boeddha het Noordoosten van India (het zgn. Middenland-Majjhimadesa) om zijn Leer uit te leggen en te verduidelijken. Deze periode is een tijd geweest van explicatie, interpretatie en invulling.

Maar de kern van de Leer (= het Dhamma-oog) zit volledig vervat in de eerste twee voordrachten. Mijn vertaling vanuit het Pali naar het Nederlands , tezamen met annotaties en voetnoten kan je gratis vinden op onze Ehipassiko Academie (www.yatha-bhuta.com)

Wat is de kern van beide sutta's?

A. DE DHAMMACAKKAPPAVANTANA-SUTTA

In de eerste voordracht—de Dhammacakkappavatana-Sutta—zet de Boeddha 'het Wiel van de Dhamma in beweging'. Dit IS de Leer. Wat HIER gezegd wordt is de Leer ZELF. Niets meer, Niets minder! Als er iets méér of anders zou geweest zijn, zou Hij het HIER = op déze plaats zeker gezegd hebben!

Maar mutatis mutandis: wat HIER NIET gezegd wordt is NIET de essentie van Dhamma.

Deze voordracht bevat 5 onderwerpen:

1. de twee uitersten en de Middenweg (P. majjhima patipada):

• *Monniken, een bhikkhu hoort de volgende twee uitersten niet te beoefenen.*

Welke twee ?

Het nastreven van geluk door zintuiglijk genot, wat laag, vulgair, ordinair en onedel is en niet tot welzijn leidt.

Het nastreven van een strict ascetisme, wat pijnlijk en onedel is en niet tot welzijn leidt.

De Verhevene is—door beide uitersten te vermijden—ontwaakt aan de Middenweg, die zien en weten oplevert, en tot innerlijke vrede, direct begrip, ontwaken en Nibbana leidt.

En wat is die Middenweg die zien en weten oplevert, en tot innerlijke vrede, direct begrip, ontwaken en Nibbana leidt?

Het is het Edele Achtvoudige Pad:

zuiver spreken, zuiver handelen, zuiver levensonderhoud, zuivere inspanning, zuivere aandacht, zuivere concentratie, zuiver inzicht, zuivere intentie.

Dit, Monniken, is de Middenweg die zien en weten oplevert, en tot innerlijke vrede, direct begrip, ontwaken en Nibbana leidt. ♪

2. de Vier Edele Waarheden (P. cattari ariya saccani) = de Realiteiten, de essentie, de echtheid van een Edel Mens = het leven van een edel mens is gebouwd op deze essentie.

→ saccani → sacca = 'waarheid' = géén esoterische waarheid; geen dogmatische waarheid. Het is datgene wat 'wáár' is; datgene wat geldt als een natuurwet = wat relevant was in het verleden, in het heden en in de toekomst.

— De Edele waarheid van het lijden (*P. dukkha*)

— De Edele Waarheid van de oorzaak van het lijden (*P. samudaya*)

— De Edele Waarheid van de beëindiging van het lijden (*P. nirodha*)

— De Edele Waarheid van het pad dat leidt naar de beëindiging van het lijden (*P. magga*)

3. de Drie Rotaties en Twaalf Aspecten

Hier zegt de Boeddha dat élk van de Vier Edele Waarheden: moet gekend zijn/ begrepen worden (*P. pariyatti*), moet beoefend worden (*P. patipatti*) en moet gerealiseerd worden (*P. pativedha*).

4. de Persoonlijke wijsheid van de Boeddha

In deze paragraaf verkondigt de Boeddha dat Hij het Hoogste Ontwaken bereikt heeft door het 'zien' van de Vier Edele Waarheden + door het 'kennen/weten' op de manier van *pariyatti*, *patipatti*, *pativedha*, tot Zelfrealisatie gekomen is:

• *Zien en weten verscheen in mij:
mijn bevrijding van geest is onwrikbaar;
dit is de laatste geboorte;
nu is er geen verdere toestand van bestaan.* •

Hij is een *Sammāsambuddha* geworden = een volmaakt en volledig verlichte Boeddha

5. Het Dhamma-Wiel in beweging

De Boeddha zet het Dhamma-Wiel in beweging met deze woorden:

• *Alles wat onderhevig is aan ontstaan, is onderhevig aan vergaan.* •

De enige échte werkelijkheid is vergankelijkheid. Onbestendigheid. Anicca. De Boeddha zegt: observeer het Proces van ontstaan en vergaan van alle dingen. Kijk ernaar. Kijk naar dit Proces. Dit eeuwige proces waaraan alle verschijnselen onderhevig zijn. Observeer deze permanente natuurwet van verandering, van mutatie. Maar waar niets verloren gaat. Enkel wijzigt, permanent wijzigt.

Ik herhaal het, Beste Vrienden: • Alles wat onderhevig is aan ontstaan, is onderhevig aan vergaan. • Dit is het zuivere en onbezoedelde weten van Dhamma.

Belangrijke opmerking: vlak voor zijn sterven, herhaalt de Boeddha deze boodschap. Dit zijn zijn laatste woorden:

• Monniken, ik zeg jullie: Laat enkel de Dhamma en de Discipline (P. Vinaya) die ik jullie geleerd heb, jullie Leraar zijn. Alles wat de mens bezielt, is aan vergankelijkheid onderhevig. Streeft niet aflatend ! •

→ De Boeddha zegt hier dus: beperk je tot wat ik jullie geleerd heb. Je moet er zelf geen interpretaties aan geven. Wat ik geleerd heb, is voldoende.

→ De Boeddha wijst direct naar het essentiële: alles wat de mens bezielt is aan vergankelijkheid onderhevig. Anders gezegd: observeer de vergankelijkheid + realiseer dit proces in jezelf (realiseren = herkennen, erkennen en er één mee worden).

→ Streeft niet aflatend: maak gebruik van alle hulpmiddelen die er zijn om dit te realiseren. De Boeddha zelf stelt ons hiervoor een schitterend instrument ter beschikking: Satipatthana = de Vier Velden van Opmerkzaamheid = de 'Directe Weg' (P. ekayana magga).

B. DE ANATTALAKKHANA-SUTTA

In deze sutta wijst de Boeddha de Vijf Gezellen erop dat de *khandha's* zonder 'zelf' zijn, d.i. géén enkele stabiliteit in zich dragen en veranderen van moment-tot-moment:

• - Monniken, fysieke vorm (lichaam — P. rupa) is zonder zelf.

- Monniken, gevoelens (gewaarwordingen — P. vedana) zijn zonder zelf.

- Monniken, percepties (*P. sanna*) zijn zonder zelf.
- Monniken, reacties/mentale formaties (*P. sankhara's*) zijn zonder zelf.
- Monniken, bewustzijn (*P. vinnana*) is zonder zelf. ♪

De *khandha's* zijn veranderlijk, onbevredigend en zelfloos (= de *tilakkhana*).

→ Alles wat veranderlijk, onbevredigend en zelfloos is moet dan ook beschouwd worden als 'Dit is niet van mij, dit ben ik niet, dit is niet mijn zelf'.

→ Maar niet énkél de mens bezit géén énkéle substantialiteit. Alle verschijnselen, fenomenen, dingen veranderen in élk moment. En van moment tot moment.

In zijn zoektocht naar de verklaring van het menselijk lijden, naar de oorzaak van *dukkha* en naar de beëindiging (*P. dukkha nirodha*) ervan—ontweek de Boeddha elke vraag naar goddelijk bestaan of bovenaardse interventie met een in zichzelf gekeerd stilzwijgen.

Anders verwoord: hij zag dat goden producten zijn van de menselijke verbeeldingskracht. Dat géén énkéle god in de hele menselijke wordingsgeschiedenis ooit de tijd overwonnen heeft. Dat alle goden—conform hun intellectuele scheppers—leeg zijn aan een permanent, separaat zelf. Dat ze verkwijnen en verdwijnen samen met de tijd waarin ze hun hoogtepunt beleven.

Net zoals de mens is géén énkéle god tot eeuwigheid veroordeeld. In het ruime tijdsbestek van elke *kalpa* blijven goden, net als mensen en net als alle andere verschijnselen uiterst efemere en voorbijgaande manifestaties.

Voor de Boeddha zijn het in ieder geval geen verschijnselen om zich mee te identificeren. Geen fenomenen om naar te grijpen, om zich aan vast te klampen of aan te hechten. Ze leiden niet naar bevrijding. Nooit. Ze verdoezelen de werkelijkheid. Ze maskeren de ware aard van de dingen—*yatha-bhuta*. Ze dringen er niet toe door. In elke goed vertelde leugen valt ergens wel een grond van waarheid te ontwaren. Voor de alerte beoefenaar komt het erop neer om deze arglistige grond duidelijk te omschrijven en te neutraliseren. Om deze illusie te onderkennen en te ontmijnen.

Samengevat: de mens bevrijdt zich van *dukkha* wanneer hij de dingen ziet zoals ze wérkelijk zijn (P. *yatha-bhuta*) + wanneer hij dit gelijkmoedig aanvaard' (P. *upekkha*), d.i. er niet van wegstijgt.

Het bovenstaande vormt de kern van *Dhamma*. Dit is bijgevolg het (enige) kader waarin de volgeling zijn ontwaken, i.c. zijn stroombetreding, moet vestigen.



Ik kom even terug op de persoonlijke verantwoordelijkheid (nl. “Jij en jij alleen bent je eigen beschermer”) dat een kernpunt is in de Leer van de Boeddha.

Deze raad van de Boeddha lijkt evident maar is het in de praktijk niet. Vele zgn. volgelingen of beoefenaars hebben dit advies ofwel niet gehoord ofwel slecht begrepen. Wijd en zijd gaan zij wanhopig op zoek naar een leraar — een leraar waar ze trots op kunnen zijn en kunnen opscheppen over zijn verheven inzicht. Sommige beoefenaars bereizen voor deze wanhopige 'zoektocht' de halve wereld.

Aan *guru's* en profeten is er in deze wereld nooit gebrek geweest. Aan persoonlijk inzicht des te meer.

De beoefenaar draagt in zijn/haar zoektocht een verpletterende verantwoordelijkheid. De beoefenaar moet zélf forensisch onderzoeken of datgene wat verkondigd wordt strookt met de natuurwet.

In de *Kalama Sutta* verklaart de Boeddha het volgende:

• *Laat je niet leiden door geruchten,*
*niet door horen zeggen (P. *anussava*),*
*niet door traditie (P. *parampara*),*
*niet door geruchten (P. *itikira*),*
*niet door geschriften (P. *pitaka-sampadana*),*
*niet door gissingen (P. *takka-hetu*),*
*niet door axioma's (P. *naya-hetu*),*
niet door het overwegen van redenen
*(P. *akara-parivitakka*),*
niet door het aanvaarden van een zienswijze
na overpeinzing
*(P. *ditthi-nijjhan-akkhantiya*),*
*niet door waarschijnlijkheid (P. *bhabba-rupataya*), niet door de overweging*

dat "deze monnik mijn leraar is"

(P. samano no garu).

Kalama's, als jullie zélf weten dat:

Deze dingen heilzaam zijn;

deze dingen onberispelijk zijn;

deze dingen geprezen worden door de wijzen; wanneer men deze dingen aanvaardt en uitvoert, dit leidt tot welzijn en geluk":

dan moeten jullie, Kalama's, die dingen ondernemen en ernaar leven. •

Wat de Boeddha in de *Kalama-Sutta* verkondigt is overduidelijk: waarom zou je het woord van iemand anders geloven? Waarom zou je voortgaan op wat je slechts kent door 'van horen zeggen' (*P. anittha*)? Waarom zou je iets aannemen op grond van de maatschappelijke functie die de persoon die het zegt inneemt? En dat principe geldt niet enkel voor de anderen, maar in de eerste plaats voor de Boeddha zelf.

De Boeddha zegt tegen zijn monniken: '*Ehipassiko*' — '*Kom en zie*'. '*Verifieer zélf*', zei hij tot zijn volgelingen, '*of datgene wat ik vertel met waarheid correspondeert*'.

'*Kom en zie*': twee werkwoorden met een duidelijke betekenis.

'**Kom**!': zonder vooroordelen, zonder vooringenomenheid, zonder stigma, zonder partijdigheid, zonder ingesleten clichés, zonder oogkleppen. Het is een hele opdracht, in de betekenis dat er geregeld hard zal moeten gewied worden om de persoonlijke zoektocht naar innerlijke vrede én bevrijding tot een goed einde te brengen. Het is het pad van de '*thuisloosheid*' (*P. anoka*). Het pad van de afzondering (*P. viveka*). Van de *samana*. Het is het pad van de ongebonden, vrijgevochten meester.

Finaal is dit het pad dat leidt naar het 'koel worden' (*P. sitibhuto*), d.i. naar bevrijding (*P. vimutti*); naar innerlijke vrede (*P. santi*) en naar Zelfrealisatie (*P. nibbana*). Dit 'koel worden' staat voor het 'tot rust komen', geen verlangens of verwachtingen meer koesteren, onthechting en inzicht in de vergankelijkheid van alle dingen, volkomen acceptatie van het proces van *anicca*, het tot rust brengen van passie en tevredenheid met het simpele leven, waaraan geen eisen meer gesteld worden.

Vergeet nooit: enkel meesters betreden de stroom. Meester worden is een persoonlijke opdracht. Dat kan niemand voor je doen.

'Zie': niet op de 'gewone' zintuiglijke manier waarbij op elk gevoel, op elke gewaarwording, op elke ervaring een verlangen of afkeer volgt. Een *sankhara* van verlangen of afkeer die om vervulling smeekt, om 'wording', om 'geboorte', om 'wedergeboorte'. *Bhava*.

→ Het is 'zien' op een bijzondere manier. Het is 'ijverig', 'vurig', 'met grote inspanning' zien (*P. atapi*), niet sporadisch, maar op een permanente, systematische, continue wijze.

→ Het is indringend 'zien' (*P. satima*). Het is een 'zien' dat pijn doet. Penetrerend als een pijl.

→ Het is 'zien' met helder begrip en diep inzicht in de vergankelijkheid van alle fenomenen (*P. sampajanna*).

→ Het is 'zien' dat vrij en onthecht is van werelds verlangen en afkeer (*P. vineyya loke abhijjadomanassa*).

Intermezzo:

Dit zijn de vier sleutelwoorden van het refrein van de Mahasatipatthana Sutta: Atapi. Sampajanno. Satima. Vineyya loke abhijjha-domanassa.

Het zijn deze vier hoedanigheden die de dhammanuvatti tot aan de stroom brengen. Vier planken die het vlot vormen die hem naar de Andere Oever voeren. Vier facetten 'die hem helpen om vaardig te navigeren in onbekend gebied dat compleet buiten al zijn eerdere ervaringen ligt'. Vier dimensies die de ariya-puggala finaal zullen onderscheiden van de puthujjana. Vier competenties die de yogi tot zelfrealisatie zullen brengen.

Daarom zegt de Boeddha in de *Mahasatipatthana Sutta*:

'Dit, Monniken, is een (enige/directe/ongeevenaarde) weg die leidt tot zuivering van de wezens; tot het overstijgen van verdriet en zorgen; tot het beëindigen van dukkha en angst; en tot het verkrijgen van de juiste methode voor het realiseren van nibbana, namelijk door het viervoudig vestigen van opmerkzaamheid.'

Dingen zijn niet 'waar' omdat de Boeddha het zegt. Ze zijn 'waar' omdat ze met waarheid overeenstemmen. En ze stemmen slechts overeen met waarheid wanneer ze correleren met de natuurwet: wat in het verleden was, in het heden is en in de toekomst zal zijn.

Waarheid behoeft geen externe autoriteit om zich te (be)vestigen. Waarheid heeft geen nood aan hiërarchie, aan externe legitimaties en bekrachtigingen. Noch aan *lineages*, noch aan transmissies, noch aan tradities.

De Boeddha maakt duidelijk dat de mens het laboratorium van zijn eigen geest moet betreden en zélf het experiment uitvoeren. Door zo te handelen is hij in staat om zélf te oordelen. Ongeacht zijn verleden blijft elke mens persoonlijk verantwoordelijk voor zijn bevrijding.

Niets klinkt overtuigender dan dit.

Zo wordt de *beoefenaar* zijn eigen autoriteit. Zijn eigen meester. Zijn eigen toevlucht. Zijn eigen eiland. Zijn eigen lamp. Zijn eigen tempel. Is hij niet langer van anderen afhankelijk. Realiseert hij zichzelf.

Bevrijd jezelf. Met nadruk op het laatste woord: 'jezelf'. Op jou komt het aan. Begin er vandaag nog aan. NU.

Het NU-moment is het enige waar je tot ontwaken kunt komen.

Blijf niet hangen in wat voorbij is. Hecht je niet aan wat ooit was. Aan vormen uit het verleden. Zo vervreemd je van je ware zelf. Van de stroom. Van de Flow. Van *Dhamma*.

Zo gebruik je immers wat voorbij is, om je ego te schragen. Verstijf je in bokkig eigengelijk. Bevries je in zelfbedrog. In je Grote Gelijk. Stol je in spirituele eenzaamheid. Blijf je in duisternis achter. In een niets ontziende wrok tegen al wat nieuw ontstaat. Zo misgun je jezelf het licht tussen twee gedachten. En ben je niet bezig met waar het écht om gaat.

Ontdaan van liefdevolle vriendelijkheid, mededogen, medevreugde en gelijkmoedigheid ben je een speeltje van je gedachten. Zit je, weliswaar in monnikspij gehuld, spiritueel dood op je matje.

Leef in het heden. Gebruik je meditatie niet als vorm. Maar als middel tot ontwaken. Laat het nieuwe toe. Spontaan. Vloeiend als een stroom. Beleef het NU-moment. Zie hoe élk moment de wereld herboren wordt. In al haar aspecten. Kijk, hoor, ruik, proef, voel en denk als een Boeddha. Vrij.

Ongebonden. Zonder wereldse structuren. Niet gemanipuleerd door wat dan ook. Niet gescleroseerd door *sankhara* 's van onwetendheid, verlangen en afkeer.

Beste Vrienden, mogen jullie allen gelukkig zijn. En vredig.

