

# LINGGÄN

FRTA KNOWLEDGE  
BUSINESS TRAINING & ADVICE

oktober 2024

FRTA KNOWLEDGE webinars & coaching | [www.frta.nl](http://www.frta.nl) | E-mail: [froelfsema@frta.nl](mailto:froelfsema@frta.nl)

## Zelf loos worden en zijn.

Het essentiële verschilpunt tussen het boeddhisme en bijna alle andere filosofische scholen en religies is de presentatie van zelfloosheid.

Het is heel belangrijk om nauwkeurig te begrijpen wat met de term zelfloosheid wordt bedoeld, waar het zelf of ik 'loos' van is.

We zijn in ieder geval niet loos van een zelf of ik, er is wel degelijk een relatief functionerend zelf of ik! Maar dat relatieve, functionerende zelf is loos van een concrete, onafhankelijke, permanente, op zichzelf staande entiteit; en ook loos van een substantieel bestaande, zelfstandige vergankelijke entiteit ik; het zelf is loos van projecties die niet bestaan.

We plakken als het ware iets bovenop het relatieve ik dat bestaat.

Het relatieve ik is louter een benoeming op basis van een benoeming - de veranderlijke fysieke en mentale processen die tot onze eigen continuïteit behoren.

Wanneer we nauwkeurig onderzoeken wat we fout doen, zien we het volgende:

Er is sprake van persoonlijke fysieke en mentale processen - die in het boeddhisme de vijf aggregaten worden genoemd: *lichaam, gevoel, onderscheiding, samenstellende factoren en de 6 soorten primair bewustzijn*. Dat noemen we ik, een relatief bestand ik of persoon. Dat bestaat.

Doorgaans zien we ons ik niet als een benoeming op basis van een aantal fysieke en psychologische processen, we zien ons ik ofwel als een permanent, onafhankelijk, op zichzelf bestaand ik; ofwel als een substantieel bestaand, zelfstandig ik.

Doordat we ons ik als een onafhankelijke, concrete, bijna solide entiteit beschouwen die zelfbeschikking heeft en onafhankelijk is, maken we ons ik concreet, terwijl het dat helemaal niet is. Dat is precies de fout die we maken: we projecteren een heel concreet ik, en daaruit ontstaat een heel concreet idee: *dit is van mij*.

Ook een van de 13 behoeften van de mens gekenmerkt als bezitsdrang.

“All suffering is caused by ignorance. People inflict pain on others in the selfish pursuit of their own happiness or satisfaction”

Dalai Lama

Dalai Lama  
OF SATISFACTION

Daarmee geven we ruim baan aan het opkomen van verstorende emoties, de drie vergiften:

- Gehechtheid aan alles en iedereen die ons valse zelf ondersteunt.
- Afkeer jegens alles en iedereen die dit valse zelf in gevaar brengt.
- Onverschilligheid voor alles en iedereen die ons valse zelf noch ondersteunt, noch in gevaar brengt.

Zo ontstaan gehechtheid, afkeer en kortzichtigheid, en daaruit schadelijk en gebrekking karma dat ons vastbindt in het cyclische bestaan.

### Eternalisme (bestaan)

Eén fout die we maken is dat we - op basis van de vergankelijke aggregaten - de conclusie trekken dat er een onafhankelijk, op zichzelf bestaand ik of persoon zou zijn, we projecteren iets bovenop de vijf aggregaten, namelijk een idee van een concreet, onafhankelijk, vanuit zichzelf bestaand ik dat los staat van de verzameling van vijf aggregaten. We projecteren een ik alsof het permanent en onveranderlijk is.

Zo'n ik bestaat niet.

Op zich is zo'n visie van een permanent, onafhankelijk, deel loos ik niet zo vreemd.

Er zijn heel veel Oosterse en Westerse filosofen die de visie presenteren dat er een permanente kern bestaat die in het Sanskriet atman wordt genoemd, en in het Westen 'ziel', een onafhankelijke entiteit ik, los van de vijf aggregaten, dat op eigen benen staat.

Dat wordt de zienswijze van eternalisme genoemd.

### Nihilisme (niet-bestaan)

Wanneer we het onderzoek naar het ik of persoon niet grondig genoeg uitvoeren, kunnen we gemakkelijk de fout maken dat we te veel verwerpen, en de opvatting bezigen dat er helemaal geen ik of persoon bestaat.

Er zijn talrijke niet-boeddhisten die beweren dat bewustzijn een deel is van het lichaam, en wanneer het lichaam wordt begraven of gecremeerd, houdt ook het ik of de persoon op te bestaan.

Dat wordt de zienswijze van nihilisme genoemd.

De boeddhistische filosofische scholen zijn het erover eens dat een permanent, onafhankelijk, deel loos ik niet bestaat.

Ze poneren dat er een relatie is tussen het relatieve ik en de aggregaten.

Ze verwerpen ook dat het ik een substantieel bestaand, zelfstandig ik is, alsof er een "baasje ik" is dat de 5 aggregaten aanstuurt, alsof er een chauffeur ik is die de touwtjes van de 5 aggregaten in handen heeft.

Ze accepteren wel een relatief functionerend ik dat heilzame en schadelijke activiteiten verricht en daarmee karmische mentale indrukken verzamelt en daar in volgende levens de gevolgen van ervaart.



### De verschillende invalshoeken

Wat is dan dat ik of de persoon die doorgaat naar een volgend leven?

De verschillende boeddhistische filosofische scholen zijn het erover eens dat er relatief ik is dat doorgaat naar een volgend leven en de gevolgen van ervaart van eerder verrichte activiteiten.

De verschillende filosofische scholen verschillen over de vraag wat het relatieve ik of persoon is die doorgaat naar een volgend leven.

- De **Vaibhashika School** stelt dat het ik dat doorgaat naar een volgend leven de voortzetting van de aggregaten is.
- De **Sautrantika School** stelt dat het ik dat doorgaat naar een volgend leven niet de voortzetting is van alle aggregaten, dat alleen het mentale bewustzijn doorgaat naar een volgend leven.
- De **Chittamatin School** stelt dat het mentale bewustzijn niet in zijn geheel doorgaat naar een volgend leven, dat alleen het basis-van-alles-bewustzijn doorgaat naar een volgend leven. Deze School komt met een presentatie van 8 soorten bewustzijn: 5 soorten zintuiglijk bewustzijn, mentaal bewustzijn, verstoord bewustzijn en het basis-van-alles-bewustzijn - die de drager is van karmische indrukken.
- De **Svatantrika-Madhyamika School** stelt ook dat het ik dat doorgaat naar een volgend leven alleen het mentale bewustzijn is.
- De **Prasangika-Madhyamika School** verwerpt al deze filosofische standpunten en stelt dat het ik of persoon, niet gelijk is aan bewustzijn. Zij stellen dat het relatieve ik of persoon louter een benoeming is op basis van de aggregaten. Dit louter ik gaat door naar een volgend leven.

Dit is de Middenweg, het midden tussen eternalisme en nihilisme, tussen bestaan en niet-bestaan.

Door over deze verschillende standpunten na te denken, of na te denken over deze verschillende invalshoeken, krijgen we meer inzicht in wat met het ik wordt bedoeld, wat er met zelfloosheid wordt bedoeld, waar 'het zelf of ik loos van is'

En wie er doorgaat naar volgende levens. Dat brengt ons bij de vraag: zelf loos worden en of zijn?