

Dhamma en het westen: een nieuwe spirituele revolutie?

Stefan De Ferm
2^{de} licentie Vergelijkende Cultuurwetenschappen
20045515

Promotor: Prof. Dr. Rik Pinxten
2007-2008

Inhoudstafel

Inleiding: p4

DEEL 1: p7

1. Boeddhisme en de leer van Boeddha: p7

2. Boeddha's woorden en de praktijk: p11

2.1. Contradictie?: p11

2.1.1. Theravada Boeddhisme en de Pali canon: p12

2.1.2. Vipassana: p13

DEEL2: p16

3. Satipatthāna : p16

3.1. Eerste paragraaf: p17

3.2. Tweede paragraaf : p23

3.3. De vier invalshoeken of bevestigingspunten: p26

3.3.1. Kayanupassana: lichaamsobservatie: p26

3.3.2. Vedananupassana: gevoelsobservatie: p30

3.3.3. Cittanupassana: observatie van geest: p31

3.3.4. Dhammanupassana: observatie van geestelijke inhoud: p32

4. Vipassana en Satipatthāna : p33

4.1. Het doel van Vipassana: p38

4.2. Ethiek: p40

4.3. Conclusie: p43

DEEL 3: p44

5. Boeddha en de wetenschapper: p44

6. Karl Popper : p49

6.1. De methode van inductie: p49

6.2. Positivisme: p51

6.3. 'The Problem of Demarcation': p52

6.4. Eigenschappen van Falsifieerbare stellingen: p54

6.5. Weerleggende stellingen of 'falsificators': p55

6.6. Empirische basis: p58

6.7. Popper en ‘waarheid’: p59

6.8. Conclusie: p61

DEEL 4: p62

7. Boeddha en Poppers wetenschappelijke methode: p62

7.1. Boeddha’s strikt universele stelling: p62

7.2. Falsificators: p64

7.2.1. Het individu als wereld: p64

7.2.2. Een methode van verificatie?: p65

7.2.3. Kritische, open methode: p66

7.2.4. Publieke rede versus individuele ervaring: p68

8. Waarheid en Ethiek: p69

8.1. Boeddha: waarheid EN ethiek: p69

8.2. Popper: wetenschappelijke ‘waarheid’ losstaand van ethiek: p71

9. Publieke en Private sferen: p73

9.1. Geluk: een stille revolutie?: p74

10. Conclusie: p75

Bibliografie: p79

Inleiding

Wat ook de reden zijn mag, het staat vast dat Boeddhisme de laatste decennia meer relevantie verworven heeft in het westen. Ik zal echter niet dieper ingaan op de vraag naar het ‘waarom’ van deze groeiende interesse. In deze thesis zal ik me enkel toeleveren op de volgende onderzoeksvraag: past Boeddha’s leer de methode van de wetenschap toe? Deze vraag is in de eerste plaats relevant vanwege de populaire perceptie van Boeddhisme als complementair met wetenschap, maar ook vanwege het feit dat veel vooraanstaande westerse filosofen en wetenschappers spreken lovende woorden over de methode en de resultaten van Boeddha’s leer. Zo stelt Einstein onomwonden dat de religie van de toekomst een ‘kosmische religie’ zal zijn, en dat het Boeddhisme hieraan het meest beantwoordt.¹ Ook Oppenheimer schreef:

“If we ask, for instance, whether the position of the electron remains the same, we must say 'no;' if we ask whether the electron's position changes with time, we must say 'no;' if we ask whether the electron is at rest, we must say 'no;' if we ask whether it is in motion, we must say 'no.' The Buddha has given such answers when interrogated as to the conditions of man's self after his death; but they are not familiar answers for the tradition of seventeenth and eighteenth-century science.”²

De vooraanstaande filosoof Russel apprecieerde ten eerste de wetenschappelijke methode van het Boeddhisme:

“Buddhism is a combination of both speculative and scientific philosophy. It advocates the scientific method and pursues that to a finality that may be called Rationalistic. In it are to be found answers to such questions of interest as: 'What is mind and matter? Of them, which is of greater importance? Is the universe moving towards a goal? What is man's position? Is there living that is noble?' It takes up where science cannot lead because of the limitations of the latter's instruments. Its conquests are those of the mind.”³

¹ Verhoeven, 2001, <http://online.sfsu.edu/~rone/Buddhism/VerhoevenBuddhismScience.htm>

² Verhoeven, 2001, <http://online.sfsu.edu/~rone/Buddhism/VerhoevenBuddhismScience.htm>

³ Verhoeven, 2001, <http://online.sfsu.edu/~rone/Buddhism/VerhoevenBuddhismScience.htm>

Ook Boeddhistische leraren identificeren Boeddha's leer maar al te graag met wetenschap: hierover heeft de Dalai Lama al een aantal boeken aan gewijd; S.N. Goenka noemt de Boeddha een 'super-scientist of mind and matter'; Anagarika Dharmapala stelde dat de evolutietheorie een van onderwijzingen van Boeddha waren⁴, etc.

Dit discours van wederzijdse appreciatie tussen wetenschappers enerzijds en vooraanstaande Boeddhistische leraars wekte mijn interesse op om deze materie dieper te bestuderen. De thesis zal zich toeleggen op de vraag naar de relatie tussen wetenschap en Boeddha's leer door enerzijds Boeddha's leer uitgebreid aan bod te laten komen, en vervolgens Poppers wetenschapsfilosofie naar voor te brengen. Popper krijgt in deze thesis als het ware de rol van 'ambassadeur van de wetenschappelijke methode'. De onderzoeksvraag wordt dus eigenlijk vernauwd tot de volgende: 'waar situeert Boeddha's methode zich in Poppers wetenschapsfilosofie?' Aangezien Popper staat voor slechts één van de vele scholen in de wetenschapsfilosofie, zal deze thesis nooit tot een finale conclusie over de compatibiliteit tussen Boeddha's leer en wetenschap kunnen komen. 'DE' definitie van wetenschap staat nog steeds grondig ter discussie en daarom benadruk ik dat, wanneer ik in deze thesis over wetenschap spreek, het over 'Poppers wetenschap' gaat. Het doel van de thesis blijft dus eerder bescheiden: een vergelijkende studie tussen Poppers en Boeddha's methodologie met als doel Boeddha's leer te plaatsen in (of naast) Poppers wetenschapsfilosofie.

De thesis is opgedeeld in vier delen. In het eerste deel bespreek ik de problematiek rond de term 'Boeddhisme' en pleit ik voor een meer toepasselijke term. Vervolgens zal ik mijn werkwijze die uit deze beslissing komt, verder verantwoorden. In het tweede deel bespreek ik Boeddha's leer, vooral aan de hand van de *Satipatthāna sutta*. Dit kan nogal overweldigend overkomen voor diegene die weinig weet over Boeddha's leer: veel termen in de oude Pali taal zullen worden gebruikt aangezien de vertaling in veel gevallen tekort schiet (ik geef echter achteraan een bijlage met verklaring van deze Pali termen); en vooral, zal het erop lijken dat ik Boeddha's leer nogal 'dogmatisch' weergeef in de zin dat ik het vanuit een bepaalde school benader. Indien de lezer aanstoot neemt aan het feit dat ik Boeddha's leer vanuit een bepaald kader benader, wil ik hem/haar geruststellen: ten eerste, ik gebruik geen 'verdoken' kader dat stelt dat dit de enige benadering van Boeddha's woorden is; ik ben eerlijk in het weergeven van mijn referentie naar deze school die voor deze invalshoek staat. Ten tweede, Boeddha's leer zal op het einde van deze thesis aan Poppers kritische methode

⁴ Verhoeven, 2001, <http://online.sfsu.edu/~rone/Buddhism/VerhoevenBuddhismScience.htm>

getoetst worden. Daarom raad ik de lezer aan om geduldig door dit deel te gaan in de verwachting dat het kritische gedeelte nog moet komen. Vervolgens link ik *satipatthana* aan een school die deze methode nog steeds beoefend: *Vipassana*. Door zowel de basistekst als de actuele beoefening ervan uit te leggen, hoop ik een evenwichtige invalhoek op Boeddha's leer te hebben gegeven: zowel de theorie (Boeddha's woorden) als de praktijk (de beoefening ervan in de hedendaagse wereld) worden beschreven.

In het derde deel wordt Poppers wetenschapsfilosofie besproken. Eerst ga ik dieper in op de merkwaardige gelijkenissen tussen Boeddha's leer en de kwantumfysica, om dat over te gaan naar het hoofddeel: Karl Popper. Poppers wetenschapsfilosofie zal hier uitvoerig besproken worden, maar ook meer algemene aspecten zoals zijn visie op waarheid, zijn situering van wetenschap tegenover niet-wetenschap zullen aan bod komen.

Uiteindelijk belanden we dan in het vierde en afsluitende deel waar alles naast elkaar zal worden gelegd. De relatie tussen Boeddha's leer en wetenschap zal hierin dieper worden besproken. Welke plaats krijgt Boeddha's leer in Poppers kader? En verder zal ik dieper ingaan op de relatie tussen ethiek en waarheid in Boeddha's leer enerzijds, en in Poppers leer anderzijds. Terwijl het eerste deel als een voorbereiding op het 'grote werk' kan beschouwd worden, zijn het tweede en het derde deel het hoofddeel van de thesis, en het vierde deel het afsluitende deel waarin deel twee en drie op de weegschaal van een vergelijkende studie worden geplaatst.

DEEL 1

1. Boeddhisme en de leer van Boeddha

Ik vang aan met een onderscheid te maken tussen twee termen die, ondanks hun nauwe verbondenheid, van elkaar moeten gescheiden worden om als zodanig misverstanden en onnauwkeurigheden te vermeiden. Het Boeddhisme is de term die gebruikt wordt in de verwijzing naar alle tradities die de leer van Boeddha volgen. Deze term is mijns inziens problematisch en in deze thesis zal ik de term ‘Boeddhisme’ vermeiden en in de plaats daarvan verwijzen naar ‘de leer van Boeddha’ of simpelweg: ‘Dhamma’. Hieronder geef ik mijn argumenten.

‘Boeddhisme’ verwijst naar een leer die beoefend wordt door ‘Boeddhisten’. Het woord impliceert een georganiseerde religie, waarbij een onderscheid gemaakt wordt tussen ‘Boeddhist’ en ‘niet-Boeddhist’. Ik stel dat de verwijzing naar ‘Boeddhisme’ als een afgebakende en op zich staande religie ons eerder hindert dan helpt in het verwerven van inzicht in Boeddha’s leer.

De term suggereert een duaal kader waarin Boeddha’s leer enkel van toepassing kan zijn op Boeddhisten. In deze thesis zal duidelijk worden waarom Boeddha’s leer niet enkel van toepassing kan zijn voor ‘Boeddhisten’. Ik zal aantonen dat zijn leer (hierbij bedoel ik zijn *methode*) merkwaardige gelijkenissen vertoont met de moderne wetenschap. Net zoals de wetenschappelijke methode door alle mensen, ongeacht ras, religie, afkomst etc. kan beoefend worden, kan Boeddha’s methode ook door iedereen beoefend worden, en hetzelfde resultaat bereiken.

Ten tweede: het is een algemeen erkend feit dat Boeddha’s leer niet past in de theïstische definitie van religie.⁵ Ninian Smart en Donald Wiebe, die deze problematiek onderzochten door het Theravada Boeddhisme te bestuderen kwamen tot de volgende conclusie:

“If there is an ultimate in Theravada it is not a God and not a Being. It is true that the Buddha has some analogies to a God, but according to the Theravada’s own doctrine, he is not strictly speaking “there”. Nirvana is like Gertrude Stein’s Oakland: there is

⁵ Wiebe & Smart, 1986, p185

no “there” there. The Buddha is not a persisting individual who could re-enter communication with the world: and the strict Theravadin would not regard the homage being paid as being worship properly so-called. Even if pragmatically the peasant’s homage looks like worship, yet the doctrines of the Theravada do not permit us to say that Buddha is God. It is *anissara*: without the doctrine of a lord, that is it is non-theistic.”⁶

Desondanks wordt Boeddhisme nog steeds algemeen aanzien als een religie, naast de andere religies zoals Christendom, Islam, Jodendom, Hindoeïsme,...

Balagangadhara stelt zich in zijn boek ‘The heathen in his blindness...’ de vraag naar de essentie van religie. Enerzijds stelt hij vast dat auteurs het als een vaststaand feit beschouwen dat religie een universeel gegeven is. Anderzijds worden ze geconfronteerd met ‘religies’ zoals Boeddhisme, Hindoeïsme, de ‘religie’ van de Grieken etc. Het probleem is dat men niets kan vinden dat erop wijst dat van deze tradities religies maakt. Auteurs over religie kunnen geen gemeenschappelijke noemer vinden die bepaalt wat de essentie van religie juist is. Balagangadhara stelt het als volgt:

“...each of these authors is working with some notions of ‘the religious’. They point out the absence of creeds, prophets, scriptures, notion of God, *etc.*, in some traditions in order to say that “properly speaking” they are not religions. ...all their statements have the following characteristic form: ‘some traditions have neither X, nor Y, nor Z, but they are religions *nonetheless*’ ”⁷

Hiermee wordt duidelijk waarom het Boeddhisme, waarover men steeds zegt dat het ‘eigenlijk geen religie is’ omdat het niets essentieel gemeenschappelijk heeft met de semitische religies, maar waarover men toch blijft spreken alsof het een religie is, een problematische term is.

Ten derde is het bijna onmogelijk om voor ‘het Boeddhisme’ te spreken aangezien er veel grote verschillen zijn in de onderlinge tradities, hoewel ze allen claimen dat ze Boeddha’s leer volgen. Het Boeddhisme kan nooit op een eerlijke manier beschreven worden, aangezien de invalshoek van de beschrijver nooit overeen zal komen met de invalshoeken van de enorme

⁶ Wiebe & Smart, 1986, p185

⁷ Balagangadhara, 2005, p20

verscheidenheid van Boeddhistische scholen. Eerlijkheid gebiedt toe te geven dat men Boeddha's woorden interpreteert vanuit een bepaald kader. Zelfs een academische of 'seculiere' studie benadert Boeddha's leer vanuit een bepaald denkkader. Ik stel dat het onmogelijk om over 'het Boeddhisme' te spreken aangezien er geen 'gemeenschappelijk en geünificeerd Boeddhistisch kader' bestaat.

De vierde reden ligt in het feit dat er geen bewijs is dat Boeddha de stichter was van 'het Boeddhisme'. Onderzoek heeft aangetoond dat het woord 'Boeddhist' (in de oude Indische taal *Bauddh(a)*) nergens voorkomt in het totaal van 15000 pagina's van Boeddha's woorden.⁸ Hij noemde zijn volgelingen *dhammattha*.⁹ Dhamma was hetgeen de Boeddha onderwees maar dit mag niet aanzien worden als 'doctrine'. Dhamma kan het best vertaald worden in 'natuurwet'. Men kan het op dezelfde lijn leggen met de uitspraak 'het is de Dhamma van vuur om te branden'. Op dezelfde manier legt Boeddha uit dat, als men onzuiverheden in de geest ontwikkelt, men op dat moment 'brandt' (branden van woede -of hebzucht). Boeddha onderwees Dhamma om mensen te helpen zich te bevrijden van onzuiverheden zoals woede, hebzucht en onwetendheid.¹⁰

In zijn boek 'The British discovery of Buddhism' legt Almond uit hoe het Boeddhisme is 'gecreëerd' door de intellectuele elite van Victoriaans Engeland:

"...I have tried carefully to avoid giving the impression that Buddhism existed prior to the end of the eighteenth century: that it was waiting in the wings, so to say, to be discovered; that it was floating in some aethereal Oriental limbo expecting its objective embodiment. On the contrary, we are witnessing in the period from the later part of the eighteenth century to the beginning of the Victorian period in the latter half of the 1830's is the *creation* of Buddhism. It becomes an object, is constituted as such it takes form as an entity that 'exists' over against the various cultures which can now be perceived as instancing it, manifesting it, in an enormous variety of ways."¹¹

Dit gebeurde volgens Almond in twee fasen:

De eerste fase viel samen met de eerste vier decennia van de 19^{de} eeuw, toen het Boeddhisme nog steeds een object in het Oosten was; in een locatie die geografisch, cultureel en daarom

⁸ Goenka, over het Onderzoek van VRI (Vipassana Research Institute), in 2005, p126

⁹ VRI, 2003, p16

¹⁰ VRI, 2003, p6

¹¹ Almond, 1988, p12

ook imaginair, als de *ander* kon bestempeld worden. ‘Boeddhisme’ was een westerse constructie die reizigers, missionarissen soldaten, handelaars, enzovoort toeliet hetgeen ze in het in het Oosten tegenkwam, te vatten. Boeddhisme was als het ware een ‘taxonomisch object’ dat de omgeving minder ‘anders’, of zelfs ‘buitenaards’ maakte.¹²

De tweede fase viel samen met de eerste vijftientig jaar van de Victoriaanse periode. In deze periode verdween de perceptie van het Boeddhisme als een entiteit van ‘ver weg’ en werd het meer een entiteit die haar locatie in het westen kreeg door de graduele collectie, vertaling, en publicatie van haar teksten. Het Boeddhisme werd met andere woorden een entiteit die niet meer in het Oosten bestond, maar in de Bibliotheken en instituten van het westen, in de teksten en manuscripten, aan de studietafel van westerse geleerden die het interpreterden. Het werd met andere woorden een ‘tekstueel object’ dat gedefinieerd, geclassificeerd en geïnterpreteerd werd door haar eigen teksten.¹³

Het resultaat was dat, tegen het midden van de negentiende eeuw, het Boeddhisme dat eerst ‘ver weg’ was, begon beoordeeld te worden door het westen dat *zelf* zou poneren wat Boeddhisme is, en wat het zou moeten zijn.¹⁴ Deze vorm van Boeddhisme, die losstaat van de beoefening ervan, leidt onvermijdelijk tot verkeerde interpretaties.

Deze opsomming van argumenten tegen het gebruik van de term ‘Boeddhisme’ vragen om een alternatieve term, die een alternatieve inhoud heeft. Ik zal in deze thesis spreken over ‘Dhamma’ of ‘de leer van Boeddha’. Deze termen impliceren het volgende: ten eerste zal ik in de bespreking van Boeddha’s leer, zijn eigen woorden de belangrijkste plaats geven, en ten tweede zal ik zijn woorden, die meer dan vijftientig eeuwen oud zijn, in de hedendaagse tijd plaatsen, door de actuele beoefening van deze woorden te bespreken. Deze termen suggereren met andere woorden een zoektocht naar een zo goed mogelijk evenwicht tussen theorie en praktijk.

¹² Almond, 1988, p12, 13

¹³ Almond, 1988, p13

¹⁴ Almond, 1988, p13

2. Boeddha's woorden en de praktijk

*"A man does not really apply Dhamma in life
just because he speaks about it.
But though someone may have little heard about it,
He sees the Law of Nature by means of his own body,
Then truly he lives according to it,
And can never be forgetful of the Dhamma."*¹⁵

Deze woorden wijzen op het belang van de actuele beoefening van zijn leer, en hoewel het in theorie mogelijk zou zijn om Boeddha's woorden op zichzelf te beoefenen hebben de meeste mensen nood aan een levende traditie die in staat is de beoefenaar te onderwijzen en te steunen. Zowel Boeddha's woorden als de actuele beoefening ervan zullen besproken worden om als dusdanig 'Boeddha's leer' zo accuraat mogelijk weer te geven. De vraag is echter: welke beoefening zal ik weergeven? Het is algemeen geweten dat er een enorme verscheidenheid is aan 'Boeddhistische scholen' die allen claimen Boeddha's leer te beoefenen.

Ik ben zelf een beoefenaar van Boeddha's leer en kan ik er niet omheen dat mijn interpretatie van Boeddha's woorden is beïnvloed door de begeleiding van een welbepaalde school. Mijn interpretatie van Boeddha's woorden zal bijgevolg gebeuren aan de hand van de visie die door deze school is bijgebracht.

2.1. Contradictie?

Wil dit dan zeggen dat ik Boeddha's leer ga benaderen vanuit een van de vele 'Boeddhistische tradities' of meditatiescholen, waarvan de meeste claimen dat ze 'Boeddhist' zijn? Ik lijk mezelf tegen te spreken: enerzijds wil ik me ontdoen van het label 'Boeddhisme', maar anderzijds kan ik er niet omheen dat mijn visie over Boeddha's leer komt uit de invloed die een bepaalde 'Boeddhistische traditie' op mij heeft gehad.

Echter, er is nog een andere factor die erop wijst dat ik een bepaalde traditie volg, namelijk dat ik me zal beroepen op teksten die uit de Theravada traditie komen. Hieronder zal ik deze twee zaken bespreken.

¹⁵ Dhammapada 19.4 (259), in The art of living, 2005

2.1.1. Theravada Boeddhisme en de Pali Canon

Ik zal de Pali teksten, afkomstig uit het Theravada Boeddhisme, gebruiken als primaire referentie naar Boeddha's woorden. Het Theravada Boeddhisme, of 'de school van de ouden (Thera)' wordt ook het 'zuidelijke Boeddhisme' genoemd, aangezien het in Zuid- en Zuidoost Azië beoefend wordt, met name Thailand, Laos, Myanmar, Cambodja en Sri Lanka. Deze school wordt aanzien als de meest authentieke school aangezien hun geschriften de enige compilatie van Boeddha's woorden zijn die intact bleven in de oude Indische taal, Pali genaamd.

Twee eminente westerse schriftgeleerden uit de Theravada traditie stellen het volgende:

“The Theravada Buddhist canon is the only complete collection of Indian Buddhist texts to have survived intact in an Indic language, just as its ecclesiastical guardian, the Theravada school, is the only Indian Buddhist sect to have survived intact.”¹⁶

Deze teksten heeft men samengebracht in de Pali canon, een enorme verzameling van Boeddha's lezingen. Gedurende 45 jaar, vanaf zijn verlichting tot zijn dood op de leeftijd van 80 jaar heeft Boeddha 82000 lezingen gegeven, en zijn leidende volgelingen hadden er 2000 gegeven. Dat geeft een totaal van 84000 lezingen.¹⁷ Deze hele verzameling resulteert in meer dan 40 volumes.¹⁸

Het kan echter wel bediscussieerd worden of de Pali Canon Boeddha's woorden wel authentiek weergeeft. Sommigen twijfelen aan de claim dat deze woorden wel echt Boeddha's woorden waren.¹⁹ Deze woorden werden pas vier eeuwen nadien, in 100 V.C., neergeschreven in Sri Lanka. Men kan dus twijfelen aan de authenticiteit van Boeddha's woorden aangezien er geen bewijs bestaat dat ze vier eeuwen lang vrij van corruptie zijn gebleven. Hoe dan ook wordt het algemeen aangenomen dat Boeddha's woorden het meest authentiek zijn weergegeven in de Pali Canon.

Of het nu echt Boeddha's authentieke woorden zijn of niet, is een vraag die ik eigenlijk terzijde laat liggen. Wat van belang is, is dat algemeen aanvaard wordt dat de Pali teksten de

¹⁶ Nyanaponika & Bodhi, 1999, p1

¹⁷ Goenka, Discourses on Satipatthana Sutta, in

<http://www.vri.dhamma.org/publications/webversion/english/dstp.html>

¹⁸ The Pali Tipitaka Project, in <http://www.vri.dhamma.org/publications/tpmain.html>

¹⁹ Zie bv. Störig, 1974, VOL1, p40

meest authentieke weergave van Boeddha's woorden zijn. De visie op Boeddha die hier zal worden weergegeven is de visie die ons gegeven is door een overlevering van 2500 jaar oud. Of deze nu correspondeert met de historische waarheid laat ik in het midden.

2.1.2. Vipassana

De tweede factor ligt echter meer delicaat: ik zal Boeddha's woorden interpreteren vanuit mijn ervaring; dat wil zeggen, de beoefening van een bepaalde meditatietechniek beïnvloedt mijn visie over Boeddha's woorden. De beoefening van Boeddha's leer wordt in de Theravada traditie 'Vipassana' genoemd. Vipassana is geen school op zich; het is de term die men in Theravada landen gebruikt ter referentie naar de actuele beoefening van Boeddha's woorden. En verder: in deze landen is er een grote verscheidenheid aan Vipassana technieken. Vipassana is een oud Pali woord dat 'Inzicht' betekent. 'Passana' is een Pali term die kan vertaald worden als 'observatie'. Meestal vertaalt men Vipassana dan ook met de term 'inzichtsmeditatie': men komt tot inzicht door de observatie van de waarheid in zichzelf. Het wordt beschreven als de essentie van Boeddha's leer, waarbij men leert de waarheden die hij poneerde in het hier en nu, de actuele realiteit, te ervaren. Boeddha zelf werd verlicht door het beoefenen van deze meditatie, en sinds zijn verlichting was dit het enige dat hij onderwees: hoe tot het inzicht komen dat hij reeds had.²⁰

Een van deze Vipassana scholen die ik naar voor zal brengen, is de Birmese Vipassana school in de lijn van Sayagyi U Ba Khin, onderwezen door zijn leerling S.N. Goenka, die zowel in het oosten, als in het westen veel aanhangers heeft.

Alle Vipassana scholen hebben echter wel met elkaar gemeen dat ze zich beroepen op de Pali-canon en van alle lezingen die de Boeddha gegeven heeft, wordt de *Satipatthāna Sutta* als de meest directe instructie in de beoefening van zijn leer beschouwd. Vandaar dat de Vipassana tradities zich het meest beroepen op deze *Sutta*.

In deze thesis ga ik Vipassana zoals onderwezen door Goenka linken aan Boeddha's woorden, waaronder vooral de *Satipatthāna Sutta*, die het proces van Vipassana in detail beschrijft. Ik ga aantonen dat deze Vipassana methode in de lijn ligt van de *Satipatthāna* om als dusdanig aan te tonen dat Vipassana in lijn ligt met de essentie van Boeddha's leer.

²⁰ Hart, 2005, p6

Echter, er zijn verschillende Vipassana scholen met verschillende interpretaties van de *Satipatthana Sutta*. Pali is een zeer oude, en vooral zeer verfijnde taal. Men heeft bijgevolg dan ook moeite om een accurate vertaling te geven; en bijgevolg ontstaat er onvermijdelijk onenigheid. Verderop zal ik nu en dan deze discussies tussendoor aan bod laten komen. Ik zal echter preferentie geven aan de vertalingen van Vipassana Research Institute (VRI). VRI is een instituut in Goenka's Vipassana-traditie dat tot doel heeft via diepgaand onderzoek in de Pali-teksten, meer exacte vertalingen en interpretaties te bekomen en te verdedigen. Dit instituut heeft vele bijdragen geleverd in Pali onderzoek, waaronder een gigantisch project waarin de gehele Canon, voor de eerste keer in de geschiedenis in het Devanagiri schrift (het schrift van het Hindi, de eerste officiële Indische taal) werd omgezet. Verder heeft men de Pali Canon zowel in Devanagiri, als in andere schriften op het internet geplaatst, waardoor iedereen toegang krijgt tot Boeddha's originele woorden (in het Pali weliswaar).²¹ Aangezien de VRI interpretatie en vertalingen compatibel zijn met mijn beoefening, prefereer ik hun benadering, hoewel ik andere vertalingen niet zal uitsluiten.

Mijn bedoeling ligt er niet in om deze Vipassana traditie op te hemelen en als superieur af te schilderen in vergelijking met alle andere meditatiescholen. Ik bespreek slechts één van de vele meditatiescholen om de volgende redenen: enerzijds zie ik het nut niet in van het introduceren van meer dan één school. Het doel is immers niet om meditatiescholen met elkaar te vergelijken, maar om meer inzicht te verkrijgen in de leer van Boeddha. Het introduceren van een tweede, of derde invalshoek of school, zou de zaken er alleen maar gecompliceerder op maken; onnodige verwarring van concepten en theorieën zouden deze thesis er niet verder op vooruit helpen. Anderzijds, indien we zouden beginnen met het introduceren van een tweede school, zouden we eigenlijk tot in het oneindige kunnen doorgaan met het opsommen van scholen, louter om te voldoen aan de eis van volledigheid. Aangezien dit onmogelijk is zou ik dan mijn toevlucht moeten nemen tot de verzamelterm 'Boeddhisme', een term die mijns inziens niet tot meer helderheid leidt.

In plaats van over 'het Boeddhisme' als een monolithisch geheel te spreken enerzijds, of anderzijds verschillende meditatietradities een voor een te bespreken, kies ik ervoor slechts één traditie te bespreken. Door dit te doen, vermeid ik enerzijds een veralgemenende benadering die de realiteit steeds zal vervormen (door het gebruik van de term 'Boeddhisme'),

²¹ Zie www.vri.dhamma.org/publications/tpmain.html en www.tipitaka.org. Pali is een taal zonder schrift, vandaar dat de taal wordt 'omgezet' in allerlei soorten schrift.

en anderzijds vermeid ik een onnodige complicatie die de zaken alleen maar ingewikkelder zou maken (in het geval van het beschrijven van meerdere methodes).

Mijn bedoeling ligt er in de woorden van Boeddha tot leven te brengen. Het tot leven brengen van Boeddha's woorden is volgens mij onmogelijk door ze louter te citeren. Ze moeten *ingezien* worden door ze hier en nu te beleven; namelijk, er is nood aan een praktische beoefening van deze woorden. Een van de methodes om tot de beleving van Boeddha's woorden te komen, is Vipassana. Het is praktisch gezien onhaalbaar om alle methodes te naar voor te laten komen. Ik laat de vraag naar 'de effectiefste methode' dus volledig terzijde. Ik zal enkel *een* methode bespreken die claimt dat ze inzicht kan verschaffen in de woorden van Boeddha. Deze methode blijft niet beperkt voor een beperkte kliek van 'Boeddhisten'. Boeddha onderwees met slechts één doelstelling: een methode uitleggen die iedereen kan gebruiken, en die iedereen helpt het meest fundamenteel menselijk probleem op te lossen: hoe gelukkig te zijn en hoe miserie te elimineren tot in de wortels.

Aangezien menselijk lijden zich niet beperkt tot Boeddhisten, Christenen, Europeanen of Aziaten, kunnen Boeddha's woorden zich niet tot een bepaald segment van mensen beperken. Aangezien menselijk lijden een universeel gegeven is dat zich niet enkel beperkt tot Boeddhisten, geeft hij een universele boodschap.

DEEL 2

3. Satipatthāna

Wat betekent *Satipatthāna*? Het is een Pali woord dat eigenlijk twee woorden omvat, namelijk *sati* en *patthana*. Vipassana Research Institute (VRI) vertaalt de woorden als volgt:

“*Sati* means ‘awareness’. *Satipatthāna* implies that the meditator has to work diligently and constantly to become firmly established in awareness or mindfulness. Therefore we have used ‘the establishing of awareness’, to convey the sense that one actively strives to maintain continuous awareness of mind and body”²²

Sati betekent dus ‘aandacht’ en *patthana* betekent ‘bevestigen’. Aandacht bevestigen op wat?

Boeddha stelt dat er vier bevestigingspunten van *sati* zijn. Ik laat hierop volgend Boeddha zelf aan het woord:

“This is the one and only way, monks, for the purification of beings, for the overcoming of sorrow and lamentation, for the disappearance of suffering and grief, for walking on the path of truth, for the attainment of *nibbana*: that is to say, the fourfold establishing of awareness.”

“Which four? Here monks, a monk dwells ardent with awareness and constant thorough understanding of impermanence, observing body in body, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter); he dwells ardent with awareness and constant thorough understanding of impermanence, observing sensations in sensations, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter); he dwells ardent with awareness and constant thorough understanding of impermanence, observing mind in mind, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter); he dwells ardent with awareness and constant thorough understanding of impermanence, observing mental contents in mental contents, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter).”²³

²² VRI, 1998, Mahasatipatthana Sutta, p82

²³ VRI, 1998, Mahasatipatthana Sutta, p3

Dit is hoe Boeddha aanvangt met de *Satipatthāna Sutta* en hiermee wordt eigenlijk de kern van zijn leer gegeven. Hetgeen Boeddha vervolgens doet is deze kern verder uitleggen door de details betreffende de observatie van deze vier bevestigingen van *sati* (nl. *kaya* (lichaam), *vedana* (lichaamsgevoel), *citta* (geest) en *dhamma* (geestelijke inhoud)) verder te bespreken. Ik zal nu bovenstaand citaat stuk voor stuk verduidelijken.

3.1. Eerste paragraaf:

“This is the one and only way, monks, for the purification of beings, for the overcoming of sorrow and lamentation, for the disappearance of suffering and grief, for walking on the path of truth, for the attainment of *nibbana*: that is to say, the fourfold establishing of awareness.”

1: “This is the one and only way, monks, for the purification of beings,…”

Hiermee wordt gesteld dat deze *sutta* een bijna exclusieve status krijgt. Ten eerste wil dit zeggen dat hierin de hele methode voor purificatie zal uitgelegd worden. Dit valt samen met het belangrijkste deel van Boeddha's leer. In zijn eigen woorden stelt hij dat de essentie van de leer als volgt samen:

“Not to do any evil, to cultivate good, to purify one's mind, - this is the teaching of the Buddhas”²⁴

De eerste twee bovenstaande factoren vallen onder moraliteit en zullen later besproken worden. ‘Purification of mind’ krijgt momenteel de belangrijkste plaats.

Er ligt hier ook een andere vorm van exclusiviteit: Boeddha stelt dat deze methode de enige methode is die tot volledige purificatie van geest leidt. Hiermee kunnen we al snel een arrogante houding tegenover andere methodes en religies vermoeden. Ik zal dit in het verloop van de thesis aanvechten door te stellen dat Boeddha's leer geen aanspraak maakt op de publieke sfeer en daarbij geen waarheid opringt. Het zal verder duidelijk worden dat Boeddha steeds sprak vanuit *zijn* ervaring: deze ervaring bleef tot hem beperkt en moest niet door anderen als absolute waarheid aanvaard worden.

²⁴ Dhammapada, H14, vers 183 Het is interessant dat ‘Buddha's’ in het meervoud gebruikt wordt. Dit wijst erop dat Boeddha stelt dat hij niet de enige ontdekker van de ‘leer’ is, en dat er meerdere Boeddha's hebben bestaan en zullen komen. Boeddha ontkoppelt hiermee ‘de leer’ van ‘zijn persoon’.

2: “...for the overcoming of sorrow and lamentation, for the disappearance of suffering and grief...”

Hiermee stelt Boeddha dat deze methode leidt tot de eliminatie van alle lijden. Om de diepgang van deze woorden beter te begrijpen, moet men Boeddha's theorie van de Vier Nobele Waarheden kennen. Deze moeten in de realiteit *ervaren* worden. Deze waarheden worden aanzien als het hart van de Boeddha's leer.²⁵

In de *Satipatthāna Sutta* legt Boeddha deze waarheden als volgt uit:

“Here, monks, a monk understands it properly as it is, “*This is suffering*”; he understands it properly as it is, “*This is the arising of suffering*”, he understands it properly as it is, “*This is the cessation of suffering*”, he understands it properly as it is, “*This is the path leading to the cessation of suffering*”.”²⁶

Boeddha doet hierin het volgende: ten eerste stelt hij dat “lijden” een universeel probleem is; ten tweede legt hij uit dat lijden een oorzaak heeft²⁷; ten derde legt hij uit dat er een staat is die vrij is van lijden en ten vierde legt hij uit dat er een weg is om tot die oplossing te komen. Boeddha stelt dus dat de methode van de vier *Satipatthāna* leidt tot de eliminatie van hetgeen hij als het fundamenteel probleem van alle wezens beschouwt (“lijden”).

Wat bedoelt Boeddha met “lijden”?

“And what, monks, is the Noble Truth of Suffering?

Birth is suffering, old age is suffering, (sickness is suffering), death is suffering, sorrow, lamentation, pain, grief and distress are suffering, the association with something one does not like is suffering, the disassociation with something that one does like is suffering, not to get what one desires is suffering; in short, clinging to the five aggregates is suffering.”²⁸

²⁵ Rahula, 2004, p16

²⁶ VRI, 1998, Mahasatpatthana Sutta, p47 (mijn nadruk) Let op de zin: “he *understands* it properly...”. Hiermee wil ik benadrukken dat ‘inzicht’ in waarheid boven ‘aanvaarding’ van waarheid gesteld wordt.

²⁷ De oorzaak, stelt hij, is *tanha* of ‘vasthechting’, ‘vastgrijpen’ aan zaken die vergankelijk zijn. Hiermee is ‘lijden’ veeleer een psychisch fenomeen dan een fysisch fenomeen.

²⁸ VRI, 1998, Mahasatpatthana Sutta, p47

Met andere woorden, ‘lijden’ verwijst naar alle fenomenen waarmee we geconfronteerd worden die leiden tot desillusie. ‘Lijden’ verwijst naar het feit dat we geconfronteerd worden met zaken die nooit volledige satisfactie kunnen geven. ‘Lijden’ wordt door Boeddha voorgesteld als een van de drie basiskenmerken van alle fenomenen. De twee andere kenmerken zijn: vergankelijkheid en niet-zelf (dit wil zeggen: er bestaat nergens een essentie of ‘kern’ aangezien alles in een staat van voortdurende verandering en vergankelijkheid is). Ik zal nu aantonen dat inzicht in vergankelijkheid het begrip ‘lijden’ veel duidelijker maakt. Hechting aan iets dat vergankelijk is, resulteert altijd tot desillusie, of ‘lijden’.

Ik zal dit verduidelijken door het laatste aspect van Boeddha’s opsomming (“*clinging to the five aggregates is suffering*”) grondiger te bespreken. Boeddha stelt samenvattend dat “hechting” (clinging) aan de ‘vijf aggregaten’, lijden impliceert. Wat zijn deze vijf aggregaten?

“And how, monks, is clinging to the five aggregates suffering? It is as follows – clinging to the aggregate of *matter* is suffering, clinging to the aggregate of *sensation* is suffering, clinging to the aggregate of *perception* is suffering, clinging to the aggregate of *reaction* is suffering, clinging to the aggregate of *consciousness* is suffering. This monks, in short, is called suffering because clinging to the five aggregates.”²⁹

De vijf aggregaten zijn dus: materie (lichaam), gevoel, perceptie, reactie en bewustzijn. Allen samen vormen ze hetgeen men ‘een individu’ noemt. Men kan ze ook groeperen in één materieaggregaat en vier geestelijke aggregaten. Boeddha spreekt van aggregaten aangezien deze louter verzamelingen zijn en dus kan materie en geest nog verder onderverdeeld worden.

Boeddha stelt dat hechting aan de vijf aggregaten, of de combinatie van geest en materie, of nog anders gezegd, hechting aan het ‘ik’, lijden is. Dit wijst erop dat lijden niet louter als een fysisch fenomeen moet beschouwd worden. Boeddha legt er de nadruk op dat het ook een psychologisch fenomeen is. Boeddha stelt dat alle aggregaten in essentie onderhevig zijn aan vergankelijkheid, en dus essentieeloos (niet-zelf) zijn en lijden impliceren:

²⁹ VRI, 1998, Mahasatpatthana Sutta,, p53, mijn nadruk

“What do you think, Aggivessana, is material form permanent or impermanent? – Impermanent, Master Gotama.” – “Is what is impermanent suffering or happiness?” – “Suffering, Master Gotama.” – “Is what is impermanent, suffering, and subject to change fit to be regarded thus: ‘This is mine, this I am, this is my self?’” – “No, Master Gotama.”³⁰

En deze formule wordt vier maal herhaald met de opsomming van de andere vier aggregaten (bewustzijn, perceptie, gevoel, reactie). De waarheid van deze stelling is misschien wel te vatten op intellectueel niveau, maar om ze actueel in het hier en nu te ervaren, is een heel diepgaande observatie vereist. Het is geen stelling waarvan de Boeddha eist dat ze blind aanvaard wordt of dat ze louter intellectueel begrepen moet worden; dit is een stelling met een enorme diepgang: elk fenomeen dat zich manifesteert in deze vijf aggregaten moet worden *ervaren* als lijden, vergankelijkheid en niet-zelf. Daarom geeft Boeddha een methode die leidt tot inzicht, of nog beter gezegd: een methode die leidt tot *desillusie* (in de zin van ‘bevrijding van de illusie’ dat er een fenomeen binnen deze ‘vijf aggregaten’ bestaat dat vrij is van verandering, dat er een ‘essentie’ te vinden is in onszelf en dat er ‘geluk’ in een zulk fenomeen kan worden gevonden). Om Boeddha’s stelling te kunnen begrijpen en aanvaarden, is vereist dat men zijn methode nauwgezet toepast.

Ik zal hieropvolgend de vijf aggregaten meer verduidelijken. Het eerste aggregaat valt onder materie en de vier volgende vallen onder geest:

1. Materie:

1.1. *Rupa* (materie of lichaam): Men kan stellen dat dit alles is waaruit het lichaam bestaat; organen, beenderen, huid, haar,... en men kan het nog verder opdelen tot de cellen, en ultiem komt men tot hetgeen Boeddha beschouwt als het allerkleinste materiedeeltje op sub-atomair niveau: *kalapa*. Deze hele verzameling wordt het aggregaat van materie genoemd. In essentie bestaat de lichamelijke structuur louter uit *kalapas* die in continue verandering zijn.³¹ Met andere woorden, het lichaam is in voortdurende verandering en het is zonder enige essentie (niet-zelf). Daarom stelt Boeddha dat elke vorm van hechting leidt tot miserie en lijden. Voldoening zal nooit zuiver zijn, en wanneer de voldoening niet zuiver is, wordt het onder ‘lijden’ gecategoriseerd. Het beste voorbeeld van lijden ten gevolge van hechting aan het lichaam is wanneer men wordt geconfronteerd met het feit dat het lichaam stopt met

³⁰ Nanamoli & Bodhi, Majjhima Nikaya 4 Sutta 35, 2001, p 327

³¹ VRI, 2003, p43-44

functioneren; de dood: bijna iedereen die op het punt staat om te sterven, lijdt. Dit komt omdat men de waarheid van vergankelijkheid niet kan aanvaarden. Men blijft vasthouden aan de wens dat het lichaam eeuwig blijft leven. De innerlijke worsteling met een realiteit die men niet kan aanvaarden brengt lijden met zich mee.

2. Geest:

2.1. *Vinnana* (Bewustzijn): dit is hetgeen Boeddha het ontvangende deel van de geest noemt. Louter ontvangen is een handeling van ongedifferentieerd gewaar zijn wat er op dat moment gebeurt. Het registreert simpelweg wat er gebeurt, het ontvangt louter de data zonder er labels op te plakken.³²

2.2. *Sanna* (Perceptie): dit is het deel dat herkent. Dit deel van de geest identificeert al hetgeen het bewustzijn opmerkt. Het maakt onderscheid, het labelt en categoriseert, en maakt bijgevolg voortdurend evaluatie, positief of negatief.³³ Alle soorten oordelen, opvattingen, ideeën,...vallen hieronder. Onze opvoeding, levenservaringen, conditionering,...allen leiden ze tot het opslagen van ‘beelden’ waarmee we de realiteit percipiëren. *Sanna* zorgt ervoor dat we de realiteit steeds gekleurd zien, en nooit zoals ze is.

2.3. *Vedana* (Lichaamsgewaarwording): dit is het voelende deel van de geest. Gevoel kan de volgende vormen aannemen: aangenaam, onaangenaam of ‘noch aangenaam, noch onaangenaam’ (neutraal).³⁴

2.4. *Sankhara* (Reactie): dit is het deel van de geest dat reageert. Het is het deel dat het meest actief is en men kan het ook beschouwen als ‘wilsactie’. Echter, vaak zijn zulke wilsacties zo subtiel dat we er vaak niet van bewust zijn. Deze wilsacties zijn in de theorie van Vipassana diep verbonden met gevoel of *vedana* (het derde deel van de geest). Aangezien onze zintuigen voortdurend naar buiten gericht zijn, wordt ons bewustzijn van gevoel (dat meer op de ‘binnenwereld’ is gericht) veeleer verwaarloosd. Maar eigenlijk voelen we voortdurend, en ons gebrek aan bewustzijn ervan, leidt tot blinde reacties van verlangen en afkeer. Wanneer we bijvoorbeeld een aangename lichaamsgewaarwording voelen, willen we ze verlengen en zelfs intensifiëren. Wanneer we een onaangename lichaamsgewaarwording ervaren, willen we er zo snel mogelijk vanaf raken. Ofwel reageren we met verlangen naar meer, ofwel reageren we met afkeer, en willen we de situatie stoppen. Beiden (verlangen en afkeer) zijn reactie. Vaak is men zich pas bewust van afkeer en verlangen nadat ze heel grove vormen hebben

³² Hart, 2005, p25-26

³³ Hart, 2005, p26

³⁴ Hart, 2005, p25

aangenomen. Echter, het ontstaan van verlangen en afkeer begint bij de meeste mensen die in onwetendheid betreffende de ‘binnenwereld’ leven, hetgeen in onze terminologie vaak met het ‘onderbewustzijn’ wordt geduid: dit is echter niets meer dan een blinde reactie op een subtiel gevoel.³⁵

Deze vier geestesaggregaten werken onderling heel nauw samen en het is moeilijk om ze in de praktijk van elkaar te scheiden. Het doel van Boeddha’s methode is in te zien dat deze aggregaten in voortdurende verandering zijn: bewustzijn verandert voortdurend ten gevolge van contact met de buitenwereld, opvattingen, meningen en percepties veranderen voortdurend, lichaamsgevoelens komen en gaan, en reacties zijn voortdurend aan verandering onderhevig. Het observeren van de ware aard van deze aggregaten kan vergeleken worden met het observeren van een rivier: de rivier die ik een seconde geleden aanschouwde, is nu een volledig andere rivier geworden. Hetzelfde voorbeeld met een brandende lamp: het lijkt erop dat deze lamp dezelfde blijft, maar eigenlijk moet ze zich voortdurend opnieuw creëren op basis van elektriciteit. Deze stroom van energie verandert voortdurend. Indien men dit in zichzelf aanschouwt, komt men tot onthechting: men identificeert zich niet meer met de aggregaten. Het ego zal bijgevolg langzamerhand oplossen: wat is dit ego indien men ziet dat het louter een stroom van vibraties is die aan voortdurende verandering onderhevig is?

Hechting betekent dat men probeert ‘vast te pakken’. Door de beoefening van *Satipatthana* ziet men dat geen van deze entiteiten ‘vastgepakt’ kunnen worden; dat men, door diepgaande observatie, kan zien dat zelfs het kleinste deeltje in elk van deze aggregaten in voortdurende verandering en vergankelijkheid verkeert. Indien men steeds iets dat ongrijpbaar is probeert vast te pakken, lijdt men. Men is dan in conflict met de realiteit. Wanneer er aan een wens niet voldaan wordt, is men miserabel en is men aan lijden onderhevig. *Satipatthana* is een techniek die ons de vergankelijkheid van de aggregaten doet inzien via het geven van vier verschillende invalshoeken (*satipatthana*).

3: “...for walking on the path of truth, for the attainment of nibbana: that is to say, the fourfold establishing of awareness.”

Hier stelt Boeddha dat de derde nobele waarheid (“the attainment of *nibbana*”, hetgeen betekent dat men een staat ervaart die volledig vrij is van ‘lijden’) en de vierde nobele waarheid (“walking on the path of truth”) samenlopen met de “fourfold establishing of

³⁵ Hart, 2005, p25. Verder zal dieper worden ingegaan op dit ‘gevoel’ en ‘onderbewustzijn’.

awareness” (of de vier *Satipatthāna*). Met andere woorden, de vier *Satipatthāna* zijn de methodes die door hem gegeven worden om lijden op te lossen.

In de bespreking van de tweede paragraaf wordt dieper ingegaan op de vier bevestigingen van *sati* (de vier *satipatthana*). Hiermee zal de methode die leidt tot bevrijding van illusie en lijden worden besproken.

3.2. Tweede paragraaf

“Which four? Here monks, a monk dwells ardent with awareness and constant thorough understanding of impermanence, observing body in body, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter); he dwells ardent with awareness and constant thorough understanding of impermanence, observing sensations in sensations, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter); he dwells ardent with awareness and constant thorough understanding of impermanence, observing mind in mind, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter); he dwells ardent with awareness and constant thorough understanding of impermanence, observing mental contents in mental contents, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter).”

1a: “Which four? Here monks, a monk dwells ardent with awareness and constant thorough understanding of impermanence, ...”

Drie factoren worden hier opgesomd: *atapi* (ardently), *sampajano* (constant thorough understanding of impermanence), en *satima* (awareness). Goenka verklaart deze termen als volgt:

“*Ātāpī* literally means *tapas*, "burning." A meditator who is working very ardently, very diligently, burns off the mental impurities. *Satimā* means "aware." *Sampajāno* means having the quality of *sampajañña*. The awareness must be with *sampajañña*, the *pañña* that feels the arising and passing away...”³⁶

“Ardent”, als vertaling voor *atapi* wijst op “inspanning”: men kan niet verlicht worden zonder enige inspanning. “Awareness” is de vertaling van *satima* (idem *sati*) en dit wijst op

³⁶ Goenka, discourses on the Mahasatipatthanasutta,
<http://www.vri.dhamma.org/publications/webversion/english/dstp.html>

aandacht, leven in het heden. Het heden krijgt alle realiteitswaarde mee: verleden is geen realiteit meer, de toekomst is nog geen realiteit. De enige realiteit die overblijft, is het heden. Continu gewaar zijn van wat er *nu* gebeurt is van essentieel belang indien met inzicht in de realiteit zoals ze zich nu voordoet wil krijgen. “Constant thorough understanding of impermanence” is de vertaling van het omstreden woord *sampajanna*. Rond dit woord is er onenigheid tussen verschillende scholen. Veel scholen vertalen het als een variant van *sati*. Vipassana Research Institute (VRI) stelt echter dat *sampajanna* niet louter een variant van *sati* is en best vertaald kan worden met “constant thorough understanding of impermanence”. Hiervoor haalt men aan dat de Boeddha zelf duidelijk uitlegde dat *sampajanna* het volgende inhoudt:

“What is *sampajanna*? That which is wisdom, understanding, investigation, deep investigation, truth investigation, discernment, discrimination, differentiation, erudition, proficiency, skill, analysis, consideration, close examination, breadth, sagacity, guidance, insight, *thorough understanding of impermanence*,.... right view- this is called *sampajanna*.”³⁷

Boeddha wijst met andere woorden op de factor van *panna* (wijsheid). Het is niets minder dan het zien, of beter het gewaar zijn en het beleven van de fundamentele werkelijkheid van alle fenomenen die zich in het moment voordoen: continue verandering en vergankelijkheid.³⁸

Deze drie factoren worden bevestigd op vier ‘fundamenten’ (de vier *satipatthana*): *Kaya* (lichaam), *vedana* (lichaamsgewaarwording), *citta* (geest) en *dhamma* (geestelijke inhoud). Het zijn invalshoeken die gebruikt worden om tot een ervaring van de vergankelijkheid van de vijf aggregaten te komen.

1b: “...*observing body in body, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter);...*”

Lichaam is het eerste fundament waar *atapi*, *sampajano*, *satima* op kan toegepast worden. Dit staat in fundamenteel contrast met het gewoontepatroon waarbij men ‘lichaam’ voortdurend beoordeelt en waarmee men zich voortdurend identificeert. Het resultaat van deze beoefening is dat “*craving and aversion towards the world (of mind and matter)*” verwijderd en vervangen zijn door energie, aandachtigheid in elk moment en inzicht in vergankelijkheid

³⁷ Dhammasangani in VRI, 2002, p40, ‘*thorough understanding of impermanence*’ mijn nadruk

³⁸ VRI, 1998, Mahasatipatthana Sutta, p85

(*atapi, sampajano, satima*). Met ‘wereld’ bedoelt Boeddha het individu of het ‘ik’: het woord ‘wereld’ is een vertaling van *loke*, dat zich onderscheidt van *loka*.

“*Lokas* are the planes of the universe. Here *loke* means the entire field of mind and matter, all five aggregates which constitute "I": the material aggregate (*rūpa*) and the four mental aggregates of cognising (*viññāna*) recognising (*saññā*) feeling (*vedanā*) and reacting (*sankhāra*).”³⁹

“Observing body in body” (en later zal hetzelfde gedaan worden met de andere *satipatthana*: sensation in sensation, mind in mind, mental contents in mental contents) lijkt op het eerste zicht een vreemde woordenconstructie, maar dit betekent louter dat hiermee benadrukt wordt dat het om een ‘directe ervaring’ gaat en niet louter een denkpatroon, verbeelding, of contemplatie betreffende het object.⁴⁰ Boeddha maakte een onderscheid tussen waarheid die men gehoord heeft, waarheid die men door rationele analyse bekomt en waarheid die men bekomt door de directe, *actuele ervaring*. De eerste noemde hij *suta maya panna*, de tweede noemde hij *cinta maya panna*, en de derde noemde hij *bhavana maya panna*. Geen van de eerste twee vormen van *panna* kunnen leiden tot bevrijding van lijden. Het is enkel de laatste vorm van *panna* die tot bevrijding en geluk leidt.

2a: “...*he dwells ardent with awareness and constant thorough understanding of impermanence, observing sensations in sensations, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter); he dwells ardent with awareness and constant thorough understanding of impermanence, observing mind in mind, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter); he dwells ardent with awareness and constant thorough understanding of impermanence, observing mental contents in mental contents, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter).*”

Hier worden 1a en 1b herhaald, maar dan met de verschillende ‘fundamenten’: gevoel, geest, en geestelijke inhoud.

Samengevat stelt Boeddha dat het toepassen van *atapi* (vurigheid, inspanning), *sampajano* (inzicht in vergankelijkheid, en dus wijsheid) en *satima* (aandacht en leven in het nu) op de “vier punten van bevestiging”, namelijk lichaam, lichaamsgewaarwording, geest en

³⁹ Goenka, Discourses on the Mahasatipatthana Sutta, in <http://www.vri.dhamma.org/publications/webversion/english/dstp.html>

⁴⁰ VRI, 1998, Mahasatipatthana Sutta, p86

geestelijke inhoud, leidt tot onthechting. Deze onthechting komt tot stand door de directe ervaring van vergankelijkheid in lichaam en geest. Een zulke onthechting staat in contrast met het lijden dat hechting aan vergankelijkheid impliceert. Onthechting leidt met andere woorden tot een vrijheid van ‘lijden’.

3.3. De vier invalshoeken of bevestigingspunten

3.3.1. *Kayanupassana*: de invalshoek van lichaam

Voor de observatie van lichaam geeft de Boeddha verschillende objecten, zoals bijvoorbeeld observatie van de ademhaling, de vier houdingen van het lichaam (zitten, staan, liggen en wandelen), contemplatie op de onzuiverheden van het lichaam, contemplatie over de dood... Elk van deze observaties moeten een stadium bereiken waarin men het volgende stadium bereikt:

“Thus he dwells observing body in body internally, or he dwells observing body in body externally, or he dwells observing body in body internally and externally. Thus he dwells observing the phenomenon of arising in the body, thus he dwells observing the phenomenon of passing away in the body, thus he dwells observing the phenomenon of arising and passing away in the body. Now his awareness is established: “This is body!” Thus he develops his awareness to such an extent that there is mere understanding along with mere awareness. In this way he dwells detached, without clinging towards anything in the world (of mind and matter). This is how, monks, a monk dwells observing body in body.”⁴¹

Deze paragraaf wordt in de gehele *sutta* éérentwintig keer herhaald; daarbij de variaties ingerekend, afhankelijk van welke sectie van de vier *satipatthana* wordt behandeld (lichaam, lichaamsgewaarwording, geest of geestelijke inhoud). Hiermee is duidelijk dat Boeddha een speciale nadruk op deze paragraaf legt. In hetgeen nu komt zal ik deze paragraaf verder uitdiepen:

⁴¹ VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p7

1/ “Thus he dwells observing body in body internally, or he dwells observing body in body externally, or he dwells observing body in body internally and externally.”

Hier benadrukt Boeddha dat het gehele lichaam moet ervaren worden. Dat wil zeggen, zowel de binnenkant als de buitenkant. De buitenkant ervaren lijkt mogelijk, maar hoe kan men de binnenkant ervaren?

Boeddha stelt dat er zes zintuigen zijn met elk hun respectievelijk bewustzijn, namelijk ogen (zichtbewustzijn), oren (gehoorbewustzijn), neus (geurbewustzijn), tong (smaakbewustzijn), lichaam (gevoelsbewustzijn) en hart (geestbewustzijn).⁴² De ogen, oren, tong en neus zijn zintuigen die ons slechts in staat stellen de buitenwereld te ervaren; maar niet de binnenwereld. Echter, in de bovenstaande opsomming wordt gesteld dat het ‘lichaamszintuig’ in contact staat met het ‘gevoelsbewustzijn’; of anders gezegd: gevoel is de brug tussen lichaam en geest, die onze geest in staat stelt het *gehele* lichaam te ervaren.⁴³ Het gehele lichaam, zowel de binnenkant als de buitenkant, kan worden ervaren door gevoel.⁴⁴

Dit kan ondersteund worden door Boeddha’s leer van oorzaak en effect (in het Engels de befaamde ‘theory of dependent origination’ of *paticcasamuppada*). Om het eenvoudig te houden, geef ik slechts het relevante deel weer:

“...if the six senses arise, contact occurs;
if contact arises, sensation occurs;...”⁴⁵

Met andere woorden, alle contact die de zes zintuigen in ‘een moment’ maken met de binnenwereld (het geestelijke zintuig dat in contact staat met ons lichaam⁴⁶) en buitenwereld (de vijf andere ‘materiële’ zintuigen die prikkels van buitenaf opvangen), resulteren in een gevoel dat door de geest in het lichaam kan ervaren worden.

⁴² Ledi Sayadaw, 2004, p9

⁴³ Of meer correct gesteld: gevoelsbewustzijn via lichaam. Er moet wel rekening mee gehouden worden dat deze interpretatie afkomstig is van Vipassana Research Institute (VRI), een instituut dat diepgaand onderzoek in de Pali literatuur voert en is opgericht door S.N. Goenka. VRI ondersteunt Goenka’s visie dat Lichaamsgevoel centraal staan in Boeddha’s leer. Dit wordt echter niet zo aanzien door alle Vipassana scholen. Hiermee benadruk ik dat er ook andere visies zijn die niet aan bod komen. Mijn mening echter, is dat Goenka’s benadering zeer goed is onderbouwd (dankzij diepgaand onderzoek van VRI) en dit zal in het verloop van de thesis duidelijker worden.

⁴⁴ VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p88, 89

⁴⁵ *Majjhima Nikaya 38, Maha-tanhasankhaya Sutta*, in Hart, 2005, p49

⁴⁶ De geestelijke inhoud die in contact komt met lichaam zorgt voor een chemische reactie in het lichaam met als gevolg dat de geest een lichaamsgevoel ervaart.

Gevoel, stelt hij, is de sleutel de ervaring van ‘observing the body internally and externally’. In de Dhammasangani, het eerste boek van de Abhidhamma⁴⁷ stelt het volgende over *vedana* (gevoel):

“That which feels the object is *vedana*, its characteristic is to experience, its function is to realise the object...”⁴⁸

Hiermee wordt benadrukt dat gevoel cruciaal is voor ‘ervaring’. Het is echter belangrijk dit ‘gevoel’ meer te duiden. *Vedana* of gevoel wordt door de Boeddha opgedeeld in zes soorten al naargelang het zintuig dat het gevoel creëert.

1. *Cakkhu-samphassaja vedana* -sensation arising out of eye-contact.
2. *Sota-samphassaja vedana* -sensation arising out of ear-contact.
3. *Ghana-samphassaja vedana* -sensation arising out of nose-contact.
4. *Jivha-samphassaja vedana* -sensation arising out of tongue-contact.
5. *Kaya-samphassaja vedana* -sensation arising out of body-contact.
6. *Mano-samphassaja vedana* -sensation arising out of mind-contact.sensation arising out of contact.⁴⁹

Echter, van al deze soorten *vedana* is *vedana* uit lichaamscontact het meest relevant, aangezien de andere vijf *vedana* ook in het lichaam gebaseerd zijn:

“...whether it is *cakkhu-samphassaja vedana* or *sota-samphassaja vedana* or *ghana-samphassaja vedana* or *jivha-samphassaja vedana* or *mano-samphassaja vedana*, they are all based on the body. Even though we only strike a particular point on a gong, the sound resonates throughout the gong; similarly, even though a person experiences *cakkhu-samphassaja vedana* due to contact at the eye door, it will spread and be felt in the whole body. In the same way, *sota-samphassaja vedana*, *ghana-samphassaja vedana*, *jivha-samphassaja vedana*, and *mano-samphassaja vedana*, are all experienced throughout the body, since they all are based on the body (*kaya*),

⁴⁷ Abhidhamma is het derde deel van de Tipitaka, naast de Sutta Pitaka (de lezingen van Boeddha) en Vinaya Pitaka (betreffende de regels van de monniken). In Abhidhamma maakt Boeddha gebruik van ‘absolute termen’ in de zin dat hij niet over ‘individu’ spreekt, maar over ‘vijf aggregaten’ etc. Deze absolute termen verwijzen steeds naar de absolute realiteit van verandering en substantieloosheid.

⁴⁸ Abhidhamma Sangata, in VRI, 2002, ‘The importance of *vedana* and *sampajanna*’, p21

⁴⁹ VRI, 2002, p51

including the last one, for which the base is the *hadaya vatthu* (mind base), a part of the body.⁵⁰

Daarom zal ik niet meer het ambigue word ‘gevoel’ gebruiken en in de plaats daarvan gebruik ik de term ‘lichaamsgevoel’. Hiermee ontdoe ik ‘gevoel’ van alle ‘mystieke’ elementen. Samengevat is lichaamsgevoel louter het instrument dat ons in staat stelt het lichaam zowel van binnen als van buiten te ervaren. Het is echter een stapsgewijs proces: elkeen die dit beoefend zal in de eerste fase het lichaam enkel van buitenaf voelen (*he dwells observing body in body externally*), in het tweede stadium van binnenuit (*thus he dwells observing body in body internally*) en in het derde stadium zowel van binnen als van buiten (*he dwells observing body in body internally and externally*). Met andere woorden, Boeddha bespreekt in dit deel ‘fases’ van inzicht waar elk mediteerder die zijn methode toepast, doorgaat.

2/ “*Thus he dwells observing the phenomenon of arising in the body, thus he dwells observing the phenomenon of passing away in the body, thus he dwells observing the phenomenon of arising and passing away in the body.*”

Dit inzicht komt, net zoals boven, in stadia die elke beoefenaar moet ervaren. De eerste fase bespreekt Boeddha als ‘the phenomenon of arising’, de tweede fase ‘the phenomenon of passing away’ en de derde fase als ‘the phenomenon of arising and passing away’. Dit laatste stadium is cruciaal. Boeddha stelt dat elke beoefenaar door dit stadium moet gaan, ongeacht welke sectie van de vier *satipatthana* men heeft gekozen om mee te beginnen. In elke herhaling focust deze paragraaf op het essentiële feit dat, of men nu lichaam, lichaamsgevoel, geest of geestelijke inhoud observeert, men de fundamentele eigenschap van ontstaan en vergaan van alle fenomenen die daar binnen vallen moet inzien. Men moet inzien dat deze tot in de kleinste deeltjes geen essentie bevatten die blijvend is en waaraan men zich kan vasthechten. Dit inzicht in vergankelijkheid leidt tot totale onthechting van geest en lichaam en leidt uiteindelijk tot *nibbana* (bevrijding).⁵¹

3/ “*This is body!*”

⁵⁰ VRI, 2002, p51

⁵¹ VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p88

In dit stadium realiseert men: ‘dit is louter lichaam’. Men ziet de ware aard van het gehele lichaam, zowel van binnen als van buiten. Doordat men het ziet als een fenomeen dat ontstaat en vergaat op een enorm snelle frequentie, realiseert men zich dat men het niet kan ‘vastpakken’. Het is louter een ‘flow’, en het is een illusie om het te categoriseren als ‘mannelijk’, ‘vrouwelijk’, ‘mooi’, ‘lelijk’,... Men kan zich er niet meer mee identificeren.⁵² Dit zinnetje wijst op onthechting van lichaam.

4/“*Thus he develops his awareness to such an extent that there is mere understanding along with mere awareness.*”

In dit stadium is de geest geabsorbeerd in ‘louter inzicht in vergankelijkheid’ en ‘loutere aandacht’. Het woordje ‘louter’ heeft een belangrijke connotatie: het benadrukt dat er geen ‘aandachtig individu’ meer is; er is alleen nog maar ‘louter’. Dit wordt *panna* (wijsheid) genoemd.⁵³

“*In this way he dwells detached, without clinging towards anything in the world (of mind and matter). This is how, monks, a monk dwells observing body in body.*”

Met een zulke geestestoestand is er geen hechting meer aan geest en materie; met andere woorden, men is onthecht.⁵⁴

3.3.2. Vedananupassana of gevoelsobservatie

Sati betreffende *vedana* of gevoel wordt beoefend door het observeren van alle soorten gevoelens. Gevoel wordt zoals boven reeds aangegeven opgedeeld in zes types, die allen echter samenkomen in het lichaamsgevoel; zowel van binnen als van buiten. Er moet dus niets ‘speciaals’ achter gezocht worden. In essentie kan gevoel drie vormen aannemen: aangenaam, onaangenaam, en neutraal gevoel. Boeddha stelt dat dit gevoel ongehecht geobserveerd moet worden. Identificatie met zulk gevoel komt door illusie dat dit gevoel een vaststaand en statisch gegeven is dat de observeerder ‘toebehoort’. Door het zien van het ontstaan en

⁵² VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p89

⁵³ VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p89

⁵⁴ VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p89

vergaan van dit gevoel groeit inzicht in vergankelijkheid en dus groeit wijsheid, met onthechting als gevolg.⁵⁵ Dezelfde stadia als in *kayanupassana* worden nu besproken:

“Thus he dwells observing sensations in sensations internally, or he dwells observing sensations in sensations externally, or he dwells observing sensations in sensations internally and externally. Thus he dwells observing the phenomenon of arising in sensations, thus he dwells observing the phenomenon of passing away in sensations, thus he dwells observing the phenomenon of arising and passing away in sensations. Now his awareness is established: “This is sensation!” Thus he develops his awareness to such an extent that there is mere understanding along with mere awareness. In this way he dwells detached, without clinging towards anything in the world (of mind and matter). This is how, monks, a monk dwells observing sensations in sensations.”⁵⁶

3.3.3. Cittanupassana of observatie van geest

Observatie van de geest houdt in dat men zich gewaar is van de huidige geestestoestand en deze observeert met inzicht (of wijsheid). Verschillende geestestoestanden worden opgesomd: een geest met of zonder verlangen, een geest met of zonder afkeer, een geest met of zonder illusies, een geest die al dan niet gehinderd wordt⁵⁷, een grote of kleine geest⁵⁸, een perfecte⁵⁹ of niet perfecte geest, een geconcentreerde of niet geconcentreerde geest, een bevrijdde of niet bevrijdde geest. Uiteindelijk ziet men dat al deze soorten geest niet statisch zijn, dat ze voortdurend ontstaan en vergaan en dus niet kunnen worden vastgegrepen:⁶⁰

“Thus he dwells observing mind in mind internally, or he dwells observing mind in mind externally, or he dwells observing mind in mind internally and externally. Thus he dwells observing the phenomenon of arising in the mind, thus he dwells observing the phenomenon of passing away in the mind, thus he dwells observing the phenomenon of arising and passing away in the mind. Now his awareness is established: “This is mind!” Thus he develops his awareness to such an extent that

⁵⁵ VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p25-27

⁵⁶ VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p25

⁵⁷ Vooraleer een geest absorbeert in diepe concentratie moeten de vijf hindernissen (verlangen, afkeer, twijfel, rusteloosheid en luiheid) overwonnen worden. (VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p91)

⁵⁸ Door het beoefenen van intensieve concentratie kan de geest ‘uitbreiden’. (VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p91)

⁵⁹ Niets kan deze geest overtreffen (VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p91)

⁶⁰ VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p27-29

there is mere understanding along with mere awareness. In this way he dwells detached, without clinging towards anything in the world (of mind and matter). This is how, monks, a monk dwells observing mind in mind.”⁶¹

3.3.4. Dhammanupassana of observatie van geestelijke inhoud

Observatie van geestelijke inhoud houdt in dat men de fenomenen die ontstaan en vergaan in de geest observeert met inzicht in de voortdurende verandering en vergankelijkheid van deze fenomenen. Door het observeren van de geestelijke inhouden die bestaan uit de vijf hindernissen die de realiteit afdekken (verlangen, woede, luiheid, twijfel en rusteloosheid), de vijf aggregaten, de zes zintuigen met hun objecten, de factoren van verlichting (*sati*, doordringing van illusie, inspanning, extase, concentratie, *samadhi* (een diepe staat van concentratie die ‘absorptie’ in een object inhoudt) en gelijkmoedigheid (een staat van noch afkeer, noch verlangen), en uiteindelijk inzicht in de vier nobele waarheden, ontwikkelt men inzicht in vergankelijkheid.⁶²

“Thus he dwells observing mental contents in mental contents internally, or he dwells observing mental contents in mental contents externally, or he dwells observing mental contents in mental contents internally and externally. Thus he dwells observing the phenomenon of arising in the mental contents, thus he dwells observing the phenomenon of passing away in the mental contents, thus he dwells observing the phenomenon of arising and passing away in the mental contents. Now his awareness is established: “These are mental contents!” Thus he develops his awareness to such an extent that there is mere understanding along with mere awareness. In this way he dwells detached, without clinging towards anything in the world (of mind and matter). This is how, monks, a monk dwells observing mental contents in mental contents.”⁶³

Vooraleer we overgaan naar de bespreking van Vipassana aan de hand van de *Satipatthāna Sutta* wil ik het volgende verduidelijken:

⁶¹ VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p29

⁶² VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p31-77

⁶³ VRI, 1998, Mahasatipatthanasutta, p77

In mijn interpretatie van de vier *satipatthana* volg ik de lijn van Vipassana Research Institute (VRI), waar men meer aandacht schenkt aan *Kayanupassana* (lichaamsobservatie) en *Vedananupassana* (gevoelsobservatie). Hiermee wordt het ook duidelijk waarom ik in de bovenstaande bespreking nogal kort ben gebleven bij observatie van de twee laatste *satipatthana* namelijk geest en geestelijke inhoud. De reden waarom VRI meer aandacht schenkt aan de twee eerste invalshoeken is de volgende:

1. Volgens VRI kan de realiteit van lichaam misschien wel worden nagegaan door verbeelding en contemplatie, maar om het lichaam *direct* te ervaren moet men met *vedana* (gevoel) werken. *Vedananupassana* en *kayanupassana* vormen dus een onafscheidelijk paar.
2. Hetzelfde geldt voor de directe ervaring van de geest: net zoals lichaam en gevoel niet los van elkaar kunnen staan, kunnen geest en geestelijke inhoud niet los van elkaar ervaren worden. Geest kan enkel direct geobserveerd worden via haar inhoud.
3. Aangezien geest en materie zo nauw met elkaar verbonden zijn, manifesteert de geestesinhoud zich altijd als een gevoel in het lichaam. Om deze reden zei de Boeddha:

”*Vedanasamosarana sabbe dhamma*”

”Whatever arises in the mind is accompanied by sensations.”⁶⁴

Met deze bemerking zijn we klaar om over te gaan tot de bespreking van Vipassana.

4. Vipassana en Satipatthāna

Waar kan Vipassana zoals aangeleerd door Goenka geplaatst worden in *Satipatthāna*? Goenka stelt het onomwonden als volgt:

“*Satipatthāna* is Vipassana. Vipassana is *Satipatthāna*.”⁶⁵

Zoals besproken bestaat *satipatthana* uit vier delen: lichaamsobservatie, gevoelsobservatie, observatie van geest en observatie van geestelijke inhoud. In het Pali noemt Boeddha dit

⁶⁴ VRI, 2002, p37

⁶⁵ Goenka, Discourses on the Mahasatipatthana Sutta, in
<http://www.vri.dhamma.org/publications/webversion/english/dstp.html>

respectievelijk *Kayanupassana*, *Vedananupassana*, *Cittanupassana* en *Dhammanupassana*. Let op het woord ‘*passana*’ dat ‘observatie’ betekent en dat heel hard in de buurt van *Vipassana* komt. *Vipassana* betekent louter de observatie van de vier *satipatthana* tezamen, namelijk *kaya*, *vedana*, *citta* en *dhmma*.

Goenka stelt dus dat er geen onderscheid is tussen *Vipassana* en *Satipatthāna*. Ik ga bijgevolg *Vipassana* in de praktijk uitleggen om de gelijkheid meer te duiden.

Vipassana zoals onderwezen door Goenka wordt aangeleerd in tiendaagse cursussen. De eerste drie dagen worden gewijd aan het ontwikkelen van concentratie door de aandacht te vestigen op de ademhaling (dit valt onder de sectie *Kayanupassana*). Deze techniek is er vooral gericht om de concentratie te versterken, wat meer onder *samatha*, dan onder *Vipassana* valt. Het verschil tussen *samatha* en *Vipassana* ligt in het feit dat *samatha* zich focust op één punt met het doel van de ontwikkeling van concentratie, en niet, zoals met *Vipassana*, erop gericht is de gehele realiteit te ervaren via de observatie van alles wat zich binnen lichaam en geest afspeelt. Met andere woorden, Boeddha geeft eigenlijk twee soorten meditatie: de eerste is *samatha* of concentratiemeditatie, en de andere is *vipassana* of inzichtsmeditatie. Echter, geen van beiden staan in Boeddha's leer op zichzelf en ze worden steeds samen gebruikt, zij het dat de verhoudingen kunnen verschillen tussen de verschillende scholen. Sommige scholen beoefenen *samatha* veel intensiever dan Goenka's school, maar uiteindelijk belanden ze op hetzelfde punt, namelijk de observatie van het geheel van lichaam en geest, of anders gezegd, *Vipassana*.

Vipassana zoals onderwezen door Goenka vertrekt vanuit *Kayanupassana* (de aandachtsvestiging op ademhaling, waar *samatha* het overwicht heeft), om daarna over te schakelen naar *Vedananupassana*, of de observatie van *vedana* of gevoel (de tweede invalshoek van *satipatthana*, waar *Vipassana* het overwicht heeft). Hierbij zijn de drie factoren die de Boeddha besprak (*atapi* (inzet); *sampajjano* (ervaring van vergankelijkheid); en *satima*, (voortdurende aandacht in het nu)) van cruciaal belang. Zoals boven reeds vermeld, gaf Boeddha aan *vedana* (gevoel) een cruciale plaats in zijn leer: het is namelijk het instrument om tot *directe* ervaring te komen van de werkelijkheid in het gehele lichaam, meer bepaald, het leidt tot directe ervaring van vergankelijkheid.

Vipassana is louter de observatie van de fenomenen zoals ze zich *nu* voordoen. Men scant het lichaam voortdurend van top tot teen, daarbij steeds de lichaamsgevoelens observerend, gelijkmoedig blijvend voor alle soorten gevoel. Gelijkmoedigheid groeit naarmate

sampajanna groeit. Dit wil zeggen: groeiende ervaring van vergankelijkheid van lichaamsgevoel leidt tot onthechting. Onthechting betekent dat men zich niet meer identificeert met gevoel, of het nu aangenaam, onaangenaam of neutraal is. In plaats van te reageren op deze drie soorten gevoel met verlangen of afkeer ziet men in dat het ontstaan en vergaan van dit gevoel een oncontroleerbaar proces is.⁶⁶ En een geestelijke staat die vrij is van verlangen en vrij is van afkeer, wordt ‘gelijkmoedigheid’ genoemd. *Sampajanna* en gelijkmoedigheid zijn de twee zijden van dezelfde munt.

De ingesteldheid van een Vipassana beoefenaar kan goed vergeleken worden met de houding van een chemicus die in zijn laboratorium zijn vloeistof ziet verdampen. Hij wordt niet wanhopig; hij kent de natuurwet van oorzaak en gevolg; namelijk dat vloeistof op een bepaalde temperatuur verandert in damp. Als de damp weer condenseert ten gevolge van de daling in de temperatuur, begint hij niet met een vreugdedansje. Hij kent de natuurwet dat deze zaken veranderen.

Wanneer bij de beoefenaar van Vipassana een onaangenaam lichaamsgevoel opkomt, reageert deze niet met afkeer, want hij/zij kent de natuurwet van vergankelijkheid. Men weet dat dit gevoel door bepaalde oorzaken is veranderd van aangenaam naar onaangenaam gevoel en men weet dat dit niet blijvend is. Het ervaren van die vergankelijkheid is *sampajanna* en uit deze ervaring komt gelijkmoedigheid. Wanneer het aangenaam gevoel de bovenhand krijgt, ontsteekt men niet in vreugde en begint men niet naar meer te verlangen; men kent de natuurwet van verandering en men weet dat het dwaasheid is om iets te willen wat niet is.

Vipassana zoals door Goenka onderwezen is louter dit: het is het voortdurend observeren van de drie soorten lichaamsgevoel zonder verlangen of afkeer, steeds gewaar zijnd van de vergankelijkheid van dit gevoel, met de daarbij horende gelijkmoedigheid.

Het observeren van dit lichaamsgevoel brengt de student tot het stadium dat Boeddha in de *Satipatthāna sutta* uitlegt als “*Thus he dwells observing the phenomenon of arising in sensations, thus he dwells observing the phenomenon of passing away in sensations, thus he dwells observing the phenomenon of arising and passing away in sensations.*”

Men ervaart het ontstaan van gevoel, en men ziet het langzaam vergaan. Maar naarmate men dieper in het gevoel doordringt, ervaart men de diepere natuur van ‘gevoel’: men ervaart dat

⁶⁶ Dhar, 2007, p26-32

‘dit gevoel’ op een zeer snelle manier ontstaat en vergaat. Men ervaart ‘een stroom’ die zichzelf steeds opnieuw herschept.

Het observeren van gevoel leidt, bij het dieper doordringen van de realiteit, tot inzicht dat niet alleen gevoel ontstaat en vergaat, maar dat dit gevoel tot stand komt door het contact van de geest met het lichaam. Men ervaart dus tevens dat ‘lichaam’ heel snel ontstaat en vergaat. Aangezien geest ook het lichaam beïnvloedt, observeert men via de gewaarwordingen in het lichaam ook indirect de geest en de geestelijke inhoud.⁶⁷ Dit kan aan de hand van een eenvoudige illustratie worden aangetoond: indien woede in de geest opkomt, voelt men meteen een brandend gevoel in het lichaam. En zoals reeds gezegd stelde Boeddha dat al hetgeen in de geest ontstaat, een of ander gevoel in het lichaam teweegbrengt.⁶⁸

Gevoel wordt door de Boeddha bij de vier geestesaggregaten gevoegd. Lichaam kan niet door lichaam ervaren worden. Gevoel is hetgeen gebruikt wordt om lichaam te ervaren. Hetzelfde geldt voor geest en haar inhoud: hoe bijvoorbeeld ‘woede’ observeren? Het is aartsmoeilijk om ‘woede’ als dusdanig te observeren. Indien men het probeert, eindigt men meestal slechts met de objecten van die woede, maar niet met de woede zelf. Maar omdat de geestestoestand invloed heeft op de chemische processen van het lichaam, kan men die chemische reactie voelen, en daarbij observeert men indirect de geest en haar inhoud. Vandaar dat de Boeddha zei:

“Meditators, there are three types of bodily sensations. What are the three? Pleasant sensations, unpleasant sensations, and neutral sensations. Having completely understood these three sensations, meditators, the four-fold *satipatthana* should be practiced.”⁶⁹

Het observeren en ervaren van lichaamsgevoel, leidt tevens tot inzicht in de vergankelijkheid van de andere drie *satipatthana*; namelijk lichaam, geest en geestelijke inhoud.

Wat men dus in essentie doet is het volgende: gelijkmoedige observatie van alle fenomenen in ‘de wereld’, namelijk de wereld van het individu, gecreëerd door de zes zintuigen. De beoefening vereist aanvankelijk dat men gaat zitten op een rustige plek, en dat men de ogen sluit om als zodanig afleidingen van oog-zintuig, gehoor-zintuig, smaak-zintuig, neus-zintuig

⁶⁷ VRI, The importance of Vedana and Sampajanna, 2002, p37

⁶⁸ Anguttara Nikaya, 3.8.83 (in VRI, The importance of Vedana and Sampajanna, 2002, p37) (‘whatever arises in the mind is accompanied by sensations.’)

⁶⁹ VRI, The importance of Vedana and Sampajanna, 2002, p39

te beperken. Hiermee is men meer in staat aandacht te schenken aan ‘lichaam-zintuig’ (of het zenuwstelsel waarmee men in staat is te voelen) dat in nauw contact staat met ‘geest-zintuig’ (waarmee men eigenlijk het lichaam of zenuwstelsel actueel voelt).

‘Meditatie’ wordt meestal verbonden met ‘zitten met gesloten ogen’, op een ‘rustige’ plek. Hoewel dit vaak zo is, moet men dit louter zien als een praktische hulp om zich beter te kunnen concentreren op al hetgeen zich in ‘de wereld’ (van het individu) afspeelt. Het is louter een hulpmiddel om deze ‘wereld’ te verkleinen en meer controleerbaar maken. Maar in essentie blijft Vipassana een volledige observatie van deze ‘wereld’. (Immers, de andere zintuigen zijn nog steeds aanwezig, ze zijn slechts minder actief ten gevolge van een ‘praktische’ ingreep.) Vipassana is een volledige en open confrontatie met de wereld van de zes zintuigen, door dieper in te gaan op lichaamsgevoelens, aangezien alle stimuli door contact met de zintuigen leiden tot een lichaamsgevoeling. Vipassana is een techniek die zich op het geheel toespitst, en niet op een deel van het geheel. Uiteindelijk komt een ervaren Vipassana-beoefenaar tot het punt waarin hij overal ‘het geheel’ kan observeren. En dit is exact hetgeen de Boeddha ons wil doen observeren:

“Bhikku’s I will teach you the all. Listen to that...”

“And what, Bhikku’s, is the all? The eye and forms, ear and sounds, nose and odours, the tongue and tastes, the body and tactile objects, the mind and mental phenomena. This is called the all.”⁷⁰

Alles wat er op een bepaald punt in tijd en ruimte gebeurt, dit wil zeggen, alles wat de zes zintuigen in ‘een moment’ binnenbrengen, observeert de beoefenaar met diep inzicht in vergankelijkheid (*sampajanna*). Meer precies: indien een ervaren beoefenaar een object ziet, zal hij zich snel gewaar zijn van het bijkomende lichaamsgevoel dat tot stand komt ten gevolge van contact tussen oog-zintuig en visuele vorm en kleur. Zo brengt elke vorm, kleur, geur, smaak, geluid, en gedachte een bepaalde vibratie in gang die men in het lichaam kan voelen. Deze lichaamsgevoeling is voor een ervaren beoefenaar slechts een vibratie; en met andere woorden, vergankelijk. In essentie splitste Boeddha *vedana* (gevoel) op in zes delen maar is het gevoel op basis van lichaam het meest belangrijk aangezien de andere vijf zintuigen en hun respectievelijk gevoel zich ook in het lichaam bevinden (zoals reeds boven

⁷⁰ Bodhi, Samyutta Nikaya, 2000, p1140

aangegeven). Bijgevolg is men gelijkmoedig tegenover alle fenomenen die zich in ‘de wereld’ voordoen. Men ervaart ze in het licht van de absolute waarheid dat ze vergankelijk zijn.

4.1. Het doel van Vipassana

Wanneer men Vipassana beoefent, ervaart men al snel dat lichaamsgevoel in contact staat met de geest. Men ervaart dat, indien men een onaangenaam gevoel ervaart (zoals pijn van lang zitten), de geest met afkeer reageert.

Ik zal het duidelijker maken aan de hand van de vier aggregaten van de geest: stel dat ik iemand zie die me in het verleden gekwetst heeft. Het eerste deel van de geest, *vinnana* of bewustzijn, dat als taak heeft louter data te ontvangen, neemt louter de vorm van die persoon waar. Het tweede deel van de geest, *sanna* of het herkenkend en oordelend deel van de geest dat ervoor zorgt dat we de realiteit steeds een bepaalde ‘kleur’ geven, zal het waarnemen van deze persoon linken aan het negatieve beeld van deze persoon dat men in het geheugen heeft bewaard, en er een negatief oordeel over geven. Het derde deel van de geest, *vedana* of gevoel, zal zich door de herkenning en het bijhorend negatief oordeel in een onaangenaam gevoel manifesteren. Het vierde deel van de geest, *sankhara* of reactie, zal reageren op dat onaangenaam gevoel, hoogstwaarschijnlijk met afkeer.

De eerste drie delen van de geest zijn voornamelijk passief: bewustzijn registreert enkel, perceptie herkent de data, en gevoel is louter gevoel, of het nu aangenaam of onaangenaam is. Echter, in het vierde deel gebeurt er iets waar we vat op hebben: we reageren. Er is een reactie omdat we de ware aard van de fenomenen niet zien: deze persoon zou na al die tijd dat ik hem niet heb gezien misschien wel een heilige geworden zijn! Het feit dat ik geen rekening houd met het feit dat alles verandert, persoonlijkheden inclusief, noemt men illusie: illusie dat alles permanent is. (dit wil zeggen dat, hoewel dit misschien gemakkelijk intellectueel begrepen kan worden, men dit meestal vergeet in het dagelijks leven. Men ervaart de waarheid van continue verandering en vergankelijkheid niet). *Sankhara* of reactie kan ook ‘*kamma*’ genoemd worden, of ‘*karma*’ zoals het in het westen meer gekend is. *Kamma* betekent ‘wilshandeling’. Het is dus niet het gevolg van hetgeen men vroeger gedaan heeft, waarvoor men het meestal aanziet. Het gevolg noemt men *kamma-phala* of *kamma-vipaka* en niet *kamma*.⁷¹ Het is de wilshandeling, of anders gezegd de reactie, die de oorzaak is van alle gevolgen. Deze reactie neemt altijd de vorm aan van verlangen en afkeer gebaseerd op illusie.

⁷¹ Rahula, 2004, p144

Wat is verlangen? Verlangen is iets willen wat niet is. Met andere woorden, het heeft eigenlijk niets met de realiteit van hier en nu te maken. In essentie is dit een verwerping van het heden (wat de enige realiteit is); iets willen wat nog niet is of wat ooit is geweest is gericht op verleden of toekomst en niet op het heden. Hetzelfde geldt voor afkeer: ‘niet willen wat is’. Het is ook in conflict met de realiteit. Het enige dat in harmonie met de realiteit is, is het inzicht van de realiteit, namelijk dat de situatie die zich nu voordoet, veranderlijk is. Al hetgeen uit reacties gebaseerd op illusie voortkomt, stelt Boeddha, impliceert lijden.

“Whatever suffering arises,
has a reaction as its cause.
If all reactions cease to be
Then there is no more suffering.”⁷²

Hierbij lijkt het erop dat Boeddha passiviteit tracht te promoten. Echter, Boeddha stelt dat reactie (hetgeen men meestal ‘wilshandeling’ zoals verlangen of afkeer noemt) eigenlijk voortkomt uit illusie. Met andere woorden, elke reactie is blind voor de dieperliggende realiteit. In het bovenstaande heb ik al het woord ‘onderbewustzijn’ gebruikt. Welnu, dit ‘onderbewustzijn’ kan in Boeddha’s terminologie simpelweg ‘illusie’ of ‘onwetendheid’ genoemd worden. Boeddha’s methode is een remedie die ons in staat stelt via de observatie van lichaamsgevoel de barrière tussen bewustzijn en ‘onderbewustzijn’ te doorbreken. Het gevolg is dat bewustzijn ‘verruimt’ (ten koste van het zogenaamde ‘onderbewustzijn’). Dit wil zeggen, men is zich meer gewaar van wat er zich binnenin afspeelt en men kan er dan ook meer bewust mee omgaan (in plaats van de voormalige ‘blinde reactie’). Het reagerende deel van de geest (*sankhara*) neemt dan af ten koste van inzicht en bewustzijn.

Indien men de realiteit zou zien zoals ze is, dat wil zeggen het ervaren van de continue verandering en vergankelijkheid van geest en materie, kan men niet meer blind reageren: al wat zich voordoet is immers zonder enige substantie. Alles wat vanuit die ervaring voortkomt, is zuiver. De beoefening van zuiverheid of purificatie van geest, of nog anders gezegd, het leven in de waarheid van vergankelijkheid en daarbij verlangen en afkeer loslaten, is Vipassana.

Indien men inziet dat alles zonder substantie is, valt de barrière tussen het ik en de andere weg. Egocentrisme neemt af. Handelingen zullen niet meer voortkomen uit blinde reacties die

⁷² Dhammapada, 25.21 (380) (in Hart, 2005, p37)

gebaseerd zijn op het idee dat ‘ik’ iets wil (of niet wil) voor mezelf. Wanneer inzicht in zelfloosheid komt, kan men handelen ten bate van anderen, maar ook voor zichzelf. Men ziet dan duidelijk wat goed is voor zichzelf en de ander en men zal daarnaar handelen.

Vipassana is dus een techniek die de dieper liggende oorzaken van lijden blootlegt en het wijst erop dat men eerst in zichzelf moet kijken. Het leidt tot het inzicht dat alle vormen van verlangen of afkeer schadelijk zijn. Indien men iets wil, en het is er niet, is men geagiteerd; indien men iets niet wil en het is er, is men geagiteerd. Vipassana doet de beoefenaar inzien dat alles vergankelijk is en dat elke hechting aan vergankelijkheid onvermijdelijk resulteert in lijden en bezoedeling van de geest. Men merkt dit duidelijk in het proces van meditatie op lichaamsgevoel. Als er een gevoel opkomt kan men kiezen met ofwel te reageren met verlangen (men wil iets dat niet is) en afkeer (men kan wat er is niet accepteren), ofwel het te observeren zonder reactie en de natuur van vergankelijkheid en ongrijpbaarheid ervan in te zien. Indien men dat laatste doet, zet het proces van purificatie zich in gang en doorbreekt men het egocentristische gewoontepatroon van verlangen en afkeer.

4.2. Ethiek

Vipassana is diep verbonden met ethiek. Zoals reeds aangehaald stelt Boeddha dat de essentie van de leer, die door alle Boeddha's wordt onderwezen de volgende is:

“Not to do any evil, to cultivate good, to purify one's mind, - this is the teaching of the Buddhas”⁷³

Purificatie en ethiek; ze worden in één zin samen gezegd. Purificatie van geest is hetgeen in het bovenstaande werd uitgelegd door het proces van *satipatthana* en Vipassana uit te leggen. Deze purificatie houdt echter ook in dat men ‘het goede’ in zich cultiveert. In dit gedeelte bespreek ik de diepe verbondenheid van het proces van inzicht (Vipassana) enerzijds, en ethiek anderzijds.

In Vipassana geldt niet enkel het oude credo ‘doe niet met anderen wat je zelf niet zou willen dat anderen je aandoen’. Het gaat verder. Goenka stelt het als volgt:

⁷³ Dhammapada, H14, vers 183 Het is interessant dat ‘Buddha’s’ in het meervoud gebruikt wordt. Dit wijst erop dat Boeddha stelt dat hij niet de enige ontdekker van de ‘leer’ is, en dat er meerdere Boeddha's hebben bestaan en zullen komen. Boeddha ontkoppelt hiermee ‘de leer’ van ‘zijn persoon’.

“You cannot hurt or harm anyone unless you have first harmed yourself. You cannot kill anyone unless you have first killed the peace and harmony within you. You cannot kill anyone without generating a tremendous amount of anger, ill will and, and animosity. When you generate such negativity you are the first victim because you become so miserable.”⁷⁴

Hiermee wordt de stelling van Boeddha dat ‘vooraleer men een ander vermoordt, men zichzelf eerst moet vermoorden’ duidelijker.⁷⁵

Vipassana biedt een basis voor ethiek die voortkomt uit inzicht in de processen van geest en materie. Deze ethiek omvat drie soorten acties: fysische, verbale en geestelijke handelingen. Meestal kijkt men naar ethiek vanuit het standpunt dat enkel de fysische handelingen en verbale daden van belang zijn. Echter, als men dieper ziet, merkt men dat de intenties het meest belangrijk zijn. Het zijn niet de daden, maar *hoe* men de daden uitvoert, die het belangrijkste zijn. Hetzelfde voor verbale handelingen: niet de woorden, maar *hoe* de woorden worden gezegd is het belangrijkste. Bijvoorbeeld, als de chirurg opereert en de patient het leven verliest ten gevolge van een fout, is de chirurg geen moordenaar: hij had immers niet de intentie om te doden. Woorden en daden zijn louter consequenties van de geestelijke actie. Ze worden beoordeeld aan de hand van de intenties die er achter de woorden en de daden liggen. Vandaar dat geestelijke actie de ware *kamma* is; dat wil zeggen, de oorzaak die haar gevolgen in de toekomst zal geven.⁷⁶ De eerste twee verzen in de Dhammapada zegt Boeddha het volgende:

“Mind precedes all phenomena,
mind matters most, everything is mind-made.
If with an impure mind
you speak or act,
then suffering follows you
as the cartwheel of the draft animal.
If with a pure mind

⁷⁴ VRI, 2003, p4

⁷⁵ VRI, 2003, p5

⁷⁶ Hart, 2005, p37

You speak or act,
Then happiness follows you
As a shadow that never departs.⁷⁷

En van de vier delen van de geest is er slechts één echt actief, namelijk *sankhara* of reactie. Door voortdurend te reageren met verlangen of afkeer, creëren we conflict met de omgeving; wat er is willen we niet, en wat niet is willen we wel. Deze vorm van geestelijke handeling, stelt Boeddha, is gebaseerd op illusie dat de dingen statisch zijn en de illusie dat ‘ik’ in het centrum sta. En elke wilshandeling gebaseerd op egocentrisme (hetgeen ik ‘verlangen’ en ‘afkeer’ noem) en illusie ligt aan de oorzaak van lijden: zowel van ‘ik’ en ‘de ander’.

Vipassana pakt de wortel van ethiek aan: wilshandeling⁷⁸. Door het proces van Vipassana ervaart de beoefenaar in zichzelf dat, indien een negatieve intentie zoals afkeer zich in de geest ontwikkelt, er zich een vicieuze cirkel in gang zet: men zal een onaangename lichaamsgevoel ervaaren, waarop men met afkeer zal reageren, met als gevolg dat de onaangename gewaarwording zal intensifiëren, het gevolg daarvan is dat de wilshandeling nog intenser wordt (de afkeer betreffende de onaangename gewaarwording vergroot naarmate de gewaarwording onaangenamer wordt) enzovoort. Uiteindelijk leidt het tot verbale en fysieke acties die de omgeving schaden.

Ethiek is gebaseerd op gevoel in het lichaam. Indien men een persoon ziet die men haat, is het niet die persoon die men haat; dat is slechts het indirecte gevolg. Hetgeen men in de eerste plaats haat, is het lichaamsgevoel dat de negatieve geest met zich meebrengt. Samenvattend gesteld: hetgeen men het meeste haat, is het *gevoel van haat*. Dit aspect is hetgeen meestal over het hoofd wordt gezien indien men geen Vipassana beoefend.

Door de lichaamsgevoel te aanzien als louter gevoel dat geen enkele essentie heeft en fundamenteel vergankelijk is, leert de beoefenaar dat elke reactie gebaseerd is op onwetendheid en dat zoiets alleen maar kan leiden tot meer miserie voor zichzelf. Bijgevolg is men in staat om uit de vicieuze cirkel te stappen.

⁷⁷ Dhammapada, hoofdstuk 1, vers 1&2 in Hart, 2005, p37

⁷⁸ De reden waarom ik het woord ‘wilshandeling’ gebruik, is omdat ‘wil’ een geestelijke handeling is. Ik benadruk met andere woorden de daadkracht van wil.

4.3. Conclusie

Het doel van Boeddha's leer is directe ervaring in de ultieme realiteit van de fenomenen. Deze ultieme realiteit bestaat erin dat alle fenomenen '*Anicca* (vergankelijk, veranderend), *Dhukka* (lijden) en *Anatta* (niet-zelf)' zijn. In Vipassana zoals door Goenka onderwezen wordt de meeste nadruk gelegd op vergankelijkheid (met als object de lichaamsgewaarwordingen, van waaruit men indirect ook de drie andere *satipatthana* observeert). Indien men meer inzicht in vergankelijkheid verkrijgt, komt het inzicht in de twee andere realiteiten automatisch. Als alle fenomenen vergankelijk zijn, kan men zich er nooit mee identificeren als 'ik' of 'mijn'. Indien alle fenomenen vergankelijk zijn, impliceren ze allen lijden indien men zich eraan hecht. Het lijden komt enkel indien men de fundamentele vergankelijkheid en de zinloosheid van identificatie ermee niet inziet.

Boeddha stelde voortdurend dat de vijf aggregaten, die men als 'ik' bestempelt, vergankelijk zijn. Maar het woord 'aggregaat' betekent louter 'verzameling'. Met andere woorden, Boeddha deelde de realiteit van geest en materie nog verder op, tot in de kleinste deeltjes.

Het kleinste materie-deeltje noemde hij *kalapa*, een deeltje dat niet meer opdeelbaar is. Deze deeltjes lijken in combinatie een zekere vorm van vastheid te hebben maar in de realiteit bestaan alle materiële objecten louter uit *kalapas* die in een voortdurende staat van ontstaan en vergaan zijn.⁷⁹ Eens een deeltje ontstaan is, vergaat het weer. Geen enkel deeltje is stabiel of statisch; het enige wat er is, is verandering.

Hetzelfde geldt voor de vier delen van de geest. Boeddha splitste ze allen op tot in de (volgens hem) kleinste deeltjes en hij concludeerde dat geen van deze deeltjes enige stabiliteit hebben: bewustzijn verandert voortdurend naar gelang de zes zintuigen voortdurend verandering waarnemen, oordeel en conditionering veranderen, lichaamsgevoelens veranderen, en reacties zijn een continue stroom van verlangen en afkeer die nooit als een stabiele entiteit aanzien kunnen worden.

Vipassana helpt om deze verandering in zichzelf te aanschouwen. Het inzicht dat hieruit komt leidt tot bevrijding van egocentrisme en dit impliceert dat Vipassana belangrijke ethische consequenties meebrengt.

⁷⁹ Hart, 2005, p26

DEEL 3

5. Boeddha en de wetenschapper

De wetenschap, waaronder vooral de fysica, kwam voorbij eeuwen tot ontdekkingen die parallel staan met Boeddha's ontdekkingen vijftien eeuwen geleden. Kohl beschrijft deze gebeurtenissen aan de hand van een reeks belangrijke ontdekkingen in de geschiedenis van de wetenschap:

De klassieke notie van 'fundamentele deeltjes' als ultra klein en veel gemeen hebbend met 'klassieke deeltjes' in de klassieke fysica werd bijvoorbeeld grondig doorheen geschud. In de lange voorgeschiedenis van de kwantumfysica kon het niet bewezen worden of de kleinste lichtdeeltjes 'particles' of 'waves' waren. Elektronen en protonen gedroegen zich soms als 'particles' en soms als 'waves'. Dit 'gedrag' werd het 'wave-particle dualism' genoemd. Dit dualisme werd aanzien als een contradictie, in de zin dat of het ene, of het andere zich kon voordoen. Echter, beide deden zich samen voor. Hiermee stond men in contradictie met het toen heersende denkkader dat protonen niet zowel als 'particles' als als 'waves' konden manifesteren. Dit denkkader kwam voort uit het atomisme, een metafysisch denkkader waarbij men ervan uitgaat dat er een fundamenteel deeltje moet bestaan dat niet verandert, hoewel al de rest verandert. De vraag of de kleinste deeltjes zich als 'waves' of als 'particles' voordeden was met andere woorden een explosieve kwestie: het traditionele metafysische concept van de realiteit als bestaande uit essentiële en vaststaande elementen stond op het punt overboord te worden gegooit.⁸⁰

Bohr kwam met een oplossing voor dit probleem door het concept van 'complementariteit' te introduceren. Volgens dit concept zijn 'waves' en 'particles' geen twee gescheiden entiteiten die met elkaar in contradictie staan en elkaar uitsluiten, maar zijn ze mutueel complementair en kunnen ze alleen samen een volledige beschrijving van de fysische manifestaties bieden. Volgens Bohr betekent complementariteit voor de kwantumwereld dat het onmogelijk is te spreken van onafhankelijke kwantumobjecten omdat ze zowel met elkaar als met het meetinstrument in een interactieve relatie staan.⁸¹

Later werd het concept van de 'vier interacties' in het standaardmodel van de kwantumfysica geïntroduceerd. Deze vier interacties of krachten staan de reductie van kwantumobjecten naar onafhankelijke en op zichzelf staande elementen in de weg. Deze interacties of krachten zijn

⁸⁰ Kohl, 2007, p75-76

⁸¹ Kohl, 2007, p77

tussen de kwantumobjecten werkzaam en houden ze samen. Het zijn meestal krachten van aantrekking of van afstoting. Andere krachten zijn kleiner en meer subtiel.⁸² Wat men in de kwantumfysica weet over deze interacties wordt samengevat in de woorden van de fysicus Gerard 't Hooft die het volgende schrijft:

“An electron is surrounded by a cloud of virtual particles, which it continuously emits and absorbs. This cloud does not consist of photons only, but also of pairs of charged particles, for example electrons and anti-particles, the positrons,... Even a quark is surrounded by a cloud of gluons and pairs of quark and anti-quark”⁸³

Enkele, geïsoleerde quarks heeft men nog nooit kunnen observeren. In hedendaags onderzoek wordt dit fenomeen ‘confinement’ genoemd. Dit betekent dat de zogenaamde quarks ‘gevangen gehouden’ worden en dat ze niet kunnen verschijnen als een enkele quark maar steeds in paren of trio’s. Wanneer men deze quarks probeert op te splitsen, zullen er nieuwe quarks tussenin ontstaan die dan weer zullen combineren in paren en trio’s.⁸⁴ Fysici observeerden dat:

“Between the quarks and gluons inside an elementary particle, additional quarks are continuously formed and after a short time again subside.”⁸⁵

Hiermee komt men in de kwantumfysica tot een nieuw concept van de realiteit, waar men niet langer onafhankelijke elementen als de fundamentele aspecten van de realiteit beschouwt, maar waar men louter te maken heeft met verzamelingen van deeltjes die niet verder opgedeeld kunnen worden; iets dat meer aanzien kan worden als een ‘wolk’ van vibrerende materie:

“How can clouds be what we are used to call the basic elements of matter? How can this small vibrating something be what generations of philosophers and physicists have been searching for to arrive at the core of matter or at the ultimate reality? Is this supposed to be it?” ... “It is impossible to find an elementary quantum object that is not dependent on other quantum objects or dependent on parts of itself. It is impossible

⁸² Kohl, 2007, p77-78

⁸³ 't Hooft, geciteerd in Kohl, 2007, p78

⁸⁴ Kohl, 2007, p78

⁸⁵ Rebbi, geciteerd in Kohl, 2007, p78

to dissolve the double-sided character of quantum objects. The fundamental reality of our physical world consists of clouds of interacting quantum objects.”⁸⁶

De onmogelijkheid om een exacte plaatsbepaling van een fundamenteel deeltje te geven, werd door Heisenberg het ‘uncertainty principle’ genoemd.⁸⁷ De Fysicus David Bohm stelt dat de onderliggende basis van dit principe ligt in de interconnectie van alles in het gehele universum, door middel van kwanta:

“Because these quanta are *indivisible*, they belong as much to one side of the connection as to the other. An essential aspect of what each thing is therefore lies in all other things, with which it is thus indivisibly related. From this, it follows that precisely definable modes of description of the detailed attributes of a thing (e.g. in terms of detailed mathematical variables) must be subject to a minimum degree of ambiguity, *this ambiguity being objective and universal, and not restricted just to the relationship between objects and observing apparatus.*”⁸⁸

Ook Einsteins ontdekking dat ‘deeltjes’ gecreëerd worden door energie en weer verdwijnen in energie droeg bij tot een grondige in vraag stelling van de klassieke fysica: het stond in schril contrast met de alledaagse visie dat ‘massa’ tot een bepaald ‘object’ behoort.⁸⁹

Minkowsky stelde dat “space by itself and time by itself are merely shadows of a four-dimensional space-time continuum which is an independent reality.”⁹⁰ Dit citaat wijst op het feit dat we geen zintuiglijke of intuïtieve ervaring kunnen hebben van dit vierdimensionale tijd-ruimte continuüm. Het toont aan dat onze perceptie van de wereld gebaseerd op een kader van absolute ruimte en tijd verkeerd is. Het is een situatie die veel gemeen heeft met de visie van de gevangenen in de grot in Plato’s Republiek, die de schaduwen van zichzelf op de muur, als de waarheid beschouwen.⁹¹

Deze bevindingen uit de kwantumfysica staan in contrast met het klassieke metafysische denkkader dat er ergens een ‘essentie’ te vinden is, die te vinden is in tijd en ruimte. Aangezien de kwantumfysica botst op het feit dat men geen exacte plaatsbepaling in tijd en

⁸⁶ Kohl, 2007, p79

⁸⁷ Dhar, 2003, p44

⁸⁸ Bohm, 1962, p266

⁸⁹ Dhar, 2003, p42

⁹⁰ Geciteerd in Dhar, , 2003, p42

⁹¹ Dhar, , 2003, p42

ruimte voor een fundamenteel deeltje kan geven, krijgt de term ‘ambigüiteit’ een bijzondere plaats. De realiteit wordt vanuit dit kader niet meer gezien als bestaande uit stabiele en fundamentele deeltjes, maar als een voortdurende beweging en interactie van deeltjes die geen ‘essentie’ hebben.

Het standpunt in de klassieke fysica dat elk begrijpbaar en beschrijfbaar fenomeen in principe zou kunnen worden geanalyseerd waarbij de wereld wordt beschouwd als bestaande uit een verzameling deeltjes, die elk hun eigen vaste positie en vaste momentum hebben blijkt vals te zijn. Daarom stelt Bohm voor om de klassieke methode van exacte objectbepaling te vervangen door een andere benadering, die vertrekt van een fundamentele ambigüiteit. De klassieke methode werkt met de locatie van een object door middel van *continue Cartesiaanse co-ordinaten*. Ter vervanging van het gebruik van de exacte co-ordinaten, pleit hij voor een plaatsbepaling met behulp van *topologische relaties*. Hij legt het uit aan de hand van een alledaags voorbeeld van de plaatsbepaling van een pen. Met het klassieke concept van ‘ruimte’ zou dit gebeuren door middel van het geven van haar precieze lengte en breedte. Hij stelt echter dat dit in het alledaagse leven nooit zo zou worden gedaan. In de plaats daarvan, stelt hij, geven we een beschrijving van de pen die op een bepaalde tafel ligt, in een bepaalde kamer. Met andere woorden, we lokaliseren de pen met behulp van *topologische relaties*. Hetzelfde is geldig voor hetgeen in een laboratorium gebeurt, aangezien men in geen enkel experiment een exacte plaatsbeschrijving van een object kan geven (dit wil zeggen, met een oneindig aantal cijfers na de komma). In de plaats daarvan plaatst men in een typische meting het object op een schaal, *tussen* twee punten. Met andere woorden, stelt hij, de notie van een precies gedefinieerd co-ordinaat is louter een abstractie die moet worden vervangen door een relatieve, minder absolute benadering.⁹²

Er is een merkwaardige gelijkenis tussen de kwantum benadering van de realiteit en de visie van Boeddha. Het observeren van gevoel over het hele lichaam, leidt ons van gewaarwording van geconsolideerd gevoel naar meer subtiel gevoel. Bijvoorbeeld, pijn zal, met geduld en concentratie oplossen in een stroom van subtiele vibraties die doorheen de gehele fysieke structuur ontstaan en vergaan op een enorm hoge frequentie. Met andere woorden, de schijnbare vastheid van materie lost op. Waar we ook onze aandacht op vestigen, we zullen louter het ontstaan en vergaan ervan vaststellen. En anderzijds zal men merken dat wanneer een gedachte in de geest verschijnt, we gewaar zijn van het erbij komende gevoel, ontstaand

⁹² Bohm, 1962, p273

en vergaand.⁹³ Door observatie van lichaamsgevoel ervaren we dus tevens de vergankelijkheid van geest en haar inhouden. Wanneer de schijn van vastheid van lichaam en geest verdwijnt en we de ultieme realiteit waarnemen, begrijpen we de volgende woorden:

“The entire world is ablaze,
the entire world is going up in smoke,
the entire world is burning,
the entire world is vibrating.”⁹⁴

De realiteit verandert voortdurend, de gehele wereld bestaat louter uit vibraties, er is geen ‘essentiële substantie’. Dit is hetgeen de Boeddha ontdekte toen hij zichzelf begon te observeren. Met een sterk geconcentreerde geest penetreerde hij diep in zijn eigen natuur en stelde vast dat zijn gehele lichaam bestond uit kleine sub-atomaire deeltjes die voortdurend ontstaan en vergaan. Indien men louter met de ogen knippert is elk van deze deeltjes meer dan een triljoen keer ontstaan en vergaan.⁹⁵

Dit is hetgeen Boeddha de mediteerder wil doen laten inzien wanneer hij het stadium van *“thus he dwells observing the phenomenon of arising and passing away in sensations”* spreekt. Er is enkel ontstaan en vergaan, er is geen enkele stabiele essentie.

Beiden komen tot het inzicht dat de realiteit niet vast is, en dat er nooit een exacte tijd-plaats bepaling aan een object kan worden gegeven. Boeddha gaf altijd de nadruk op het feit dat alle fenomenen van geest en materie in voortdurende verandering en vergankelijkheid zijn. Er is nergens een essentie te vinden, stelt hij, niets is substantieel, alles is in voortdurende verandering. Door de observatie van deze twee gelijkaardige inzichten van wetenschap enerzijds en Boeddha anderzijds, wil ik dieper ingaan op de relatie tussen Boeddha’s leer en wetenschap. Hiervoor zal ik Poppers wetenschapsfilosofie eerst bespreken, om dan over te gaan naar een uiteindelijke evaluatie van beide methodes.

⁹³ Hart, 2005, p121

⁹⁴ *Samyutta Nikaya, Upacala Sutta*, vers 7 (in Hart, 2005, p121). Indien men ‘wereld’ interpreteert als ‘de wereld van geest en materie’ wordt het nog duidelijker dat het tevens over ‘geest’ gaat.

⁹⁵ Hart, 2005, p32

6. Karl Popper

Het feit dat er opmerkelijke gelijkenissen zijn tussen de leer van Boeddha en wetenschap, wil nog niet zeggen dat Boeddha's leer wetenschappelijk is. Inderdaad, het is verleidelijk om de term 'wetenschappelijkheid' toe te kennen aan de resultaten in plaats van aan de methode is kwestie.

Popper stelt de *methode* op de eerste plaats, en niet het resultaat. Hij beargumenteert dit met het voorbeeld van een helderziende die via dromen openbaringen krijgt die hij in een boek publiceert. Jaren later worden dezelfde bevindingen door een of andere wetenschapper ontdekt. Beiden hebben dus een boek geschreven waarin men tot dezelfde resultaten komt. De vraag die men zich nu kan stellen is de volgende: kan de helderziende als wetenschapper beschouwd worden?⁹⁶

“We may assume that, if submitted at the time to the judgement of competent scientists, it would have been described as partly understandable, and partly fantastic; thus we shall have to say that the clairvoyant's book was not when written a scientific work, since it was not the result of scientific method. I shall call such a result, which, though in agreement with some scientific results, is not the product of scientific method, a piece of 'revealed science'.”⁹⁷

In dit deel wil ik dezelfde vraag stellen: is Boeddha's leer –zijn methode- een wetenschappelijke methode? Of misschien preciezer geformuleerd: past Boeddha's methode in Poppers begrip van 'wetenschap'?

6.1. De methode van inductie

Popper vecht in zijn boek 'the logic of scientific discovery' tegen de wijdverspreide visie over wetenschap als een 'myth of a scientific method that starts from observation and experiment and then proceeds to theories'⁹⁸. Deze 'mythe' wordt de 'inductieve methode' genoemd. Met deze term bedoelt hij dat men eerst vanuit de zogenaamde 'singular statements' (ook 'particular statements' genoemd, zoals de beschrijvingen van observaties en experimenten)

⁹⁶ Popper, 1969, p218-219

⁹⁷ Popper, 1969, p219

⁹⁸ Popper, 1974, p279

vertrekt, om dan naar ‘universal statements’ te gaan, zoals theorieën en hypotheses. Bijvoorbeeld: indien men heeft duizend witte zwanen geobserveerd is het in deze methode gerechtvaardigd om de hypothese van ‘alle zwanen zijn wit’ voor waar te beschouwen. Immers, de observaties bevestigen deze hypothese. Het is echter verre van vanzelfsprekend, stelt Popper, dat het gerechtvaardigd is om universele statements te halen uit particuliere statements, hoe veel particuliere statements men ook heeft. Elke conclusie die op zo’n manier tot stand komt kan altijd vals blijken te zijn: men mag dan zoveel witte zwanen hebben geobserveerd, maar daarmee kan men nog niet de conclusie dat *alle* zwanen wit zijn, rechtvaardigen⁹⁹. Het zou leiden tot een nood aan verificatie tot in het oneindige.

Popper toont aan dat het probleem ligt in het contrast tussen enerzijds onze de wens om de natuurwetten die uitgedrukt zijn in universele statements empirisch gronden en anderzijds de onmogelijkheid om universele statements te rechtvaardigen op basis van ervaring.¹⁰⁰

Popper stelde dat:

“there is no induction, either in a logical sense or in the sense of the theory of knowledge. Natural-scientific theories are ‘hypothetical-deductive’ systems ... Consequently, it will never be possible to *demonstrate the truth* of the laws of nature, which always remain only ‘problematic regulative ideas’ (Kant) or ‘heuristic fictions’ (Vaihinger).”¹⁰¹

Volgens Popper maakt men in de praktijk slechts zeer zelden gebruik van inductieve procedures.¹⁰²

In tegenstelling daarmee stelt hij dat wetenschap moet aanzien worden als ‘the deductive method of testing’; de visie dat een hypothese alleen empirisch getest kan worden *nadat* men ze heeft voorgesteld. Met zijn ‘deductivism’ plaatste hij zich lijnrecht tegenover ‘inductivism’.¹⁰³

⁹⁹ Popper, 1974, p27

¹⁰⁰ Corvi, 1997, p31

¹⁰¹ Popper, geciteerd in Corvi, 1997, p31

¹⁰² Corvi, 1997, p31

¹⁰³ Popper, 1974, p30

6.2. Positivisme

Popper bekritiseert ook de positivisten omwille van hun ‘thesis van een onnipotente wetenschap’, die bovendien steunt op inductieve assumpties.¹⁰⁴

“The positivist interpretation of scientific knowledge is in contradiction with the actual procedures of the empirical sciences, with the notion of scientific justification.”¹⁰⁵

Voor Popper deed positivisme de wetenschap geen dienst als dusdanig, en verder beschouwde hij hun dogma van ‘wat we niet kunnen weten kan ook in alle zekerheid niet bestaan’, als onaanvaardbaar.¹⁰⁶ In hun pogingen om een duidelijk onderscheid te vinden tussen echte en pseudo-wetenschap, zoeken ze niet naar een algemeen aanvaard principe van onderscheid, maar zoeken ze naar een ‘verschillende natuur’ tussen de empirische wetenschap enerzijds, en de metafysica anderzijds. Zij trachten te bewijzen dat metafysica louter nonsens en illusoir is. Popper stelt dat het niet het doel van de positivisten is om een algemeen aanvaard principe van onderscheid te vinden, ze zoeken enkel een manier om de metafysica voor eens en altijd het zwijgen op te leggen.¹⁰⁷

Popper stelde dat zij hiermee te ver gingen; ze ontdoen de wetenschap hiermee van een van haar belangrijkste assumpties: hun theorieën bevatten statements die veel meer bevatten dan hetgeen in de praktijk geverifieerd kan worden. Zo werkt de wetenschappelijke methode bijvoorbeeld vanuit de assumptie van ‘the immutability of natural processes’ of het principe van de uniformiteit van de natuur. Dit is louter een metafysisch geloof in de geordendheid van de wereld die nooit empirisch bewezen kan worden. Hieruit volgt dat het formuleren van natuurwetten niet enkel tot stand komt vanuit een serie van observaties. Het is ook verbonden met hetgeen buiten empirische ervaring staat.¹⁰⁸ Popper stelt dat metafysica juist een essentiële bron van inspiratie voor wetenschappers is:

¹⁰⁴ Corvi, 1997, p20

¹⁰⁵ Popper, geciteerd in Corvi, 1997, p20

¹⁰⁶ Corvi, 1997, p20

¹⁰⁷ Popper, 1974, p36

¹⁰⁸ Corvi, 1997, p21

“*We do not know: we can only guess. And our guesses are guided by the unscientific, the metaphysical (though biologically explicable) faith in laws, in regularities which we can uncover-discover.*”¹⁰⁹

In tegenstelling tot de positivisten, die de metafysica liever uitgeroeid zien, stelt Popper dat men moet werken om tot een conventie te komen van een algemeen aanvaard principe dat de empirische en niet-metafysische theoretische systemen duidelijk onderscheidt van metafysische systemen, de wiskunde en de logica. Dit wordt door hem het ‘criterium of demarcation’ genoemd.¹¹⁰

6.3. ‘The Problem of Demarcation’

Een zulke conventie houdt in dat opinies kunnen verschillen; en Popper stelt dat een redelijke discussie van een zulke kwestie enkel mogelijk is wanneer de verschillende partijen een doelstelling gemeenschappelijk hebben. Hij gelooft dat een redelijk debat altijd mogelijk is wanneer alle partijen geïnteresseerd zijn in waarheid, en bereid zijn aandacht voor elkaar te hebben.¹¹¹ Popper geeft dus louter een voorstel.

Hij stelt voor dat een systeem enkel wetenschappelijk of empirisch kan genoemd worden, indien men in staat is het te *testen* aan de hand van ervaring. Een test moet hierbij niet begrepen worden als verificatie of bevestiging tot doel hebbend, maar heeft een potentiële weerlegging als doel.¹¹²

“These considerations suggest that not the *verifiability* but the *falsifiability* of a system is to be taken as a criterion of demarcation. In other words: I shall not require of a scientific system that it shall be capable of being singled out, once and for all, in a positive sense; but I shall require that its logical form shall be such that it can be singled out, by empirical tests, in a negative sense; *it must be possible for an empirical scientific system to be refuted by experience.*”¹¹³

¹⁰⁹ Popper, 1974, p278

¹¹⁰ Popper, 1974, p34, 37

¹¹¹ Popper, 1974, p37

¹¹² Corvi, 1997, p26

¹¹³ Popper, 1974, p40

Een theorie die alleen geverifieerd wordt hoeft eigenlijk geen test van de ervaring te doorstaan, aangezien zelfs een enorme hoeveelheid tests de toekomstige mogelijkheid van falsificatie niet kan uitsluiten. Het doel is veeleer aan te tonen dat, ondanks vele tests, de theorie (nog) niet is weerlegd; dat de theorie niet in conflict staat met de beschikbare data.¹¹⁴

Popper was zich bewust van het feit dat hij zich hiermee keerde tegen de gangbare idee van wetenschap: ‘the world was full of *verifications* of the theory. Whatever happened always confirmed it.’¹¹⁵ Hierbij verwees hij naar de theorieën van Marx, Freud en Adler, die hij zelf in zijn jonge jaren met enthousiasme had bestudeerd tot hij het grote verschil zag dat hen van Einsteins wetenschap scheidde. Terwijl Marxisme of psychoanalyse altijd iets vonden om zich mee te confirmeren, formuleerde Einstein hypotheses die het risico liepen te worden weerlegd door de ervaring. Het continu zoeken achter verificatie van een theorie beschouwde Popper als een obstakel voor de wetenschappelijke methode.¹¹⁶

“It is easy to obtain confirmations, or verifications, for nearly every theory – if we look for confirmations.”¹¹⁷

De wetenschapper is in zijn ogen niet iemand die zich bezighoudt met het verdedigen van statements; integendeel, wetenschappers zijn erop gericht om statements omver te werpen.¹¹⁸

Bij deze heeft Popper een methodologische regel voor wetenschap voorgesteld: enerzijds dat, indien een wetenschapper op een dag beslist dat statements niet meer hoeven getest te worden, hij beter meteen kan stoppen met zijn beroep uit te oefenen; en anderzijds; indien een hypothese is voorgesteld en de test heeft doorstaan, kan deze hypothese niet wegvallen vooraleer ze vervangen is door een nieuwe hypothese die beter testbaar is, of indien een van de logische consequenties van deze hypothese gefalsifieerd is.¹¹⁹

De wetenschapper maakt gebruik van vooroordelen, anticipaties, die door de wetenschappelijke methode door continue tests gecontroleerd worden. Indien ze de test doorstaan, is de theorie ‘gecorrobeerd’¹²⁰, dit wil zeggen, een ‘tijdelijke ondersteuning van de

¹¹⁴ Corvi, 1997, p26

¹¹⁵ Popper geciteerd in Corvi, 1997, p26

¹¹⁶ Corvi, 1997, p26, 27

¹¹⁷ Popper geciteerd in Corvi, 1997, p27

¹¹⁸ Popper, 1974, p278

¹¹⁹ Popper, 1973, p53,54

¹²⁰ Ik vertaal opzettelijk Poppers woord ‘corroboration’ met het neologisme ‘corrobatie’. Aanvankelijk probeerde ik het te vertalen met ‘bevestiging’, maar dit woord zou leiden tot een misinterpretatie die Popper tegen alle kosten wilde vermeiden. Immers, ‘bevestiging’ impliceert ‘zekerheid’ terwijl de conclusies in de wetenschap slechts een tijdelijk en fundamenteel onzeker karakter hebben.

theorie' (in plaats van 'verificatie'). Elk van deze theorieën moet in principe falsifieerbaar zijn. Hiermee moet wel een nuance gegeven worden: Popper stelt niet dat een theorie, om wetenschappelijk te zijn, een test heeft moeten ondergaan. Hij stelt alleen dat een theorieën *in staat moeten zijn* getest te worden.¹²¹

6.4. Eigenschappen van Falsifieerbare stellingen

In het formuleren van een statement is het heel belangrijk dat men ze falsifieerbaar maakt. Dit maakt dat men ze in een bepaalde vorm moet weergeven. Popper bespreekt dit aan de hand van het onderscheid tussen 'strikt universele statements' en 'strikt existentiële statements' en het onderscheid tussen 'strikt universele statements' en 'numeriek universele statements'.

Theorieën en wetten van de natuurwetenschap, stelt Popper, nemen de vorm aan van strikt universele statements. Zulke statements worden door hem geïllustreerd met het statement: 'er bestaat geen andere elektrische lading dan een veelvoud van de elementaire elektrische lading'. Deze soort statements noemt hij ook 'there-is-not' statements. In een zulke formule worden natuurwetten aanzien als lijnen die niet mogen overschreden worden, of verboden. Ze sluiten bepaalde 'events' uit. Het is juist omdat ze dit doen, dat ze falsifieerbaar zijn. Als we een basis statement die deze beperking of uitsluiting tegenspreekt, aannemen, is de wet gefalsificeerd.¹²² Een meer eenvoudig voorbeeld van een falsifieerbare stelling is de volgende: 'alle raven zijn zwart.' Deze statement sluit met andere woorden het bestaan van raven met een andere kleur dan zwart uit. Indien er dan in de Zoo van New York een familie witte raven bestaat –iets dat intersubjectief kan worden getest– is de statement dat alle raven zwart zijn gefalsificeerd.¹²³

Strikt existentiële statements, daarentegen, kunnen niet worden gefalsificeerd. Een existentiële statement zoals 'er bestaan witte raven' kan nooit gefalsificeerd worden. Een strikt existentiële statement noemt Popper ook een 'there-is statement'. Popper beschouwt zulke statements als niet empirisch en dus als metafysisch.¹²⁴

Een ander belangrijk onderscheid dat Popper maakt, is tussen strikte universaliteit enerzijds, en numerieke universaliteit anderzijds. Een numeriek universele statement refereert naar een

¹²¹ Popper, 1974, p48

¹²² Popper, 1974, p68, p69

¹²³ Popper, 1974, noot p87

¹²⁴ Popper, 1974, p69

bepaald punt in tijd en ruimte. Popper geeft het volgende voorbeeld: ‘Of all human beings now living on earth it is true that their height never exceeds a certain amount (say 8ft.)’. Dit is een universele stelling die refereert naar een inductie van observaties naar een universele stelling aangezien ze coördinaten in tijd en ruimte geeft. Met andere woorden, een zulke universele stelling kan steeds geverifieerd worden door de ervaring (die zich steeds in tijd en ruimte afspeelt).¹²⁵

Een strikt universele statement staat los van elke referentie naar tijd en ruimte. ‘Alle zwanen zijn wit’ of anders gezegd ‘er bestaan geen zwanen met een andere kleur dan wit’ kan nooit geverifieerd worden door de empirie; immers, het staat los van tijd en ruimte. Deze statement kan niet geverifieerd worden; ze kan enkel worden gefalsifieerd door het vinden van een zwaan die niet wit is. Popper zegt dat men in het formuleren van een hypothese enkel mag gebruik maken van een strikt universele statement en dat men een numeriek universele statement moet vermeiden.¹²⁶

6.5. Weerleggende stellingen of ‘falsifiers’

Deze strikt universele statements moeten zo kunnen geformuleerd worden dat ze kunnen worden gefalsifieerd door hetgeen hij ‘basic statements’ (of enkelvoudige, ‘singular’ statements) noemt. Zulke statements staan in contrast met strikt universele statements: ze kunnen ze niet gededuceerd worden uit strikt universele statements aangezien zulke basis statements gebaseerd zijn op de empirie, dit wil zeggen, ze zijn op een bepaalde tijd en plaats observeerbaar. Terwijl een strikt universele statement losstaat van tijd en ruimte, refereert een basis statement altijd naar een bepaalde gebeurtenis (event) die zich afspeelt in tijd en ruimte.¹²⁷

Popper stelt dat basis statements de statements zijn die de universele statements (dus de veralgemeende hypotheses) kunnen falsifiëren. Een theorie wordt geformuleerd, om dan getoetst te worden aan tests, die gebaseerd zijn op observatie via experimenten.

Het formuleren van de theorie of hypothese doet men aan de hand van een universele statement die los staat van tijd en ruimte en vervolgens toetst men het aan de realiteit; namelijk aan de hand van een statement gebaseerd op een bepaald observeerbaar fenomeen in

¹²⁵ Popper, 1974, p62-63

¹²⁶ Popper, 1974, p62-63

¹²⁷ Corvi, 1997, p29

tijd en ruimte. Een theorie is wetenschappelijk wanneer het ons iets zegt over de empirische wereld; dit wil zeggen, wanneer het in principe kan botsen met een observeerbaar statement.¹²⁸

Popper nuanceert verder door een onderscheid te maken tussen ‘occurrence’ en ‘event’. Hij illustreert het als volgt: ‘ p^2 ’ is een basis statement en ‘2’ refereert naar de coördinaten in tijd en ruimte. De klasse van alle statements die equivalent zijn voor ‘ p^2 ’ noemen we ‘occurrence’ ‘ P^2 ’. De basis statement ‘ p^2 ’ representeert dus de ‘occurrence’ ‘ P^2 ’. Wanneer echter ‘occurrence’ ‘ P^2 ’ in contradictie staat met theorie t , wil dat zeggen dat elke statement equivalent aan ‘ p^2 ’ een potentiële falsifieerder is.

Een ‘event’ kan gedefinieerd worden als hetgeen dat universeel is aan een ‘occurrence’. Het wordt beschreven in universele termen. Als voorbeeld geeft Popper ‘ P^2 ’ en ‘ P^3 ’ die elementen vormen uit een klasse ‘occurrences’ die enkel in tijd en ruimte van elkaar verschillend zijn. Deze klasse noemt Popper ‘event’ ‘ P ’. Dus als we spreken over de basis statement ‘ p^2 ’ die een ‘occurrence’ ‘ P^2 ’ representeert, stelt deze de ‘event’ ‘ P ’ voor in de tijd-ruimte positie ‘2’.¹²⁹

In de praktijk moet een theorie niet alleen een ‘occurrence’ uitsluiten, maar minstens één ‘event’ (dit wil zeggen een klasse van ‘occurrences’ vrij van tijd en ruimte). Basic statements die tot één event behoren, noemt Popper ‘homotopic’. Dus hieruit volgt dat elke klasse van potentiële falsificators ten minste één homotopic statement bevat.¹³⁰

Popper bespreekt zijn visie op wetenschap aan de hand van de volgende illustratie:

“...imagine that the class of all possible basic statements is represented by a circular area. The area of the circle can be represented as something like the totality of *all possible worlds of experience*, or of all possible empirical worlds. Let us imagine further, that each event is represented by one of the radii (or more, precisely, by a very narrow area-or a very narrow sector-along one of the radii) and that any two occurrences involving the same co-ordinates (or individuals) are located at the same distance from the centre, and thus on the same concentric circle. We can illustrate the postulate of falsifiability by the requirement that for every empirical theory there must

¹²⁸ Corvi, 1997, p47

¹²⁹ Popper, 1974, p89

¹³⁰ Popper, 1974, p89, p90

be at least *one* radius (or a very narrow sector) in our diagram which the theory forbids.”¹³¹

Hiermee is duidelijk dat Popper de empirische ervaring (‘occurrences’ en ‘events’) gebruikt als criterium bij het testen van een theorie. Echter, het zijn niet de ervaringen zelf die het fundament voor falsificatie zijn; ze functioneren louter als controle-instrumenten of als garanties voor wetenschappelijkheid.¹³²

Het zijn de basis statements die men formuleert na een observatie waarmee men uiteindelijk een hypothese kan falsifiëren. Basis statements krijgen dus een belangrijke plaats in Poppers methodologie en hij stelt enkele condities op waaraan basis statements moeten voldoen. Ze kunnen (a) enerzijds niet uit een universele statement gededuceerd worden¹³³; en (b) anderzijds moeten een universele en een basis statement met elkaar in contradictie kunnen staan. Aan dit tweede aspect wordt voldaan indien men in staat is om een statement uit een universele statement te deduceren die in contradictie staat met een basis statement.¹³⁴

Concluderend stelt Popper dat basis statements de vorm moeten hebben van ‘singular existential statements’ (enkelvoudige existentiële statements). Indien deze regel wordt opgevolgd, voldoet men zowel aan (a) aangezien een enkelvoudige existentiële statement nooit uit een strikt universele statement kan gededuceerd worden en het voldoet ook aan (b) aangezien uit een *enkelvoudige* existentiële statement gemakkelijk een *strikt* existentiële statement kan gehaald worden door de referenties naar tijd en ruimte weg te laten. En een *strikt* existentiële statement kan inderdaad een theorie tegenspreken. Verder is het vereist dat een basis statement een *observeerbaar* ‘event’ moet zijn; dit wil zeggen: intersubjectief testbaar.¹³⁵ Hiermee komen we tot de uiteindelijke definitie van een basis statement:

“Statements asserting that an observable event is occurring in a certain space and time.”¹³⁶

¹³¹ Popper, 1974, p90

¹³² Corvi, 1997, p28

¹³³ Echter, Popper stelt dat het mogelijk is dat singuliere statements uit een universele statements kunnen gededuceerd worden, maar zulke statements noemt hij geen basis statements meer, maar ‘instantiële statements’. Een voorbeeld: uit de universele statement ‘alle zwanen zijn wit’, kan de instantiële statement ‘op plaats k, is er ofwel geen zwaan, ofwel een witte zwaan’ gededuceerd worden. Aangezien ‘instantiële statements’ uit de universele gededuceerd zijn, moeten hun negaties hun potentiële falsificators zijn, en deze *zouden* daarom basis statements *kunnen* zijn.

¹³⁴ Dit wil zeggen: een ‘instantiële statement’ (zie bovenstaande noot voor meer duidelijkheid)

¹³⁵ Popper, 1974, p100-102

¹³⁶ Popper, 1974, p103

6.6. Empirische basis

We gaan nu dieper in op de plaats die de empirische basis krijgt in Poppers wetenschapsfilosofie. We hebben gezien dat de empirische basis bestaat uit ‘occurrences’ en ‘events’ en dat deze de toetssteen van een theorie vormen. Het zijn echter de basis statements, die leiden tot de corroboratie enerzijds, of falsificatie anderzijds van een theorie. Met andere woorden, de ‘occurrences’ en ‘events’ krijgen slechts een secundaire plaats: zij beïnvloeden het wetenschappelijk proces slechts *indirect*.

Popper bleef trouw aan de empirie, maar anderzijds limiteerde hij de rol van de directe ervaring via de zintuigen tot louter indirecte tests. Vandaar dat observatie, experimenten en ervaringen in het algemeen door hem niet langer als de grondslag of als het ‘rauwe materiaal’ van de wetenschap worden beschouwd. Het zijn louter controle instrumenten die wetenschappelijkheid garanderen.

MacDonald stelt echter dat Poppers visie niet zonder controverse is en voortkomt uit een krachtige trend binnen de moderne epistemologie, waar aan de ervaring elke epistemologische rol wordt onzegd:¹³⁷

“This denial was justified on the grounds that experience was not the right kind of thing to be inference-worthy, and only inference-worthy states have the capacity to figure in arguments supporting conclusions. Reasons have to be able to support conclusions, so experience cannot be reason.”¹³⁸

Macdonald stelt dat een mogelijke verklaring van Poppers omzichtige houding betreffende directe ervaring ligt in zijn argwaan tegenover het idee dat al hetgeen via de zintuiglijke ervaring komt door een passieve ontvanger verzameld wordt. Vervolgens is de stap naar inductieve generalisatie, waar Popper radicaal tegen was, niet meer ver. Popper volgde Kant in de stelling dat de geest een actieve en creatieve entiteit is, die niet louter een passieve consument van ruwe ervaringen:¹³⁹

¹³⁷ Macdonald, 2004, p166

¹³⁸ Macdonald, 2004, p166

¹³⁹ Macdonald, 2004, p169

“Nothing is “given” to our senses; everything is interpreted, decoded: everything is the result of active experiments, under control of an explanatory drive”¹⁴⁰

6.7. Popper en ‘waarheid’

Popper stelt dat een theorie enkel ‘gecorrobeerd’ kan worden. Hij vermijdt liever de concepten ‘juist’ en ‘fout’; bij hem krijgen deze concepten louter een ‘relatieve’ betekenis in de zin dat ze alleen mogen gebruikt worden in logische en niet-contradictorische relaties en deducties. Men zegt dus niet dat een bepaalde stelling juist is ten gevolge van een juiste voorspelling, maar men zegt louter dat ze niet in contradictie staat het uitkomen van die voorspelling. Omgekeerd zegt men niet dat een stelling fout is, maar dat ze in contradictie staat met een set van geaccepteerde basis statements die ten gevolge van een test, de stelling weerleggen.¹⁴¹

Een hypothese kan dus oneindig veel gecorrobeerd worden, maar als een basis statement die met deze hypothese in contradictie staat, algemeen aanvaard wordt, moet de hypothese verworpen worden.

Voor Popper is het niet het doel van wetenschap om hypothesen te formuleren die een hoge graad van waarschijnlijkheid hebben. In tegendeel: hij zet het vooroordeel dat wetenschap een hoge graad van waarschijnlijkheid moet geven, op zijn kop:

“The logical probability of a statement is complementary to its degree of falsifiability: it increases with a decreasing degree of falsifiability. The logical probability 1 corresponds to a degree 0 of falsifiability, and vice versa.”¹⁴²

Met andere woorden, een beter testbare en falsifieerbare statement is degene met een lagere graad van logische waarschijnlijkheid; en de minder testbare statement is degene met een hogere logische waarschijnlijkheid.

Met zijn concept van ‘corrobatie’ onderscheidt Popper zich van anderen die op een of andere manier met een berekening van waarschijnlijkheid bezighouden.¹⁴³ Hoe meer gecorrobeerd een hypothese is, hoe meer tests ze reeds heeft ondergaan. Hierbij is niet de graad van

¹⁴⁰ Popper in Macdonald, 2004, p170

¹⁴¹ Popper, 1974, p274

¹⁴² Popper, 1974, p119

¹⁴³ Corvi, 1997, p37

corrobatie van belang, maar de intensiteit van de tests, die op hun beurt afhankelijk zijn van de graad van testbaarheid, zijn van belang.¹⁴⁴

Hiermee legt hij de nadruk op het onstabiele karakter van wetenschappelijke hypotheses. Voor Popper is het doel van wetenschap niet het bereiken van zekerheid: haar taak is de zoektocht naar waarheid, dat wil zeggen, ware theorieën. Verder, wetenschap is geen zoektocht naar triviale waarheid; het is een zoektocht naar *interessante* waarheid, die onze problemen beantwoordt.¹⁴⁵ Met andere woorden, het doel van wetenschap is ‘to find *satisfactory explanations* of whatever strikes us as being in need of explanation’.¹⁴⁶

Poppers concept van waarheid is heel sterk beïnvloed geweest door zijn ontmoeting met Tarski. Deze had hetzelfde waarheidsconcept als Aristoteles: waarheid is hetgeen correspondeert met de *feiten* (of met de realiteit).¹⁴⁷ Hierdoor kon Popper de klassieke ideeën van absolute waarheid behandelen als *regulatieve* ideeën, dat wil zeggen, een ideaal waaraan we tekort mogen komen.

“As a result of Tarski’s teaching, I no longer hesitate to speak of ‘truth’ or ‘falsity’. And like everybody else’s views (unless he’s a pragmatist), my views turned out, as a matter of course, to be consistent with Tarski’s theory of absolute truth. Thus although my views on formal logic and its philosophy were revolutionised by Tarski’s theory, my views of science and its philosophy were fundamentally unaffected, although clarified.”¹⁴⁸

Deze inzichten, samen met zijn overtuiging dat elke rationele kritiek de mogelijkheid om een theorie te falsifiëren moet kunnen hebben, leidden ertoe dat Popper met de concepten ‘verisimilitude’ en ‘truthlikeness’ introduceerde. Hij definieerde het met de volgende formule:

$$Vs(a) = Ctr(a) - Ctf(a).$$

$Vs(a)$ indiceert de ‘Verisimilitude’ van een theorie a , $Ctr(a)$ indiceert het waarheidsgehalte van a en $Ctf(a)$ indiceert de hoeveelheid onwaarheid. Dus de ‘Verisimilitude’ neemt toe

¹⁴⁴ Corvi, 1997, p41

¹⁴⁵ Corvi, 1997, p42

¹⁴⁶ Popper in Corvi, 1997, p42

¹⁴⁷ Popper, 1974, p274 (noot)

¹⁴⁸ Popper, 1974, p274 (noot)

indien Ctf(a) afneemt of indien Ctf(a) toeneemt.¹⁴⁹ Absolute waarheid bestaat, maar het kan enkel *benaderd* kan worden. Popper geeft de relatie tussen wetenschap en waarheid als volgt weer:

“Scientific results are ‘relative’...But this does not mean that *truth* is ‘relative’. If an assertion is true, it is true for ever. It only means that most scientific results have the character of hypotheses, i.e. statements for which the evidence is inconclusive, and which are therefore liable to revision at any time.”¹⁵⁰

6.8. Conclusie

Samenvattend stelt Popper dat wetenschappelijke objectiviteit bestaat uit de volgende elementen.

Ten eerste houdt deze methode in dat *vrije kritiek* mogelijk is. Een wetenschapper mag gerust stellen dat zijn theorie nooit door iemand zal kunnen omvergeworpen worden; maar dit zal zijn tegenstander niet van hun stuk brengen; in tegendeel, het daagt hen uit: ze weten dat de wetenschappelijke methode toelaat dat alles bekritiseerd kan worden en autoriteit heeft hiermee geen afschrikkend effect.

Ten tweede is het belangrijk dat wetenschappers een en dezelfde taal spreken, namelijk ‘de taal van de ervaring’, die functioneert als de neutrale scheidsrechter van het hele proces. Popper bedoelt hiermee het ‘publieke’ karakter van ervaringen, observaties en experimenten in tegenstelling tot religieuze ervaringen die zich meer in de privé sfeer afspelen. Een ervaring is publiek, stelt hij, wanneer iedereen in staat is ze voor zichzelf te herhalen. Om te vermeiden dat wetenschappers over elkaar heen spreken, moeten ze hun stellingen in een zulke vorm formuleren dat ze kunnen worden getest door ervaring (m.a.w. aan de basis statements).¹⁵¹

Wetenschap is een methode die in het onbekende tracht te treden en de realiteit tracht te *beschrijven* door middel van hypotheses. Het doel is *ware* hypotheses te formuleren, zelfs indien we nooit compleet zeker van hun waarheid kunnen zijn.¹⁵² Deze ‘ware’ hypotheses moeten in staat zijn verbeterd te worden door gebruik te maken van Poppers kritische methode (deductive method of testing).

¹⁴⁹ Corvi, 1997, p43

¹⁵⁰ Popper, 1969, p221

¹⁵¹ Popper, 1969, p218

¹⁵² Corvi, 1997, p46

DEEL 4

7. Boeddha en Poppers wetenschappelijke methode

Past Boeddha's leer in Poppers basisvereiste? Namelijk, maakt hij gebruik van een 'deductive method of testing'? Hierop volgend ga ik trachten Boeddha's leer in Poppers vereisten van wetenschap te gieten.

Eerst wil ik onderzoeken of Boeddha een hypothese formuleert, die voldoet aan de vereisten van een strikt universele stelling. Dit wil zeggen: een statement die niet geverifieerd kan worden aangezien ze geformuleerd wordt als een 'all-statement', zoals, 'alle zwanen zijn wit' of anders geformuleerd: 'er bestaan geen zwanen met een andere kleur dan wit'. Zulke statements refereren niet naar tijd en ruimte; ze staan er los van. Vandaar dat ze, samen met hun deducties, nooit kunnen worden geverifieerd. Het enige wat men kan doen, is deze stelling onderzoeken en trachten te falsifiëren aan de hand van fenomenen die zich voordoen in tijd en ruimte. Vervolgens ga ik na of zijn statements falsifieerbaar zijn.

7.2. Boeddha's strikt universele stelling

Boeddha's meest universele stelling is de volgende: 'alle fenomenen zijn vergankelijk'. Echter, deze stelling heeft veel nood aan verduidelijking. Wat bedoelt Boeddha met 'alle fenomenen'?

'Alle fenomenen' moet in het licht gezien worden van het zinnetje '*having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter)*', waar 'de wereld' bestaat uit de geest en materie van het individu. Of om het bovenstaand citaat nog eens te aan te halen:

"Bhikku's, I will teach you the all. Listen to that..."

"And what, Bhikku's, is the all? The eye and forms, ear and sounds, nose and odours, the tongue and tastes, the body and tactile objects, the mind and mental phenomena. This is called the all."¹⁵³

'Alle fenomenen' refereert dus naar al hetgeen dat met de zes zintuigen in contact komt. Het gaat hierbij dus louter om 'alles' wat door het individu op een bepaald punt in tijd en ruimte

¹⁵³ Bodhi, 2000, Samyutta Nikaya 4-sutta 35-3, p1140

ervaren wordt. Lichaam wordt met de vijf ‘materiële’ zintuigen ervaren en geest wordt met het geestelijk zintuig (zoals gedachten, maar ook de hogere geestelijke toestanden ten gevolgen van diepe concentratie) ervaren. De volledige ervaring van lichaam en geest via de zes zintuigen deed Boeddha concluderen dat niets in geest en lichaam permanent is. Deze stelling was uiterst revolutionair; zowel toen, als nu. Het is misschien redelijk eenvoudig aan te tonen dat materie alles behalve ‘statisch’ is, maar met de stelling dat niets in de geest permanent is, viel Boeddha veel ‘heilige huisjes’ binnen.

Voor hij een Boeddha werd, ging hij naar twee leraren. De eerste was Alara kalama, die door middel van *samatha* (of concentratie-meditatie) de zevende *jhana*, dat wil zeggen ‘de zevende geestelijke absorptie’ kon betreden. Een zulke ervaring is iets dat de meeste mensen als iets ‘permanent’ zouden beschouwen, of als een ‘ontmoeting met God’. Zelfs het bereiken van de laagste *jhana*, de eerste, zou bij de meeste mensen tot die conclusie leiden. Boeddha zag echter in dat een zulke geestestoestand ook vergankelijk was. Hij ging naar zijn tweede leraar die hem leerde de achtste *jhana* te betreden (in de Boeddha’s theorie bestaat er geen hogere geestesstaat), en ook hier kwam Boeddha tot dezelfde conclusie.¹⁵⁴ Dit verduidelijkt dat Boeddha’s stelling dat niets in geest en materie stabiel is, een revolutionaire stelling was, en nog steeds is. Geest, ondanks alle ‘verheven’ ervaringen die het kan meebrengen, is niet stabiel en nog steeds aan verandering en vergankelijkheid onderhevig, was zijn conclusie.

Wat Boeddha vervolgens doet, is materie en geest opdelen. De eerste opdeling is de vijf aggregaten. Materie kan nog verder opgedeeld worden tot ‘been’, ‘arm’, ‘hart’,... en verder tot cellulair niveau, om dan tot het kleinste subatomair deeltje te komen, dat hij *kalapa* noemt. Niets in deze materie is onvergankelijk of stabiel. Verder deelt hij de geestelijke aggregaten nog verder onder; bewustzijn wordt nog verder opgedeeld in gezichts- gehoor- geur- smaak- gevoels- en geestesbewustzijn, en zo verder voor de andere aggregaten. Uiteindelijk bekomt men ten gevolge van de opdeling van geest tot 53 soorten geestelijke fenomenen, die allen vergankelijk zijn.¹⁵⁵ Dit wordt in detail besproken in de Abhidhamma, het derde deel van de Pali canon waar deze fenomenen zeer gedetailleerd ontleed worden. Het doel is elk fenomeen apart te behandelen in de zoektocht naar een blijvende essentie. Abhidhamma toont aan dat alle fenomenen tot in hun diepste ontleding geen essentie hebben:

¹⁵⁴ Bodhi, 2001, Majjhima Nikaya 2-Sutta 26, p256-259

¹⁵⁵ Ledi Sayadaw, 1999, p9

“The most sublime states of meditative consciousness – so frequently identified with the manifestation of, or the mystical union with, a deity of a personal or impersonal nature – are included in those five phenomenal objects of clinging (*upadanakkhandā*) and excluded from the sphere of the unconditioned element.”¹⁵⁶

Boeddha voldoet aan een van Poppers vereisten: de universele stelling moet deduceerbaar zijn naar lagere niveaus van universaliteit. Zo komt men tot gededuceerde stellingen als ‘alle lichaamscellen zijn vergankelijk’, ‘alle vormen van gezichtsbewustzijn zijn vergankelijk’, ‘alle atomen in het lichaam zijn vergankelijk’ enzovoort.

7.3. Falsificators

De volgende vraag is: kan Boeddha’s statement dat er geen enkel stabiel fenomeen in het kader van geest en materie bestaat, gefalsificeerd worden?

7.3.1. Het individu als wereld

Het probleem ligt vooral in het feit dat Boeddha het heeft over ‘alle fenomenen’ die zich binnen het *individu* zelf voordoen. Hier komen we tot een contrast met de ‘Poppers wetenschap’ die zich in de eerste plaats bezighoudt met zoektocht naar probleemstellingen, ‘relevante’ vragen,...betreffende fenomenen in de buitenwereld. Een wetenschapper is volgens Popper niet geïnteresseerd in het verzamelen van triviale feiten uit het alledaagse leven:

“if I am ordered: ‘record what you are now experiencing’ I shall hardly know how to obey this ambiguous order. Am I to report that I am writing; that I hear a bell ringing; a newsboy shouting; a loudspeaker droning; or am I to report, perhaps, that these noises irritate me? And even if the order could be obeyed: however rich a collection of statements might be assembled in this way, it could never add up to a *science*. A science needs points of view, and theoretical problems.”¹⁵⁷

¹⁵⁶ Nyanaponika Thera, 1998, p21

¹⁵⁷ Popper, 1974, p106

Alledaagse waarheid waarmee het individu wordt geconfronteerd, leidt niet tot wetenschap, stelt Popper. Boeddha daarentegen stelt dat *alle fenomenen die zich in geest en materie van het individu manifesteren*, vergankelijk zijn. De stelling zelf impliceert reeds dat we op zoek moeten gaan naar falsificators door gebruik van een methode die elk fenomeen in de geest en materie van het individu aandachtig observeert. Deze methode geeft Boeddha in de *Satipatthāna sutta*, waarin *aandacht (sati)* wordt gevestigd op lichaam, gevoel, geest en geestelijke inhoud. Hetgeen Popper beschrijft als verzameling van ‘triviale waarheden’, is juist voor Boeddha de sleutel tot kennis. Terwijl Poppers methode op zoek gaat naar waarheid ‘daarbuiten’ gaat Boeddha’s methode op zoek naar waarheid ‘hierbinnen’. Daarom stel ik dat ‘Poppers wetenschap’ Boeddha’s stelling nooit kan falsifiëren. De enige vraag die we dan kunnen stellen is de volgende: kan Boeddha’s stelling door zijn eigen methode worden gefalsifieerd?

7.3.2. Een methode van verificatie?

Stelt Boeddha dat de beoefenaar zelf op zoek moet gaan naar een potentiële falsificator? Hiervoor citeer ik weer:

“Here monks, a monk dwells ardent with awareness and *constant thorough understanding of impermanence*, observing body in body, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter); he dwells ardent with awareness and *constant thorough understanding of impermanence*, observing sensations in sensations, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter); he dwells ardent with awareness and *constant thorough understanding of impermanence*, observing mind in mind, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter); he dwells ardent with awareness and *constant thorough understanding of impermanence*, observing mental contents in mental contents, having removed craving and aversion towards the world (of mind and matter).”¹⁵⁸

Met ‘*constant thorough understanding of impermanence*’ (of *sampajanna*) betreffende de vier *satipatthana* lijkt Boeddha erop te wijzen dat de mediteerder de fenomenen die zich binnen

¹⁵⁸ VRI, 1998, Mahasatpatthana Sutta, p3

hem/haar voordoen moet observeren vanuit de a-priorihouding dat ze allen vergankelijk zijn. Dit lijkt in fundamenteel contrast met Popper.

Dit bezwaar wil ik weerleggen. In het bovenstaande heb ik reeds gewezen op het verband tussen ‘gelijkmoedigheid’ en *sampajanna*. Beiden, stelde ik, zijn de twee zijden van dezelfde munt. Het inzien van vergankelijkheid hangt af van de capaciteit van de mediteerder om gelijkmoedig te zijn. De vraag kan nu gesteld worden: is men wel in staat gelijkmoedig te zijn? Ik antwoord met de stelling dat gelijkmoedigheid een natuurlijke en menselijke eigenschap is, net zoals Popper stelt dat de rede de mens onderscheidt van dieren.¹⁵⁹ Gelijkmoedigheid is echter gradueel. Elk mens is in essentie in staat een zekere graad van innerlijke balans, harmonie te ervaren. Het proces van Vipassana is een opwaartse spiraal van gelijkmoedigheid-*sampajanna*-gelijkmoedigheid-*sampajanna*-... waarbij beiden elkaar in deze wisselwerking versterken.

Een moment van gelijkmoedigheid wil zeggen dat men op dat moment vrij is van irrationele elementen. Men observeert zonder vooroordeel: de aandacht kan *zuiver* zijn. Indien men observeert zonder vooroordeel, wil dat zeggen dat men bij de volgende gelijkmoedige observatie de realiteit *als dusdanig* zal kunnen ervaren: verandering en vergankelijkheid. Indien men vervolgens weer vergankelijkheid observeert, is de gelijkmoedigheid weer aanwezig.

Mijn stelling is dus dat *sampajanna* niet artificieel tot stand komt door een apriori-aanvaarding van Boeddha’s stelling. Het komt tot stand door gelijkmoedig de aandacht vestigen op een fenomeen binnen geest en materie van het individu. Net zoals de rede leidt tot helderheid en helderheid tot rede leidt, is er een gelijkaardige wisselwerking tussen gelijkmoedigheid en *sampajanna*.

7.3.3. Kritische, open methode

Van Boeddha kan worden gezegd dat hij net zoals Popper zijn volgelingen een kritische methode bijgebracht heeft, in de zin dat Boeddha geen potentiële falsificatie blokkeert: zijn leer staat er open voor. Maar Boeddha onderscheidt zich van Popper in de zin dat hij niet enkel de mogelijkheid van falsificatie als ultieme scheidsrechter voor objectiviteit beschouwd. Hij geeft louter een methode waarin van moment tot moment de fenomenen gelijkmoedig

¹⁵⁹ Ik zou zelfs durven stellen dat de rede gebouwd is op gelijkmoedigheid; immers, een redelijke discussie kan niet gevoerd is indien men vol van afkeer, verlangen en egocentrisme is. Enkel vrijheid van deze factoren (gelijkmoedigheid) leidt tot een volwaardige redelijke discussie.

worden geobserveerd. Dit betekent dat men niet zoekt naar bevestiging (verificatie) enerzijds (waartegen Popper zich afzet), maar ook niet naar weerlegging (falsificatie) anderzijds. Men zoekt niet, men observeert en ervaart direct. In die zin zijn de ruwe data die men ervaart via de vier *satipatthana* de ultieme scheidsrechter. Alles is open. Vipassana zoals door Goenka onderwezen vertrekt vanuit de gelijkmoedige observatie van lichaamsgevoelens, om dan van daaruit direct en indirect de andere drie *satipatthana* te ervaren.¹⁶⁰ Lichaamsgevoelens zijn in deze methode de sleutel tot de directe ervaring en bijgevolg tot *sampajanna* en gelijkmoedigheid.

Boeddha claimde nooit enige autoriteit voor zijn leer. Noch geloof, noch louter logica waren volgens hem goede motivaties om zijn leer te aanvaarden. Hij stelde dat het gerechtvaardigd is om te twijfelen aan alles wat buiten de ervaring ligt. In zijn lezing aan de *Kalama*'s, waarin hij een antwoord gaf op hun vraag welk criterium ze zouden moeten gebruiken voor het accepteren van een leer, gaf Boeddha het volgende antwoord:

“Do not simply believe whatever you are told, or whatever has been handed down from the past generations, or what is common opinion, or whatever the scriptures say. Do not accept something as true merely by deduction of inference, or by considering outward appearances, or by partiality for a certain view, or because of its plausibility, or because your teacher tells you it is so. But when you yourselves directly know, ‘These principles are unwholesome, blameworthy, condemned by the wise; when adopted and carried out they lead to harm and suffering,’ then you should abandon them. And when you yourselves directly know, ‘These principle are wholesome, blameless, praised by the wise; when adopted and carried out they lead to welfare and happiness’, then you should accept and practice them.”¹⁶¹

‘And when you yourselves directly know, ‘These principle are wholesome, blameless, praised by the wise; when adopted and carried out they lead to welfare and happiness’, then you should accept and practice them’ vormt de sleutelpassage van de lezing. *Directe ervaring*, of *directe kennis*, benadrukt Boeddha, is de fundamentele toetssteen die bepalend is voor de

¹⁶⁰ Namelijk: de indirecte ervaring van geest en geestelijke inhoud via de observatie van lichaamsgevoel, en de directe ervaring van lichaam via de observatie van lichaamsgevoel, zoals hierboven reeds uitgelegd.

¹⁶¹ Kesamutti Sutta, in Hart, 2005, p14; Voor alternatieve vertaling, zie <http://www.accesstosight.org/tipitaka/an/an03/an03.065.than.html>

keuze van wat men moet aanvaarden. Dit wil zeggen, zelfs zijn woorden moeten niet voor waar worden aangenomen. Ze moeten aan de directe ervaring getoetst worden.

7.3.4. Publieke rede versus individuele ervaring

Boeddha's benadering van de ervaring loopt fundamenteel anders dan die van Popper. Terwijl Popper stelt dat ervaring in statements moet worden geformuleerd en dat het juist deze statements (basis statements) zijn die een hypothese kunnen weerleggen, staat in contract met Boeddha's visie op ervaring. Boeddha geeft de directe, ruwe ervaring de belangrijkste plaats in zijn leer; en de manier waarop men ze formuleert in basis stellingen is slechts van secundair belang. De reden waarom ervaringen bij Popper moeten kunnen verwoord worden ligt in het feit dat wetenschap in zijn ogen een intersubjectief en publiek gebeuren is.

Boeddha's woorden 'when you yourselves directly know' wijzen op het feit dat hij de *individuele ervaring* voorop stelde. Boeddha's kritische methode verschilt hier dus wezenlijk van Popper: voor Popper is de kritische wetenschappelijke methode gebaseerd op het publieke forum. Boeddha stelt echter dat enkel en alleen het *individu* kan bepalen wat waar en onwaar is. En verder: enkel het individu kan een *directe* ervaring hebben. Met andere woorden: de kritische methode van Boeddha zou Popper beschouwen als beperkt tot het private domein. Hiermee komen we volgens mij al meteen op het fundamentele verschil tussen Popper en Boeddha:

Popper stelt dat wetenschap een kritische methode is die gebruik maakt van de taal om publieke statements te maken. Deze statements zijn zo geconstrueerd dat ze bloot kunnen staan voor het intersubjectieve proces van falsificatie of corroboratie. Boeddha daarentegen stelt een individuele kritische methode voor die gebruik maakt van de directe individuele ervaring, en waarbij het resultaat van bekrachtiging of weerlegging steeds beperkt zal blijven tot het individu zelf. Met andere woorden, deze methode beperkt zich tot louter de privé-sfeer.

Bovenstaande bevindingen, namelijk dat Boeddha's methode in de eerste plaats niet op zoek gaat naar corroboratie of falsificatie, en anderzijds het feit dat Boeddha's 'individuele nadruk' op de directe ervaring tegenover Poppers publieke karakter van wetenschap staat, leiden tot de conclusie dat Boeddha's leer nooit kan passen in Poppers concept van wetenschap als een publieke methode van falsificatie.

8. Waarheid en Ethiek

Deze conclusie belet ons niet verder in te gaan op de verschillen tussen de twee benaderingen. Bovenstaande sleutelpassage werd immers slechts gedeeltelijk besproken; namelijk, ik besprak enkel de directe basis van kennis ('when you yourselves directly know'). Directe kennis van wat? Van principes die 'unwholesome, blameworthy, condemned by the wise; when adopted and carried out they lead to harm and suffering'. Deze principes, stelt Boeddha, mogen enkel via de directe kennis verworpen worden. Met andere woorden: Boeddha geeft een stelling die heel vreemd zou klinken in de moderne wetenschap, namelijk dat directe kennis diep verward is met kennis van 'het goede', 'hetgeen leidt tot geluk'. Ethiek en waarheid, twee termen die in de wetenschap onverenigbaar lijken te zijn, zijn Boeddha's leer onlosmakelijk met elkaar verbonden. In dit deel bespreek ik de verschillen in de benadering van ethiek en waarheid bij Popper enerzijds, en bij Boeddha anderzijds. Ik zal aantonen dat het strikte onderscheid tussen privé en publiek dat Popper voorop stelt, overbrugd kan worden door Boeddha's holistische benadering van de realiteit.

8.1. Boeddha: waarheid EN ethiek

In het bovenstaande citaat waar Boeddha de *Kalama's* aanmaant, wordt gesteld dat de principes die 'unwholesome, blameworthy, condemned by the wise; when adopted and carried out they lead to harm and suffering' verworpen moeten worden en dat de principes die 'wholesome, blameless, praised by the wise; when adopted and carried out they lead to welfare and happiness' aanvaard moeten worden.

Hier wordt duidelijk dat waarheid voor Boeddha een andere betekenis heeft dan bij Popper. Een waarheidsclaim wordt door Boeddha gekoppeld aan een ethisch begrip: 'geluk'. Hetgeen 'geluk' brengt, moet aanvaard worden. Waarheid zelf, stelt hij, heeft de eigenschap dat het 'lijden' elimineert. De zoektocht naar waarheid impliceert een zoektocht naar geluk ('when adopted and carried out they lead to welfare and happiness'). Misschien kan het nog krachtiger geformuleerd worden: 'waarheid vinden is geluk vinden'. Wat houden concepten als 'waarheid' en 'geluk' in voor Boeddha?

Waarheid:

De waarheid is volgens Boeddha dat alle fenomenen vergankelijk zijn, dat ze bijgevolg zonder enige substantie zijn, en dat ze lijden impliceren. Echter, deze stelling moet niet louter

op goed geloof aanvaard worden, noch is rationele analyse behulpzaam. Deze waarheid moet *ervaren* worden. Pas dan is het waarheid in de ware zin van het woord. Met andere woorden: alleen door de directe ervaring kan men tot ‘echte’ waarheid komen.

De ervaring van Boeddha’s waarheid, namelijk vergankelijkheid, komt door de observatie van de vier *satipatthana* tot stand; waarbij Vipassana (zoals door Goenka onderwezen) vertrekt vanuit lichaamsgevoel. Boeddha geeft in tegenstelling tot Popper een instrument om de ‘empirische basis’ direct te kunnen ervaren. Popper daarentegen ziet zich genooddaakt om een stap terug te nemen en de waarheid te *benaderen* door gebruik te maken van ‘basic statements’ die voortkomen uit observatie van de empirische basis.

Boeddha maakte een onderscheid tussen waarheid die men gehoord heeft, waarheid die men door rationele analyse bekomt en waarheid die men bekomt door de *actuele ervaring*. (*suta maya panna*, *cinta maya panna*, en *bhavana maya panna*). Geen van de eerste twee vormen van *panna* kunnen leiden tot bevrijding van lijden. Het is enkel de laatste vorm van *panna* die tot bevrijding en geluk leidt.

Popper heeft het met de methode van wetenschap enkel over intellectuele waarheid of *cinta maya panna*. Zulke waarheid bestempelt hij mijns inziens terecht als ‘relatieve waarheid’ die zichzelf nooit de absolute waarheid mag aanmeten. Elke aanspraak op absolute waarheid is voor hem een aanspraak op autoriteit, terwijl ‘waarheid’ voor iedereen open moet zijn.¹⁶²

Boeddha daarentegen stelde dat hij de absolute waarheid via eigen ervaring heeft gerealiseerd, maar daarbij stelde hij wel dat het louter aanvaarden van deze ‘waarheid’ nergens toe leidt. Ze moet ervaren worden door het individu zelf. Boeddha claimt geen autoriteit aangezien hij stelt dat ieder voor zich de waarheid moet ervaren. Met andere woorden, Boeddha mag dan wel claimen dat hij de absolute waarheid heeft gevonden, het is en blijft *zijn* waarheid en niet de onze. Zijn ‘absolute waarheid’ blijft tot de ‘privé-sfeer’ beperkt.

Geluk:

Het *ervaren* van de waarheid leidt volgens Boeddha tot onthechting en bevrijding: het ultieme geluk. Men bevrijdt zich van verlangen (iets willen dat niet is) en afkeer (iets niet willen dat is) door zich van illusie (het niet ervaren van de vergankelijkheid en substantieloosheid) te bevrijden. De bevrijding van verlangen, afkeer en illusie is het resultaat van

¹⁶² Popper, 1969, p227

waarheidservaring: waarheid zuivert ons van deze drie onzuiverheden die aan de oorzaak van alle lijden liggen. Merk op hoe 'illusie' naast 'verlangen' en 'afkeer' staat. Onwetendheid en immoraliteit, kennis en ethiek: ze komen samen.

Kennis van de realiteit leidt tot de bevrijding van egocentrisch verlangen en egocentrische afkeer. Waarheidservaring is van begin tot eind met geluk en ethiek verbonden. Elk moment dat men vergankelijkheid ervaart, laat men de identificatie met 'ik' en 'mijn' los. Immers, men ervaart dat ze in wezen zonder enige substantie zijn. Hieruit volgt dat men zal afzien van alle handelingen die voortkomen uit een egocentristische ingesteldheid. Vandaar dat Boeddha's ethische leer van 'niet doden, stelen, liegen; geen seksuele misdraging en geen alcohol en drugs' niet moeten worden gezien als 'regels' die door een autoriteit zijn opgelegd. Abstinentie van deze handelingen komt door ervaring van de ware aard van de fenomenen. Boeddha's ethiek is met andere woorden niet iets dat tot stand komt door 'verbeelding van gevolgen' en 'geweten' zoals bij Popper (zie verder), het is iets dat tot stand komt door 'waarheidservaring': men ervaart dat alle immoreel gedrag (dat voortkomt uit geestelijke onzuiverheden) leidt tot miserie in zichzelf en dat moreel gedrag leidt tot harmonie en vrede in zichzelf.

8.2. Popper: wetenschappelijke 'waarheid' losstaand van ethiek

Wetenschappelijke 'waarheid':

Voor Popper is het doel van de wetenschappelijke methode, zoals reeds besproken, waarheid. Deze zoektocht naar waarheid is echter beperkt: wetenschap, stelt hij, houdt zich niet bezig met triviale waarheden. Het selecteert theoretische problemen die moeten worden opgehelderd. Met andere woorden, de zoektocht naar 'waarheid' wordt gemotiveerd door de menselijke nieuwsgierigheid. Of, nog anders gezegd: het doel van de wetenschappelijke methode is het vatten van de 'realiteit' in concepten en theorieën om als zodanig een betere en meer adequate invalshoek op de realiteit te hebben. Via een theorie verkrijgen we een invalshoek, die echter voortdurend verbeterd en gecorrigeerd kan worden door het kritisch in vraag stellen van die invalshoeken zelf en vervolgens alternatieve, meer adequate invalshoeken te introduceren.

De wetenschappelijke methode, stelt Popper, brengt ons dichterbij de waarheid, maar de waarheid zelf zal nooit 100% kunnen bereikt worden. Waarheid is een leidraad voor de wetenschap, maar de ultieme waarheid vinden mag nooit het doel van de wetenschap zijn:

“The wrong view of science betrays itself in its craving to be right; for it is not his possession of knowledge, of irrefutable truth, that makes the man of science, but his persistent and recklessly critical *quest* for truth.”¹⁶³

Dit waarheidsconcept heeft niet veel gemeen met Boeddha's waarheidservaring, en zoals reeds boven vermeld, situeer ik Poppers waarheidsconcept als hetgeen Boeddha 'cinta maya panna' of intellectuele waarheid noemde. Deze waarheid kan volgens Boeddha nooit tot de absolute waarheid komen. Popper stelt zich met zijn wetenschapsfilosofie waarin absolute waarheid nooit bereikt kan worden volledig op dezelfde lijn. Hij ziet het gevaar van absolute waarheidsclaims op het intellectuele niveau in en hij erkent de beperkingen ervan.

Ethiek:

Popper bespreekt in 'The Open Society and its Enemies' de relatie tussen ethiek en wetenschap. Hij haalt een voorbeeld aan door uit Shaws *St Joan* te citeren: de kapelaan eiste resoluut haar dood, maar wanneer hij haar op de brandstapel ziet, krijgt hij berouw. Hij kan het niet aanzien en kan anderzijds zijn beslissing niet omkeren. Anderzijds waren er andere figuren die dezelfde beslissing hadden genomen en die achteraf geen spijt hadden. Het punt is dat, indien de kapelaan zich had kunnen inbeelden wat de gevolgen zouden zijn van zijn acties, hij het niet zou gedaan hebben.¹⁶⁴

Hier, stelt Popper, is er een gelijkenis met de wetenschappelijke methode, aangezien men pas beslist om een theorie te aanvaarden nadat de praktische gevolgen kunnen worden getest door experimenten.¹⁶⁵ De ethische beslissing gebeurt aan de hand van 'verbeelding' en in de wetenschappelijke methode gebruikt men intersubjectieve tests en experimenten. Beiden laten hun beslissing dus afhangen van de gevolgen. Maar er is een fundamenteel verschil:

“In the case of a scientific theory, our decision depends upon the results of experiments. If these confirm the theory, we may accept it until we find a better one. If they contradict the theory, we reject it. But in the case of a moral theory, we can only

¹⁶³ Popper, 1974, p281

¹⁶⁴ Popper, 1969, p233

¹⁶⁵ Popper, 1969, p233

confront its consequences with our conscience. *And while the verdict of experiments does not depend upon ourselves, the verdict of our conscience does.*”¹⁶⁶

Een moreel oordeel, stelt hij, blijft beperkt tot het individu zelf. Ethiek wordt met andere woorden in de privé-sfeer geduwd terwijl wetenschap, vanwege haar intersubjectieve karakter, een publieke aangelegenheid is. Ethiek staat in deze opvatting niet in verbintenis met kennis. Louter ‘verbeelding’, geweten en andere subjectieve elementen leiden in Poppers visie tot de ethische beslissing.

9. Publieke en Private sferen

Het is uit het voorgaande duidelijk geworden dat Popper een strikte scheiding tussen publiek en privaat nastreeft. Wetenschap is in essentie een publieke methode, aangezien statements publiek verkondigd kunnen worden en bijgevolg ook publiekelijk gecorrobeerd of weerlegd worden. Ethiek en ideeën over het goede zijn voor Popper zaken die tot het privé-domein beperkt moeten blijven; ze zijn in zijn ogen louter het product van (individuele) verbeeldingskracht en het geweten.

Boeddha’s methode daarentegen is louter een individuele methode. Zijn statements zijn er niet op gericht om via publieke discussie weerlegd te worden. Zijn statements zijn slechts wegwijzers voor eenieder die geïnteresseerd is hetzelfde te ervaren als hij: dat alle fenomenen vergankelijk zijn, zonder substantie, en lijden impliceren (i.e. geluk of voldoening kan in die zin nooit ‘volmaakt’ zijn). Aangezien zijn woorden puur op het individu zijn gericht, kan men ook zeggen dat zijn werkwijze beperkt blijft tot het privé-domein. Boeddha maakte claims op de absolute waarheid, maar deze claims hadden geen geldigheid op het publieke forum: hij kon dan misschien wel de absolute waarheid ervaren hebben; het bleef dan ook bij *zijn* ervaring, en niet die van de anderen. Boeddha’s absolute waarheid heeft enkel betrekking tot de individuele ervaring.

Wetenschap en Boeddha’s leer blijven hiermee strikt van elkaar gescheiden. Het gaat in essentie om een totaal verschillende waarheidsbenadering. Terwijl wetenschap zich beroept op de (publieke) rede, beroept Boeddha zich op de (individuele) ervaring.

¹⁶⁶ Popper, 1969, p233, cursief door mij.

9.1. Waarheid en ethiek: een stille revolutie?

In de bovenstaande vaststelling moet benadrukt worden dat het hier niet gaat om een artificiële verdringing van Boeddha's leer uit de publieke sfeer; neen, het is veeleer dat Boeddha's leer 'van nature' niets met de publieke sfeer te maken heeft.

Deze vaststelling is des te opmerkelijk aangezien de westerse cultuur al bijna vierhonderd jaar lang alle visies over 'geluk' en 'het goede' uit de publieke sfeer heeft verbannen. Hieruit ontstond het duaal kader van objectieve wetenschap versus ethiek en religie; materie versus geest; geloof versus rede; een dichotomie tussen feiten en waarden.¹⁶⁷ De reden ligt hiervoor in de godsdienstoorlogen die Europa decennia lang hebben geteisterd. Secularisme werd de oplossing om politiek vrij te houden van de absolute waarheidsclaims die religie met zich meebracht. Echter, met het wegvallen van religie, ontstond er een vacuüm: er bestond geen autoriteit meer die zou zeggen wat 'waar' en 'niet waar' is. Dit vacuüm werd door Descartes opgevuld:

“The body and the world –res extensa- was made into an object for the thinking thing, the mind. Descartes put in place the philosophical basis for the recovery of certainty. It took a while to relegate God beyond both realms, but the crucial move which made this a realisable possibility had happened. It was left to others to both operationally and institutionalise the recovery of certainty.”¹⁶⁸

Deze operationalisering van de 'nieuwe beweging naar zekerheid' werd volgens Apffel-Marglin in gang gezet door Boyle, die met zijn methode waarin het publiek getuige kon zijn van experimenten, de grondslagen legde voor de wetenschap.¹⁶⁹ Hoewel Popper zelf de cognitieve autoriteit van wetenschap aanvecht, ziet hij zelf nog steeds het gevaar in van het toelaten van levensvisies betreffende 'het goede leven' op het publieke forum:

“the attempt to make heaven on earth invariably produces hell. It leads to intolerance. It leads to religious wars, and the saving of souls through the inquisition. And it is, I

¹⁶⁷ Verhoeven, 2001, <http://online.sfsu.edu/~rone/Buddhism/VerhoevenBuddhismScience.htm>

¹⁶⁸ Apffel-Marglin, 2000

¹⁶⁹ Apffel-Marglin, 2000

believe, based on a complete misunderstanding of our moral duties. It is our duty to help those in need of help; but it cannot be our duty to make others happy, since this does not depend on us, and since it would too often mean intruding on the privacy of those towards whom we have such amiable intentions.”¹⁷⁰

Het is duidelijk dat Popper met zijn visie op ‘geluk’ niet Boeddha’s leer over geluk in gedachte heeft. In het bovenstaande is duidelijk geworden dat Boeddha’s leer niet louter een ‘levensbeschouwing’ is die ‘alomvattende doctrines’ voor het geluk van de massa oplegt. De nadruk van Boeddha op de individuele ervaring staat in schril contrast met Poppers visie op religie en levensbeschouwingen die voortkomen uit autoritaire dogma’s. Ethisch handelen, stelt Boeddha, kan enkel uit de individuele ervaring voortkomen.¹⁷¹ Met andere woorden, ethisch handelen kan hier niet voortkomen uit autoriteit.

10. Conclusie

De populaire perceptie van een positivistische wetenschap die zekerheid verschaft werd door de wetenschappelijke ontdekkingen in de twintigste eeuw grondig doorheen geschud. Het idee van een wetenschap die gradueel naar een eindpunt van absolute zekerheid vorderde, leek, naarmate men dieper in de fenomenen groef, steeds meer op een utopie. Popper stelde met zijn boek ‘The Logic of Scientific Discovery’ een alternatief voor dat deze post-moderne crisis een nieuwe wending moest geven: we moeten die drang naar zekerheid loslaten en de enige mogelijke zekerheid is, dat we nooit zeker zullen zijn (om het op zijn ‘Descartes’ voor te stellen).

“Science does not rest upon solid bedrock. The bold structure of its theories rises, as it were, above a swamp. It is like a building erected on piles. The piles are driven down from above into the swamp, but not down to any natural or ‘given’ base; and if we stop driving the piles deeper, it is not because we have reached firm ground. We simply stop when we are satisfied that the piles are firm enough to carry the structure, at least for the time being.”¹⁷²

¹⁷⁰ Popper, 1969, p237

¹⁷¹ Het beste argument daarvoor is het feit dat Boeddha de individuele waarheidservaring boven ‘waarheid uit geloof’ en ‘en waarheid uit logische redenering’ plaatste.

¹⁷² Popper, 1974, p111

Poppers werk kan als een icoon van onze tijdgeest worden beschouwd: een letterlijke sprong in het ongewisse. Het laatste bastion van de waarheid en zekerheid wordt omgevormd tot een open tempel van mogelijkheden, waarin geen enkele ‘zekerheid’ onaantastbaar is. De reden waarom Popper sceptisch staat tegenover de mogelijkheid absolute waarheid te realiseren, ligt volgens mij in zijn pessimistisch mensbeeld. De mens-op-zich is in zijn ogen een onvolmaakt wezen; en de menselijke geest is een actieve entiteit die voortdurend in de realiteit interfereert. ‘Waarheid’ en ‘realiteit’ zijn hierdoor abstracte begrippen die enkel indirect via een artificiële constructie van hypothesen en basis statements kunnen worden voorgesteld. De mens-op-zich (het individu) plaatst zich met de wetenschappelijke methode vrijwillig op een afstand en vist met de ‘netten van hypothesen’, naar flarden waarheid.

Boeddha daarentegen heeft een optimistisch mensbeeld. Net als Popper begint hij wel met de stelling dat de mens onvolmaakt is en dat de menselijke geest een ‘waarheidsversturende’ entiteit is, maar in tegenstelling tot Popper geeft hij een methode die ons in staat stelt de menselijke geest tot een instrument om te vormen waarmee men de waarheid *direct* kan ervaren. De mens is een wezen dat in staat is zichzelf te verbeteren tot in de ultieme perfectie. Twee methodes, twee mensvisies. Wetenschap als een methode voor niet-perfecte mensen om kennis over de wereld te verwerven; Boeddha’s leer als een methode voor onvolmaakte mensen om via kennis van eigen onvolmaaktheden, tot volmaaktheid te komen. Popper heeft gelijk wanneer hij zegt dat we via wetenschap nooit tot ultieme waarheid kunnen komen. Hij ziet echter niet dat de sleutel tot ultieme waarheid betreffende zichzelf en de wereld, in het individu zelf ligt. Een oud Chinees gezegde zegt het volgende:

*“What all people desire to know is that (i.e. the external world),
But their means of knowing is this (i.e. oneself);
How can we know that?
Only by the perfection of this.”¹⁷³*

Boeddha’s methode is een radicaal individualistische methode. Juist in dit aspect onderscheidt het zich van Poppers intersubjectieve visie op wetenschap. Maar hiermee onderscheidt Boeddha’s methode zich ook van al hetgeen waarvan Popper de wetenschap tracht af te scheiden: al hetgeen dat tot een ‘gesloten samenleving’ leidt; namelijk dogma’s, ideologieën,

¹⁷³Kuan Tzu in Verhoeven, 2001, <http://online.sfsu.edu/~rone/Buddhism/VerhoevenBuddhismScience.htm>

religies en zelfs ‘dogmatische wetenschap’ die in plaats van de kritische, de autoritaire methode gebruiken om legitimiteit te verwerven. Dit is echter -net als de ‘kritische wetenschap’- een fenomeen dat al haar kracht uit de publieke sfeer haalt. De ultieme scheidingslijn tussen privé en publiek, wetenschap en niet-wetenschap, ratio en irrationaliteit, is voor Popper de intersubjectieve *kritische* methode, en niet de ‘natuur’ van het fenomeen in kwestie; dit wil zeggen: of het intersubjectief is of niet. Het feit dat religie zich in Poppers denken in de privé-sfeer dient te bevinden, wil nog niet zeggen dat het een ‘niet-intersubjectieve’, of ‘privé-natuur’ heeft. Religie is *uitgesloten* –op artificiële wijze- uit het publieke forum. Religie zou zich nooit op natuurlijke wijze onthouden van het publieke forum, aangezien het een publiek en intersubjectief fenomeen is.

Boeddha’s methode is kritisch, maar niet intersubjectief; en bijgevolg valt deze methode buiten Poppers denkkader. De methode is kritisch aangezien het louter aan het individu zelf wordt overgelaten om voor zichzelf te experimenteren. De methode is niet intersubjectief, aangezien de notie van waarheid op het intersubjectieve niveau slechts een zeer beperkte waarde heeft: waarheid heeft hier slechts waarde indien ze *individueel ervaren* wordt.

Boeddha legt de nadruk op het feit dat, indien men zuivere kennis wil bekomen, we ook zelf zuiver moeten zijn. Deze radicaal individualistische methode herenigt met andere woorden het zuivere individu met de zuivere kennis: ‘kennis’ is niet meer een abstracte hypothese of basis stelling die ver van ons bed ligt, of een ‘waarheid’ die door een of ander instituut opgelegd werd; kennis is iets dat *leeft* in het individu zelf; we staan er niet los van. Zuivere kennis is in die zin niet hetgeen de geest in het lichaam en de wereld errond observeert, zuivere kennis is hetgeen via de observatie vanuit de geest van *lichaam en geest* voortkomt. De observatie van lichaam door geest, en van geest door geest, vereist dat de geest zuiver is. Graduele zuivering van de geest van verlangen en afkeer via waarheidservaring is de leer van Boeddha. Om te concluderen citeer ik de kern van Boeddha’s leer voor de derde keer:

“Not to do any evil, to cultivate good, to purify one’s mind, - this is the teaching of the Buddhas”¹⁷⁴

De interesse in Boeddha’s leer neemt toe. Ons tijdperk van fundamentele onzekerheid, waarin alles mogelijk is leidt tot hetgeen Popper ‘de belasting van beschaving noemt’ (*the strain of*

¹⁷⁴ Dhammapada, H14, vers 183

civilisation): toenemende verantwoordelijkheden, onzekerheid, stress,...maar geen vrede. De zoektocht naar vrede en de honger naar vaste grond veroorzaken onrust.

De wetenschappelijke methode zelf neemt er misschien wel vrede mee dat niets zeker is, dit wil daarom niet zeggen dat het grote deel van de mensheid in staat is dit onder ogen te zien en hiermee vrede te sluiten. Boeddha's 'stille' revolutie waarin het individu *in zichzelf ervaart* dat de enige mogelijke vorm van vrede, de *aanvaarding* van de absolute realiteit van verandering en vergankelijkheid is, zou wel eens tot een van de grootste revoluties in de westerse wereld kunnen leiden.

Bibliografie

-Almond, Philip C., *The British Discovery of Buddhism*, Cambridge, Cambridge University Press

-Bodhi, Bhikkhu, 2000, *The Connected Discourses of the Buddha, a translation of the Samyutta Nikaya*. Somersville: Wisdom Publications

Bohm, David, *Classical and Non-Classical Concepts in the Quantum Theory. An Answer to Heisenberg's Physics and Philosophy*, The British Journal for the Philosophy of Science, Vol. 12, No. 48. (Feb., 1962), pp. 265-280.

Bohm, David, *On the Relationship between Methodology in Scientific Research and the Content of Scientific Knowledge*, The British Journal for the Philosophy of Science, Vol. 12, No. 46. (Aug., 1961), pp. 103-116.

Bohr, Niels, *Causality and Complementarity*, Philosophy of Science, Vol. 4, No. 3. (Jul., 1937), pp. 289-298.

-Catton, Philip & Macdonald, Graham, *Karl Popper, Critical Appraisals*, London, Routledge

-Corvi, Roberta, *An Introduction to the Thought of Karl Popper*, London, Routledge

-Damasio, 1999, Anthony R., *The Feeling of What Happens, Body and Emotion in the Making of Consciousness*, New York, San Diego, Harcourt Brace & Company

-Dhar, P.L., 2007, *Value Inculcation through Self-Observation*, Igatpuri, Vipassana Research Institute (VRI)

- Goenka, 1999, *Satipatthana Sutta Discourses*, Seattle, Paryatti Editions, ook in <http://www.vri.dhamma.org/publications/webversion/english/dstp.html>

-Hart, William, 2005, *The Art of Living, Vipassana Meditation as Taught by S.N. Goenka*, Igatpuri, Vipassana Research Institute (VRI)

-Kohl, Christian Thomas, *Buddhism and Quantum Physics, A Strange Parallelism of two Concepts of Reality*, Contemporary Buddhism, Vol. 8, No.1, May 2007, pp. 69-82.

-Ledi Sayadaw Mahathera, 2004, *The Manuals of Dhamma*, Igatpuri, Vipassana Research Institute (VRI)

-Mehm Tin Mon, 2002, *Buddha Abhidhamma, Ultimate Science*, Penang, Suhi Hotu Sdn Bhd

-Nanamoli, Bhikkhu & Bodhi, Bhikkhu, 2001, *The Middle Length Discourses of the Buddha, a translation of the Majjhima Nikaya*. Somersville: Wisdom Publications

-Nyanaponika Thera, 1998, *Abhidhamma Studies, Buddhist Exploration of Consciousness and Time*, Somersville: Wisdom Publications

-Popper, Karl R., 1974, *The Logic of Scientific Discovery*, London, Hutchinson & Co, LTD

- Popper, Karl R., 1969, *The Open Society and its Enemies, Vol. 1: The Spell of Plato*, London, Routledge & Kegan Paul
- Popper, Karl R., 1969, *The Open Society and its Enemies, Vol. 2: Hegel & Marx*, London, Routledge & Kegan Paul
- Rahula, Ven. Dr. W., 2004, *What the Buddha Taught*, Bangkok, Haw Trai Foundation
- Stokes, Geoffrey, 1998, *Popper, Politics and Scientific Method*, Malden, Blackwell Publishers Inc.
- Störich, Hans Joachim, 1974, *De Geschiedenis van de Westerse Filosofie, Vol 1*, Antwerpen/Utrecht, Spectrum
- Störich, Hans Joachim, 1974, *De Geschiedenis van de Westerse Filosofie, Vol 2*, Antwerpen/Utrecht, Spectrum
- U Ko Lay, 2006, *Essence of Tipitaka*, Igatpuri, Vipassana Research Institute (VRI)
- Verhoeven, Dr. Martin J., 2001, *Buddhism and Science: Probing the Boundaries of Faith and Reason*, in *Religion East and West*, Issue 1, June 2001, pp. 77-97, <http://online.sfsu.edu/~rone/Buddhism/VerhoevenBuddhismScience.htm>
- Vipassana Research Institute (VRI), 1998, *Mahasatipatthana Sutta*, Igatpuri, Vipassana Research Institute (VRI)
- Vipassana Research Institute (VRI), 2003, *Sayagyi U Ba Khin Journal, A Collection Commemorating the Teaching of Sayagyi U Ba Bhin*, Igatpuri, Vipassana Research Institute (VRI)
- Vipassana Research Institute (VRI), 2002, *The Importance of Vedana and Sampajanna, A Seminar February 1990, Dhamma Giri, Igatpuri*, Igatpuri, Vipassana Research Institute (VRI)
- Vipassana Research Institute (VRI), The Pali Tipitaka Project, in <http://www.vri.dhamma.org/publications/tpmain.html>