

Voltooiing van geluk



Fragment uit Latukikopama-Sutta ("De gelijkenis van de kwartel")

Er zijn, Udayin, vijf soorten geneugten. Welke vijf?

De door het oog waar te nemen vormen, de door het oor waar te nemen geluiden, de door de neus waar te nemen geuren, de door de tong waar te nemen smaken, de door het lichaam waar te nemen aanrakingen, in zoverre zij aantrekkelijk, aangenaam, lieflijk, dierbaar, met lust verbonden zijn en hartstocht stimuleren.

Dit zijn de vijf soorten geneugten.

Het geluk en het genoegen dat op grond van deze vijf geneugten ontstaat, dat wordt het *geluk van de geneugten* genoemd, een laag-bij-de-gronds geluk, een geluk voor de doorsneemens, een onedel geluk.

Ik zeg van dit geluk dat het niet nagestreefd moet worden, niet gecultiveerd moet worden, niet ontwikkeld moet worden, [maar] gevreesd moet worden.

Dan, Udayin, is er de monnik. Afstand genomen hebbend van zintuiglijke geneugten, afstand genomen hebbend van onheilzame geestestoestanden gaat hij het **eerste meditatiestadium** binnen, dat vergezeld gaat van nadenken en overwegen, uit afzondering geboren is en gekenmerkt wordt door vreugde en geluk, en verblijft daarin.

Door het tot rust komen van nadenken en overwegen bereikt hij innerlijke vrede en eenpuntigheid van geest, en gaat het **tweede meditatiestadium** binnen, dat vrij is van nadenken en overwegen, uit concentratie geboren is en gekenmerkt wordt door vreugde en geluk, en verblijft daarin.

Door het ophouden van vreugde verwijlt hij in gelijkmoedigheid en aandacht, in volle bewustheid en ervaart hij lichamelijk geluk, hetgeen de edelen beschrijven als "gelijkmoedig, aandachtig, verwijlend in geluk"; zo gaat hij het **derde meditatiestadium** binnen en verblijft daarin.

Na het ophouden van geluk en na het ophouden van lijden en omdat vroeger al blijdschap en neerslachtigheid verdwenen waren gaat hij het van leed en geluk vrije, door zuivere gelijkmoedigheid en aandacht gekenmerkte **vierde meditatiestadium** binnen, en verblijft daarin.

Dit wordt het geluk van de verzaking, het geluk van de gescheidenheid, het geluk van het tot rust komen, het *geluk van het ontwaken* genoemd.

Ik zeg van dit geluk dat het nagestreefd moet worden, gecultiveerd moet worden, ontwikkeld moet worden, [en] niet gevreesd moet worden.

Het **eerste meditatiestadium**, Udayin, behoort tot het storende, zeg ik.

En wat is het dat daarin tot het storende behoort?

Het nadenken en overwegen die daarin niet opgehouden zijn, die behoren daarin tot het

storende.

Het **tweede meditatiestadium**, Udayin, behoort ook tot het storende, zeg ik.

En wat is het dat daarin tot het storende behoort?

De vreugde en het geluk die daarin niet opgehouden zijn, die behoren daarin tot het storende.

Het **derde meditatiestadium**, Udayin, behoort ook tot het storende, zeg ik.

En wat is het dat daarin tot het storende behoort?

De gelijkmoedigheid en het geluk die daarin niet opgehouden zijn, die behoren daarin tot het storende.

Het **vierde meditatiestadium** nu, Udayin, behoort tot het niet-storende, zeg ik.

Het **eerste meditatiestadium** is niet genoeg. Geef het op. Overstijg het, zeg ik.

En wie is degene die het overstijgt?

De monnik die het **tweede meditatiestadium** binnengaat, is degene die het overstijgt. Dit is ook niet genoeg. Geef het op. Overstijg het, zeg ik.

En wie is degene die het overstijgt?

De monnik die het **derde meditatiestadium** binnengaat, is degene die het overstijgt. Dit is ook niet genoeg. Geef het op. Overstijg het, zeg ik.

En wie is degene die het overstijgt?

De monnik die het **vierde meditatiestadium** binnengaat, is degene die het overstijgt. Dit is ook niet genoeg. Geef het op. Overstijg het, zeg ik.

En wie is degene die het overstijgt?

Welnu, Udayin, een monnik stelt zich voor - na het geheel overstijgen van de voorstelling van vormen, na het op houden van de voorstellingen van weerstand, na het uitschakelen van de aandacht voor de voorstelling van de veelheid de dingen - dat de ruimte oneindig is en betreedt zo de **sfeer van oneindigheid van de ruimte**, en verblijft erin.

Hij is iemand die het overstijgt. Dit is ook niet genoeg. Geef het op. Overstijg het, zeg ik.

En wie is degene die het overstijgt?

Welnu, een monnik stelt zich voor - na de sfeer van oneindigheid van de ruimte geheel overstege te hebben - dat het bewustzijn oneindig is en betreedt zo de **sfeer van oneindigheid van het bewustzijn** en verblijft erin.

Hij is iemand die het overstijgt. Dit is ook niet genoeg. Geef het op. Overstijg het zeg ik.

En wie is degene die het overstijgt?

Welnu, een monnik stelt zich voor - na de sfeer van oneindigheid van het bewustzijn geheel overstege te hebben - dat er niets is en betreedt zo de **sfeer van nietsheid** en verblijft erin.

Hij is iemand die het overstijgt. Dit is ook niet genoeg. Geef het op. Overstijg het, zeg ik.
En wie is degene die het overstijgt?

Welnu, een monnik betreedt - na de sfeer van nietsheid geheel overstegen te hebben - de **sfeer van noch-voorstelling noch-geen-voorstelling** en verblijft erin.

Hij is iemand die het overstijgt. Dit is ook niet genoeg. Geef het op. Overstijg het, zeg ik.
En wie is degene die het overstijgt?

Welnu, na de sfeer van noch-voorstelling-noch-geen voorstelling geheel overstegen te hebben bereikt een monnik het **ophouden van voorstelling en gevoel** en verblijft erin.

Hij is iemand die het overstijgt.

Zo spreek ik zelfs over het opgeven van de sfeer van noch-voorstelling-noch-geen-voorstelling.

Zie jij, Udayin, een keten, subtiel of grof, waarvan ik niet het opgeven

¹ verkondig?'

'Zeker niet, Heer.'

Aldus sprak de Verhevene. De eerwaarde Udayin was verrukt en verheugde zich over zijn woorden.

Bron: De Breet en Janssen: De verzameling van middellange leerredes, deel 2. Rotterdam 2004, p. 158-160



¹ "Overstijgen" en "opgeven" zijn te beschouwen als synoniemen van "transcendentie".