

Vul je geest met niets
Oosterse filosofie over het niets
Hoe doe je dat?

Michel Dijkstra

2026-07-08

- 1 Inleiding: Het raadsel van het niets
- 2 Het boeddhisme: Nirvana
- 3 Leegte: Nagarjuna
- 4 Het taoïsme: Lao Zi
- 5 Conclusie

Wat betekent “niets” in de oosterse filosofie?

Een fascinerend en frustrerend begrip

- Letterlijk: “Helemaal niets!” (negatief niets)
- Voorbeeld: de lege koelkast 's nachts
- Vroege westerse misinterpretatie: boeddhisme = nihilisme
- **Nirvana** werd gezien als de beëindiging van het bestaan

“Rare jongens, die boeddhisten: waarom zou je ernaar streven om niet meer te bestaan?”

De betekenis van nirvana

- Letterlijk: “De toestand waarin een vlam verkeert nadat hij is uitgedoofd.”
- Volgens de Indiase elementenleer kan vuur ook aanwezig zijn zonder dat je het waarneemt.
- Nirvana duidt op een toestand **voorbij** de categorieën ‘zijn’ en ‘niet-zijn’.

“Het ontdekken van de verlichting valt samen met het einde van het lijden.”

Een onvatbare manier van zijn

- Gekenmerkt door volmaakte onthechting.
- Niet rechtstreeks te benoemen.
- Daarom: spreken in **ontkenningen**.

“Er is die sfeer waar aarde noch water noch vuur noch wind zijn, noch deze wereld noch een andere wereld noch zon en maan beide. [...] Dit is voorwaar het einde van het lijden.”

Waarom ontkenningen?

De oorzaak van lijden

- Het menselijk bestaan wordt gekenmerkt door **constante onvrede** (lijden).
- Oorzaak: **dorst** of **begeerte** (verlangen naar sneller, beter, meer).
- Nirvana = het loslaten van **alle** verlangens.

De valkuil

Nirvana kan zelf weer een object van begeerte worden.

“Het niets is een therapeutisch begrip, dat ons aanzet tot onthechting.”

Alle dingen zijn leeg

- Nagarjuna (ca. 2e eeuw) werkte het denken van de Boeddha uit.
- **Leegte** betekent niet dat er niets bestaat.
- Dingen zijn leeg van *iets*: ze missen een **zelfstandig of eigenstandig bestaan**.

“Alles is leeg, zelfs jij en ik.”

Waarom is alles leeg?

Geen onvergankelijke kern

- Niets heeft een vaste, eeuwige kern.
- **Alles is vergankelijk.**
- De illusie van eeuwige dingen ontnemt ons het zicht op de werkelijkheid.
- De vergankelijkheid ontkennen levert vroeg of laat nog meer lijden op.

“Dit waren ook de laatste woorden van de Boeddha.”

Afhankelijk ontstaan

- Juist doordat niets een vaste kern heeft, zijn alle dingen met elkaar verbonden.
- Voorbeeld: een boek is verbonden met bomen, houthakkers, papierfabriek, schrijver, uitgeverij, boekhandelaar...

“Er is geen ding dat niet met alle andere dingen is verbonden.”

“Alles is mogelijk voor wie de leegte mogelijk is.”

De Weg (Tao)

*“De Weg waarover gesproken kan worden, is niet de permanente Weg.
De naam die genoemd kan worden, is niet de permanente naam.”*

Niets en Bestaan

*“‘Niets’ is de naam van het begin van hemel en aarde.
‘Bestaan’ is de naam voor de moeder van de tienduizend dingen.”*

Een hoogste principe

- De Weg is de bron van alle dingen.
- We kunnen er niets zinnigs over zeggen, omdat woorden meer over onszelf zeggen.
- “Niets” = niet-bestaand? Nee: een **niet-ding**.

“Weet je wel dat hetgeen de vormen vormt zelf geen vorm is?”

“Een vormloze maar creatieve openheid waaruit alle dingen voortkomen.”

Afstemmen op de oorsprong

- De mens kan zich afstemmen op de Weg.
- Ontdoe je van al je (voor)oordelen.
- Laat niets in je geest toe.
- **Hart-geest:** voelen en denken gaan samen.

“Stil is de hart-geest van de wijze. Het is de spiegel van hemel en aarde, de spiegel van de tienduizend dingen.”

Ultiem respect

- De wijze veroordeelt niets of niemand.
- Alles en iedereen wordt weerspiegeld.
- Zo wordt alles en iedereen ultiem gerespecteerd.

“De mens die zoveel mogelijk niets in zijn geest toelaat, ontdekt een onbegrensde verbinding met het leven.”

Dus: het niets vernietigt ons niet, maar verbindt ons met het bestaan.

Drie inzichten uit de oosterse filosofie

- ① **Nirvana**: een toestand voorbij zijn en niet-zijn, het einde van het lijden door loslaten van verlangens.
- ② **Leegte**: geen vaststaande kern, alles is vergankelijk en met elkaar verbonden.
- ③ **De Weg**: de vormloze bron van alle dingen; de wijze spiegelt de wereld zonder te oordelen.

Het niets is geen vernietiging, maar een uitnodiging tot verbinding.