Wat is de Sangha?

De aard van de
spirituele gemeenschap

&

Sangharakshita

Wat is de Sangha? – versie november 2016

Naar het Nederlands vertaald en uitgegeven door Stichting de 3 Juwelen, Amsterdam, met toestemming van Paramananda en Windhorse Publications.

Stichting de 3 Juwelen, Amsterdam, Nederland, 2013.

Oorspronkelijk uitgegeven in het Engels door Windhorse Publications, Birmingham, Verenigd Koninkrijk

Een uitgave van

de 3 juwelen

Vind meer teksten
op onze website en in de
Triratna stadscentra

www.de3juwelen.org

Inhoud

Inhoud _____ *7*

Over de schrijver _____ *1*

Voorwoord van de redactie _____ *3*

deel 1: de groep en de spirituele gemeenschap _____ *11*

Introductie _____ **12**

Hoofdstuk 1. Het sangha juweel _____ **15**

De drie kostbaarste dingen _____ 15

Wat is boeddhistisch leven? _____ 19

Waarom voor Toevlucht gaan naar de sangha? _____ 22

Hoofdstuk 2: De traditionele sangha _____ **28**

Het vieren van de sangha toevlucht. _____ 28

De traditionele categorieën van de sangha. _____ 32

De maha-sangha _____ 33

De bhiksu - bhiksuni sangha _____ 33

De Arya-sangha _____ 37

De bodhisattva hiërarchie _____ 40

Hoofdstuk 3: Individualiteit de essentie van sangha. _____ **43**

Hoofdstuk 4:De geschiedenis van de spirituele gemeenschap 51

De historische ontwikkeling van spirituele gemeenschappen _____ 58

Hoofdstuk 5: De groep en de spirituele gemeenschap _____ **64**

De kenmerken van de groep _____ 65

De spirituele gemeenschap _____ 69

Hoe de groep en de spirituele gemeenschap elkaar beïnvloeden __ 71

Hoofdstuk 6: Autoriteit _____ **78**

Hoofdstuk 7: De positieve groep en de nieuwe maatschappij 87

Hoofdstuk 8: Het pad van ontevredenheid _____ **96**

deel 2: het ware individu _____ *105*

Introductie _____ **106**

Hoofdstuk 9: De evolutie van het individu _____ **114**

Hoofdstuk 10: Het geïntegreerde individu _____ **127**

Hoofdstuk 11: Het overwinnen van het zelf _____ **136**

Hoofdstuk 12: De kunstenaar als het echte individu. _____ **150**

deel 3: het netwerk van persoonlijke relaties. _____ *167*

Introductie. _____ **168**

Hoofdstuk 13: Een boeddhistische ouder zijn. _____ **179**

1. Bedenk dat je als eerste boeddhist bent en als tweede een ouder. _____179

2. Wees niet bang om je kinderen het boeddhisme te leren._____180

3. Realiseer je dat je er tegenaan moet gaan._____182

4. Wordt lid van een ouder - leraar organisatie._____182

5. Communiceer met je kinderen._____183

6. Beperk televisie kijken._____184

7. Geef je kinderen een gezond dieet._____185

8. Socialiseer je kind._____186

9. Wees niet bezitterig._____187

10. Leer je kinderen juist te spreken._____188

11. Neem je kinderen mee naar geschikte boeddhistische festivals. _____189

12. Introduceer je kinderen bij je boeddhistische vrienden._____190

13. Leer kinderen zorg te dragen voor het milieu._____191

14. Leer kinderen empathie te hebben._____192

15. Voel je niet schuldig als je fouten gemaakt hebt._____193

Hoofdstuk 14: Is een goeroe noodzakelijk? _____196

Hoofdstuk 15: Trouw _____218

Hoofdstuk 16: De betekenis van vriendschap. _____233

Hoofdstuk 17: Boeddhisme en zakelijke betrekkingen. ____ 242

Hoofdstuk 18: Niet-uitbuiting. _____ 253

Hoofdstuk 19: Dankbaarheid. _____ 261

conclusie: kan de spirituele gemeenschap de wereld redden? _____ 279

Hoofdstuk 20: Een boeddhistische zienswijze op huidige wereldproblemen. _____ 280

1. Zelfontwikkeling._____ 285

2. Sluit je aan bij een spirituele gemeenschap._____ 286

3. Stop je ondersteuning aan alle groepen of instellingen die feitelijk de directe of indirecte ontwikkeling van het individu ontmoedigen. _____ 286

4. Moedig de ontwikkeling van individualiteit aan binnen alle groepen waartoe je onvermijdelijk behoort._____ 287

Hoofdstuk 21: Boeddhisme en de westerse samenleving. __ 289

Over de schrijver

Sangharakshita kreeg de naam Dennis Lingwood bij zijn geboorte in 1925 in Zuid Londen. Hij ontwikkelde al op zeer jonge leeftijd, voornamelijk als autodidact, een interesse in de culturen en filosofieën van het Oosten. Toen hij 16 jaar was realiseerde hij zich dat hij boeddhist was.

Tijdens de Tweede Wereldoorlog vertrok hij als dienstplichtig militair naar India waar hij na het eind van de oorlog bleef en een boeddhistische monnik werd. Bij zijn inwijding kreeg hij de naam Sangharakshita. Na een paar jaar onder leiding van belangrijke leraren uit diverse boeddhistische tradities gestudeerd te hebben, begon hij zelf onderricht te geven en veel te schrijven. Hij speelde een belangrijke rol in de opleving van boeddhisme in India, in het bijzonder door zijn werk onder de volgelingen van dr. B. R. Ambedkar.

Na 20 jaar in India verbleven te hebben keerde hij in 1964 naar Engeland terug. In 1967 richtte hij de Vrienden van de Westerse Boeddhisten Orde (VWBO) [1] op en in 1968 de Westerse Boeddhisten Orde [2] (in India werd ze de *Trailokya Bauddha Mahasangha* genoemd). Als vertaler tussen Oost en West, tussen de traditionele en moderne wereld, en tussen principes en beoefeningen, wordt de diepgang van de ervaring van Sangharakshita, als mede zijn helder denken, overal in de wereld gewaardeerd. Hij heeft altijd in het bijzonder de nadruk gelegd op het doorslaggevende belang van toewijding in het spirituele leven, de hoogste waarde van spirituele vriendschap en spirituele gemeenschap, het verband tussen religie en kunst en de noodzaak voor een ‘nieuwe samenleving’, die spirituele idealen en aspiraties ondersteunt.

[1] sinds 2010 de Triratna Boeddhistische Beweging

[2] sinds 2010 de Triratna Boeddhistische Orde

De VWBO is nu een internationale boeddhistische beweging met meer dan 60 centra in vijf continenten. Recentelijk heeft Sangharakshita de meeste van zijn verantwoordelijkheden overgedragen aan zijn meest ervaren volgelingen in de Orde. Vanuit zijn basis in Birmingham [3] richt hij zich nu op persoonlijk contact met mensen en op zijn literaire werk.

[3] nu Adhisthana

Voorwoord van de redactie

Gedurende zijn lange carrière als leraar heeft Sangharakshita miljoenen woorden gesproken in de context van lezingen en seminars. Deze zijn allemaal zorgvuldig vastgelegd, zowel op tape als via transcripties, tot het moment waarop zij in boekvorm kunnen verschijnen. In deze boeken, 'gesproken-woorden' boeken genaamd, proberen we om de spontaniteit en toegankelijkheid aan te houden die zo kenmerkend zijn voor de stijl van onderricht van Sangharakshita. Ook proberen we het omzetten van gesproken naar geschreven woord op een dusdanige manier te doen dat het recht doet aan de literaire normen van de schrijver zelf - ook al is de proza waar we mee eindigen op velerlei manieren verschillend van zijn eigen schrijfstijl.

In de afgelopen tien jaar hebben we een aantal commentaren op boeddhistische teksten gepubliceerd, alsmede boeken die verschillende aspecten van het boeddhistische leven en van verschillende boeddhistische beoefeningen introduceren. Er is veel materiaal om uit te kiezen en onze redenen om aan een specifieke tekst op een specifiek moment te werken zijn divers. Voor zover ik het mij herinner kwamen Jinananda en ik voor het eerst met het idee voor de huidige serie, met als eerste boek '*Wie is de Boeddha*?' in een café in West Londen terwijl we friet aan het eten waren. We hadden net gehoord dat Bertolucci een film aan het maken was over de Boeddha. Het leek ons dat dit het juiste moment was om een boek over het leven van de Boeddha, gebaseerd op de lezingen van Sangharakshita, samen te stellen. We schetsten een ruw plan op het vanouds gebruikelijke servet en het boek was net op tijd gerealiseerd voor de film uitkwam.

Het volgende boek in de serie is in mijn herinnering ook verbonden aan een specifieke plek. Deze keer waren Jinananda en ik aan het wandelen tijdens een retraite voor het team van Windhorse Publications in Norfolk. We waren al een tijdje aan het worstelen (ik denk dat dit het juiste woord is) met een boek over de Abhidharma (nu gepubliceerd als *Know Your Mind*). We waren aan het bespreken

wat het volgende boek zou kunnen zijn. Ik weet niet waarom het ons niet eerder duidelijk was, maar het besef dat we een boek samen konden stellen met de naam '*Wat is de Dharma*?' kwam plotseling in ons op terwijl we door de velden van Norfolk liepen.

Vanaf dat moment was het creëren van het huidige deel natuurlijk onvermijdelijk, maar wat de inhoud zou moeten zijn was niet zo duidelijk. Een boek over de Boeddha gaat als vanzelf sprekend over het leven en de kwaliteiten van de Boeddha. Een boek over zijn leringen, de Dharma, gaat natuurlijk over doctrines, principes en beoefeningen. Maar wat moet een boek over de sangha bevatten? Inderdaad, wat is de sangha?

De termen Boeddha en Dharma zijn in het Westen wel bekend. De term sangha is niet in dezelfde mate bekend, een feit dat iets belangrijks aangeeft. Het is waarschijnlijk terecht om te zeggen dat veel westerse boeddhisten de neiging hebben om hun boeddhistische beoefening te beschouwen als een persoonlijke en privé aangelegenheid of als iets tussen henzelf en hun spirituele leraar. In veel boeddhistische kringen wordt de term 'sangha' hoofdzakelijk gebruikt om te verwijzen naar de boeddhistische monastieke gemeenschap, ter onderscheid van de leken gemeenschap. In de meest recente versie van het Oxford woordenboek wordt het ook zo gedefinieerd. Ik heb de indruk dat westerse boeddhisten nu pas beginnen te begrijpen wat sangha, spirituele gemeenschap, inhoudt als een ideaal voor alle boeddhisten, ongeacht levensstijl.

Maar sinds de Boeddha voor het eerst de Dharma onderrichtte, wordt de sangha door boeddhisten als een ideaal beschouwd dat vereerd en nagestreefd dient te worden net zoals de Boeddha en Dharma. Een boek wat de bedoeling heeft om de sangha te introduceren aan een modern westers lezerspubliek dient dan ook te verklaren waarom dat zo is.

De meest duidelijke antwoorden op de vraag 'Wat is de Sangha?' kunnen gegeven worden vanuit historisch en geografisch perspectief. Men kan een historisch verhaal schrijven over de ontwikkeling van de boeddhistische spirituele gemeenschap of de vele en

verschillende culturele omstandigheden beschrijven waarin het boeddhisme zich gedurende de eeuwen heeft ontwikkeld. Maar een dergelijke benadering, ook al kan het van groot belang zijn, raakt de kern van de zaak niet. Hoe komt het dat de Sangha door de beoefenaar van de Dharma beschouwd wordt als een ideaal van dezelfde orde als de Boeddha en de Dharma?

Ik vind het plezierig dat ik me, ondanks het feit dat ik me de eerste discussie kan herinneren die we over dit boek hadden, niet kan herinneren waar of wanneer deze discussie plaatsvond. Dat lijkt overeen te komen met de aard van het boek zelf, die noch aan een geografisch noch aan een historisch perspectief gekoppeld is. Het omvat deze perspectieven maar haar fundamentele belangen zijn essentiëler. Het concentreert zich rondom thema's waar Sangharakshita veel aandacht aan heeft besteed en waaraan hij uitdrukking heeft gegeven in vele van de lezingen waarop dit boek gebaseerd is.

Het is niet verbazingwekkend dat hij aan de vraag: 'Wat is de Sangha?' zo gedetailleerd aandacht heeft gegeven. Er zijn zonder twijfel persoonlijke redenen voor: een begrip van de term 'sangha' is essentieel voor het begrijpen van de naam die hem bij zijn ordinantie was gegeven en daarom een begrip van wie hij is, ook al was het ontvangen van die naam klaarblijkelijk een toevalstreffer. Zoals Sangharakshita in het eerste deel van zijn memoires *The Rainbow Road* aanhaalt, gaf zijn preceptor U Chandramani hem eerst de naam Dharmarakshita. Het bleek echter al heel snel dat er al een monnik met die naam was.

'Als er twee Dharmarakshitas waren,' zo protesteerde hij, 'zou er een eindeloze verwarring zijn. Mensen zouden niet weten wie van ons wie was. Mijn brieven zouden bij hem worden bezorgd. En wat het ergste was, zijn brieven zouden bij mij bezorgd worden. Geen van ons zou ooit weten waar we waren.' 'Och', zei onze preceptor, die al dit gedoe en deze zorgen over namen met een gebaar van goedgehumeurd ongeduld naast zich neer legde, 'laat hem *dan Sangharakshita zijn!' Op deze niet-ceremoniële manier werd ik*

onder de speciale bescherming van de Sangha, of spirituele gemeenschap, geplaatst in plaats van onder de Dharma of Leer.

Deze toevallige gebeurtenis is opmerkelijk gezien het feit dat Sangharakshita, zoals hij het in zijn introductie van dit boek uitlegt, gedurende de eerste jaren van zijn boeddhistische leven bijna geen contact had met andere boeddhisten en zodoende bijna geen ervaring had van sangha in de ruimste betekenis van het woord. Eén van de thema's van zijn memoires is deze zoektocht naar en de uiteindelijk bevredigende ontdekking van gelijkgestemden in het spirituele leven.

Bovendien richtte Sangharakshita zelf, vele jaren na zijn ordinantie, een nieuwe boeddhistische orde op en maakte het zodoende voor duizenden andere mensen mogelijk om ook 'de bescherming van de sangha' te ervaren. Terwijl er, zoals hij zelf zegt, geen blauwdruk, geen plan was voor de ontwikkeling van deze nieuwe beweging, besteedde Sangharakshita veel zorg en aandacht aan wat nu eigenlijk de essentiële aard van sangha was. In het bijzonder het definiëren van een aantal termen nam hij heel serieus. Zo maakte hij bijvoorbeeld zorgvuldig onderscheid tussen 'de groep' en 'de spirituele gemeenschap'. Mensen hebben altijd groepen gevormd – families, stammen, landen, bedrijven, clubs – en we behoren allemaal tot vele verschillende groepen. Maar een spirituele gemeenschap is anders in die zin dat het opgebouwd is uit individuen, of althans uit mensen die ernaar streven om een individu te zijn. Maar wat is een individu? De term wordt hier duidelijk op een specifieke manier gebruikt. In de definitie van Sangharakshita betekent het niet de persoon die in statistisch opzicht een individu is, maar de man of vrouw die een 'waar individu' geworden is, of in het proces is om dat te worden. Dit is een staat van zijn die, zoals hier gedefinieerd, geassocieerd wordt met vele positieve en volwassen menselijke kwaliteiten.

De eerste twee delen van dit boek verkennen deze termen en de relatie tussen individualiteit en verwantschap met anderen die een boeddhistisch leven leiden of proberen te leiden. Deze relatie ligt ten grondslag aan de vraag 'Wat is de Sangha?' Hoe kunnen we onze

individualiteit behouden en verder ontwikkelen, en tegelijkertijd in goede samenwerking en harmonie met anderen leven? Dit zijn vragen waar boeddhisten overal, in het Oosten en het Westen, naar dienen te kijken.

In het derde deel van het boek wordt de relatie van het individu met anderen bekeken in termen van zes soorten relaties, waar de Boeddha zelf richtlijnen voor gaf: de relaties van ouders en kinderen, vrienden, partners, werkgevers en werknemers, monniken en leken, en leraren en leerlingen. Ieder van ons is betrokken in de meeste van deze relaties, zo niet in alle zes. Het maakt daarom deel uit van onze spirituele beoefening om positieve en creatieve manieren te vinden om hiermee om te gaan. Dit is ook waar het ideaal van Sangha over gaat. Ik wil hier opmerken dat, ook al is het passend om de titel 'Is een goeroe noodzakelijk?' voor het hoofdstuk over spirituele leraren te handhaven, Sangharakshita heeft opgemerkt dat we ervoor dienen te waken om de term 'goeroe' niet verkeerd te begrijpen. De term is inderdaad door populair gebruik zo ontdaan van zijn waarde, dat we, zoals Sangharakshita heeft gesuggereerd, die maar niet meer moeten gebruiken en ons in plaats daarvan tevreden stellen met de meer traditionele boeddhistische term *kalyana mitra*, 'spirituele vriend' – of zelfs met gewoon vriend.

Discussie over de rol van de sangha in het boeddhisme gaat vaak over vragen met betrekking tot de geldigheid of wenselijkheid van monastieke ordinantie, de aanwezigheid of afwezigheid van vrouwenhaat, of de boeddhistische gemeenschap voor of tegen het gezin is, etc. Dit zijn allemaal belangrijke vragen en ze krijgen terecht allemaal veel aandacht. Maar onder al deze zaken ligt nog iets dat veel belangrijker is. Hoe kunnen boeddhisten elkaar het beste helpen – en hoe kunnen zij de wereld helpen – naar een meer 'verlichte' manier van leven of zijn? Hoe kunnen we in deze betekenis goede vrienden voor elkaar zijn? Het is dan ook Sangharakshita's gevoel voor het belang van deze vragen, en het belang van vriendschap, dat dit boek vorm heeft gegeven.

In de laatste hoofdstukken van het boek wordt aandacht besteed aan de rol van dankbaarheid in het leven van een boeddhist en aan de

manier waarop de boeddhistische sangha invloed kan uitoefenen op de wijdere wereld – deze thema's zijn zeker in mijn gedachten nu ik dit voorwoord schrijf. Voor boeddhistische uitgevers is de publicatie van een boek op zich een taak in het beoefenen van sangha en er zijn heel wat mensen bij de productie van dit boek betrokken. Dit boek heeft, net als de sangha in zijn totaliteit, ook zijn historische en geografische aspecten. De lezingen waarop dit boek is gebaseerd zijn over een periode van vele jaren gegeven aan een verschillend publiek op verschillende plaatsen. Dit heeft vanzelfsprekend de leringen zelf vormgegeven. Het hoofdstuk met de titel 'Boeddhistisch ouderschap' is bijvoorbeeld gebaseerd op een lezing die gegeven is aan boeddhistische ouders. Sommige van de andere hoofdstukken danken hun ontstaan aan lezingen die gegeven werden ter gelegenheid van een boeddhistische feestdag, terwijl weer andere hoofdstukken gebaseerd zijn op publieke lezingen voor diegenen met weinig of geen kennis van boeddhistische beoefening. Ons doel is echter geweest om al het materiaal hier op een dusdanige manier te presenteren dat het toegankelijk is voor iedereen.

De lezingen werden gegeven in diverse omstandigheden en het werk aan het boek heeft ook op veel plekken plaatsgevonden. De lezingen werden uitgeschreven onder leiding van Silabhadra, vanuit zijn huis aan de zuidkust van Engeland – een werk met liefde verricht. Alle lof voor de prestatie om de transcripties tot een boek te maken gaat naar Jinananda, die dat deed te midden van zijn verantwoordelijkheden als vader in Londen. Toen ik het redactie-stokje overnam was ik onderweg naar een retraite in Montana. Sangharakshita las de eerste versie terwijl hij op retraite in Spanje was. Varaprabha produceerde de reeks van verrassende, toepasselijke en prachtige illustraties op Street Farm, ergens op het platteland van Norfolk en het geheel werd bij elkaar gebracht onder de deskundige leiding van Padmavajri in de kantoren van Windhorse Publications in Birmingham. Zoals altijd gaf Shantavira ons door zijn redactionele vaardigheden alle reden om vervuld te zijn met trots. Padmavajri creëerde de index, Dhivati las de eerste proefdruk en op afstand ontwierp Vincent Stokes de prachtige omslag.

Persoonlijk heb ik in het bijzonder het gezelschap van Jnanasiddhi gewaardeerd in het kantoor van de redactie. Een boek bewerken is meestal een eenzaam proces, maar we hebben een fijne tijd gehad met het uitwisselen van taalkundige raadsels terwijl we ieder aan onze specifieke projecten werkten. En op het moment dat je dit leest, zal ook de rest van ons team bij Windhorse erbij betrokken zijn geweest: Vidyasuri, David Tunnell, Keith Bellmore en Stuart Wallis, en vooral Dharmashura die Windhorse leidt.

Nu strekt dit netwerk van mensen zich uit naar jou, de lezer. Moge je, net als wij, baat vinden bij dit boek. Vanzelfsprekend komt alle baat van de leraar Sangharakshita. Hij is nauw betrokken geweest bij de publicatie van dit boek. Hij is zelf een bekwaam redacteur en hij heeft veel tijd aan dit boek besteed – naast eerst de lezingen te hebben gegeven. Hiervoor zijn we hem veel dank verschuldigd. Hij zal natuurlijk zeggen dat hij eenvoudigweg zijn begrip en ervaring van de boeddhistische traditie door geeft, zoals de leden van de sangha hebben gedaan sinds de tijd van de Boeddha. Als er geen sangha is, dan is er ook geen doorgeven van de Dharma. Onze dankbaarheid moet daarom teruggaan in de tijd, naar al degenen die het voor ons mogelijk hebben gemaakt om met deze lering in contact te komen, zelfs teruggaan tot aan de Boeddha zelf. En zoals we in hoofdstuk 19 van dit boek kunnen lezen was de Boeddha zelf ook vol dankbaarheid naar alles en iedereen die het hem mogelijk hadden gemaakt om Verlichting te bereiken. Je kan zelfs zeggen dat het bovenal dankbaarheid is dat de boeddhistische spirituele gemeenschap, de sangha, karakteriseert. Ik ben persoonlijk erg dankbaar om bij dit project betrokken te zijn geweest.

Vidyadevi

Birmingham

Oktober 2000

deel 1: de groep en de spirituele gemeenschap

Introductie

De eerste keer dat ik met boeddhisme in aanraking kwam was in de jaren 30, toen ik tien of elf jaar oud was.[1] Wat ik van een serie artikelen in een encyclopedie leerde, maakte toen weinig indruk op mij. Toen ik echter 16 jaar was las ik twee boeddhistische teksten, het *Diamant-soetra* en het *Soetra van Wei Lang* en deze maakten een hele sterke indruk op mij. Ik kan zelfs zeggen dat ik dankzij deze boeken mijn eerste ervaring had van wat in de boeddhistische traditie bekend staat als Volmaakte Visie, mijn eerste directe inzicht in de ware aard van de werkelijkheid. Vanaf dat moment beschouwde ik mezelf als een boeddhist maar het duurde nog twee jaar voordat ik in persoonlijk contact kwam met andere boeddhisten. Gedurende deze twee jaar was ik op mezelf aangewezen. Ik las, studeerde, probeerde te begrijpen en schreef zelfs over het boeddhisme. Ik las alles wat ik erover te pakken kon krijgen, wat er licht op kon werpen, inclusief materiaal van vele andere spirituele tradities.

Het boeddhisme in het Westen is sindsdien erg veranderd. Om te beginnen is het nog nooit eerder in de wereldgeschiedenis mogelijk geweest om vertalingen van de grote spirituele klassieke werken van het Oosten en Westen in onze eigen boekenkast te hebben, allemaal in goedkope uitvoeringen, om het rustig te kunnen lezen. Al deze spirituele tradities en leringen zijn elkaar opeens tegengekomen in een smeltkroes, allemaal op elkaar in werkend en effect hebbend op elkaar. En ook al zijn er tegenwoordig veel meer boeddhistische organisaties toch lijkt het erop dat voor veel mensen het eerste contact met de leer van de Boeddha nog steeds gebeurt via een boek. Persoonlijk contact met boeddhisten lijkt later te komen. Diegenen die in grote steden wonen, kunnen misschien vrij gemakkelijk boeddhistische groepen vinden. Maar buiten de stedelijke agglomeraties zijn veel mensen voor hun beoefening aangewezen op zichzelf, soms jarenlang. Ik heb mensen ontmoet die gedurende 10 of 15 jaar over boeddhisme hebben gelezen, en zelfs geprobeerd

hebben om te mediteren, zonder één enkele boeddhist in die tijd ontmoet te hebben.

We zijn geconditioneerd door onze ervaring, in het bijzonder door onze vroege ervaringen. Alles wat ons overkomt, laat een indruk na en dit geldt ook voor onze ervaring van boeddhisme. Als je de gewoonte opgebouwd hebt om alleen te studeren, alleen te mediteren, je eigen gedachten te ontwikkelen zonder ze te testen met anderen, of om echte communicatie te hebben met gelijkgezinde mensen, dan vraag je je misschien af of het wel echt nodig is om je überhaupt bij een groep aan te sluiten, zelfs een boeddhistische groep. Misschien zie je jezelf als iemand die zich niet bij een groep aansluit.

Maar, zoals ik zelf ontdekte toen ik uiteindelijk andere praktiserende boeddhisten ontmoette, maakt contact met andere mensen die ook het boeddhistisch pad volgen een wereld van verschil uit voor je eigen potentieel om het pad te volgen. Sterker nog, de sangha, de spirituele gemeenschap, heeft vanaf het allereerste begin van de boeddhistische traditie een even belangrijke plaats gekregen als de twee andere grote idealen van het boeddhisme: de Boeddha, die het ideaal van Verlichting vertegenwoordigt, en de Dharma, de weg of leer die naar Verlichting leidt.

Hoe verhoudt het toetreden tot een groep zich tot het ideaal van de spirituele gemeenschap? Het is deze vraag die we gaan verkennen in dit boek. In haar meest specifieke betekenis verwijst de term 'sangha' naar die mannen en vrouwen die gedurende de gehele boeddhistische geschiedenis Verlichting hebben bereikt door het volgen van de leer van Boeddha. Het woord 'sangha' wordt in sommige boeddhistische tradities ook gebruikt om te verwijzen naar de monastieke gemeenschap, in tegenstelling tot de lekengemeenschap. Meestal wordt het gebruikt om eenvoudigweg de boeddhistische gemeenschap als geheel aan te duiden. Bij het behandelen van de vraag: 'Wat is de Sangha?' zullen we echter stil staan bij de essentiële aard van sangha, dat wil zeggen, de aard van de relatie tussen de individuele boeddhist en het wijdere collectief van boeddhistische beoefenaars. Zoals we zullen zien bestaat de

sangha idealiter uit individuen die zich ontwikkelen. Haar doel is niet om een machtige organisatie, een groep, te worden, maar om de ontwikkeling van het individu te bevorderen, tot het uiteindelijke doel van bevrijding voor het welzijn van alle levende wezens.

Om de aard van de sangha in dit opzicht te verkennen, dienen we een aantal elementaire vragen te onderzoeken. Bijvoorbeeld, wat is het verschil tussen een groep en een spirituele gemeenschap? En hoe is het om een individu te zijn? Het eerste deel van dit boek is gewijd aan het verduidelijken van het verschil tussen de groep en de spirituele gemeenschap en bevat een korte geschiedenis van spirituele gemeenschappen, zowel boeddhistische als niet-boeddhistische. Ook wordt een begin gemaakt met een definitie van individualiteit.

Het tweede deel richt zich op het ware individu – dat wil zeggen, wat het betekent om waarlijk mens te zijn – in de context van de evolutie van bewustzijn. Tevens worden op verschillende manieren de kwaliteiten verkend die met individualiteit verbonden zijn.

Zoals we zullen zien, kan gezegd worden dat sangha, in de ruimste zin van het woord, over communicatie gaat, over relaties. Het derde en laatste deel van dit boek behandelt dan ook, of geeft althans een kort zicht op (want dit is een groot onderwerp), de ethische consequenties van de individuele relaties van de boeddhist met anderen: vrienden, partners, gezin/familie, collega's en spirituele leraren. En ten slotte wordt in de laatste hoofdstukken in het kort gekeken naar de relatie van de individuele boeddhist en de spirituele gemeenschap ten aanzien van de wereld als geheel. De mogelijkheid dat de boeddhistische sangha een rol kan spelen in het verbeteren van de situatie waarin we ons, globaal gesproken, bevinden komt als laatste aan de orde.

Hoofdstuk 1. Het sangha juweel

De drie kostbaarste dingen

Elke religie of spirituele traditie heeft bepaalde concepten, symbolen, geloofsovertuigingen en idealen die zijn hoogste waarden belichamen. De sangha is één van de drie idealen die in het hart van het boeddhisme liggen en daarom wil ik het in eerste instantie vanuit deze context behandelen.

Het eerste ideaal is het ideaal van Verlichting. Dit is een staat van zijn waarbij wijsheid één is met mededogen en mededogen één is met wijsheid. Het is een intuïtief begrijpen van de ultieme werkelijkheid in zijn absolute diepten en in al haar manifestaties. Dit ideaal wordt niet vertegenwoordigd door een goddelijke vorm – niet door 'God' of een profeet of verpersoonlijking of zoon van God – noch door een wijs en meedogend menselijk wezen, maar door een man die later de Boeddha genoemd zou worden. De historische Boeddha was een gewoon mens die door zijn eigen inspanningen zijn menselijke beperkingen oversteeg. Zo werd hij voor boeddhisten het symbool van de werkelijkheid zelf. Als we het Boeddha-juweel als een ideaal accepteren, erkennen we dat het voor ons persoonlijk belangrijk is en dat we zelf ook Verlichting kunnen bereiken. Kortom, de Boeddha laat ons zien wat wij kunnen worden.

Het tweede grote ideaal in boeddhisme is dat van de Dharma. Dit woord heeft een ongelooflijke hoeveelheid verschillende betekenissen. Het betekent onder andere: kenmerk, wet, principe, gewoonte, beoefening, traditie, plicht en ultiem element van het bestaan.[ii] Maar hier betekent het: pad naar Verlichting. Het is het geheel van alle beoefeningen, procedures, methodes en rituelen die ons helpen bij het realiseren van Verlichting.

Het op deze wijze definiëren van de leer van Boeddha is essentieel voor het helder begrijpen van boeddhisme. Als boeddhist is het gemakkelijk om een dogmatische houding aan te nemen en te

zeggen: 'Het boeddhisme **is** dit of dat doen'. Maar iemand uit een andere school van het boeddhisme kan het tegenovergestelde zeggen. Sommige boeddhisten kunnen bijvoorbeeld zeggen: 'Het hangt allemaal van je eigen inspanningen af'. Weer anderen kunnen zeggen dat 'elke inspanning die je doet, eenvoudigweg je verwarring versterkt – je hoeft je alleen maar te realiseren dat er geen zelf is om een inspanning te leveren'. Hoe gaan we met zulke tegenstrijdige boodschappen om? Hoe komen we tot de kern van wat de Boeddha echt bedoelde te communiceren?

Gelukkig voor ons kwam deze vraag ook op bij één van de oorspronkelijke volgelingen van Boeddha en wel bij Mahaprajapati, zijn vroegere pleegmoeder en tante. Ook toen al bestonden er verschillende meningen over wat de Boeddha werkelijk onderwees. Zij kon natuurlijk direct naar de bron van al die verschillende interpretaties van de Dharma gaan. Ze vroeg de Boeddha: 'Hoe beoordelen we wat Dharma is en wat het niet is?' En hij zei: 'Het is heel eenvoudig. Die leringen die, wanneer ze in de praktijk toegepast worden (niet door erover te speculeren maar *door ze in de praktijk te brengen*) tot onthechting, verminderen van werelds gewin, soberheid, tevredenheid, geduld, energie en verheugen in het goede leiden – daarvan kun je zeker zijn dat het mijn Dharma is. De tegenovergestelde dingen zijn niet mijn Dharma.'[iii]

De Boeddha laat hier in precieze termen de doelstellingen van het spirituele leven zien. Dit is beslist geen wollige, subjectieve fantasie. En de middelen om deze doelstellingen te bereiken dienen eveneens nauwkeurig te zijn. Ze moeten ook functioneel zijn, want boeddhistische beoefening moet wel werken. Dit is waarom de Boeddha bij een andere gelegenheid de Dharma beschreef als een vlot.[iv] Zonder een vlot is het niet mogelijk om de razende stroom van haat, hebzucht en onwetendheid over te steken. Maar het blijft slechts een middel, het is niet een doel op zich. Zodra het je, als het ware, naar Verlichting heeft gevoerd, kun je het loslaten. Het heeft voor jou persoonlijk geen waarde meer.

De beoefenaars van de Mahayana kwamen door het advies van de Boeddha aan Mahaprajapati tot een belangrijke conclusie. Ze

draaiden één van de grondprincipes van de grote Indiase keizer Asoka om. Het gezegde: 'Wat de Boeddha ook heeft gezegd is goed gezegd' werd: 'Wat goed gezegd is (*suvacana*), is het woord van de Boeddha (*buddhavacana*)'[v] Dit betekent natuurlijk dat we erg voorzichtig moeten zijn met wat we als 'goed gezegd' beschouwen. De zorgvuldigheid waarmee de Dharma geïnterpreteerd dient te worden, wordt duidelijker door de term Dharma te vertalen met 'de ware werkelijkheid'. Met andere woorden, een authentieke uitdrukking van de Dharma zal altijd de ware werkelijkheid over het menselijke bestaan aantonen. Dit is het tweede belangrijke boeddhistische ideaal – de Dharma.

Nu kunnen we ons op het hoofdthema concentreren, het derde grote ideaal van het leven als boeddhist, namelijk de sangha. Het woord *sangha* betekent ‘vereniging’ of ‘gemeenschap’. Het is geen exclusief boeddhistische term want het wordt in veel oude en moderne Indiase talen gebruikt. In de context van het boeddhisme is de sangha, in de ruimste betekenis van het woord, het ideaal van de spirituele gemeenschap. Het is de gemeenschap van al diegenen, die in principe hetzelfde pad volgen naar, uiteindelijk, hetzelfde doel. Misschien komt het als een verrassing dat de spirituele gemeenschap als zo belangrijk wordt beschouwd – net zo belangrijk als het ideaal van Boeddhaschap zelf en ook net zo belangrijk als de leer van Boeddha. Maar vanaf het allereerste begin beschouwde de Boeddha de sangha duidelijk als van het allergrootste belang. Hij hechtte veel waarde aan zijn volgelingen, in het bijzonder aan zijn Verlichte volgelingen, en hij stond erop om elk eerbewijs dat hij ontving met hen te delen. Op een bepaald moment wilde iemand hem een aantal waardevolle gewaden aanbieden. En hij zei: 'Nee, geef ze niet aan mij, geef ze aan de sangha – de verdienste van zo’n gift zal veel groter zijn'.[vi] De betekenis hiervan is niet dat leden van de sangha als vips behandeld dienen te worden. Het benadrukt wel de grote waarde die de Boeddha gaf aan spirituele gemeenschap, en in het bijzonder aan spirituele vriendschap. Wat we zullen zien - en hopelijk ook voelen - is de spirituele vriendschap die het hele spirituele leven **is**. Dit is wat de Boeddha zei.

De idealen van Boeddha, Dharma en Sangha worden in het Sanskriet ook wel *Triratna*, de Drie Juwelen, genoemd. De Chinese vertalers beschrijven het als de drie meest waardevolle dingen. Ze worden zo genoemd omdat ze binnen de boeddhistische traditie de hoogste waarden van het bestaan belichamen, oftewel drie aspecten van één ultieme waarde. Door hiermee in verbinding te staan wordt alles waardevol. Al het andere bestaat ter wille van datgene waar de Drie Juwelen voor staan, de werkelijkheid. Elk denkbaar boeddhistisch onderwerp of beoefening is verbonden met één of meer van deze Drie Juwelen.

De Drie Juwelen hebben wel een bepaalde volgorde. Het Boeddha-juweel ontstond als eerste toen Siddhartha Gautama Verlichting bereikte onder de bodhiboom. Toen hij twee maanden later zijn eerste onderricht gaf aan vijf oude vrienden, de vijf asceten, in het hertenpark in Sarnath, vlakbij Benares, ontstond het tweede Juweel, de Dharma.[vii] En het Sangha-Juweel ontstond als laatste toen deze vijf asceten één voor één voor hem bogen en zeiden: 'Accepteer me als uw volgeling.'

Dit patroon lijkt zich te herhalen als het boeddhisme in een nieuw deel van de wereld geïntroduceerd wordt. In Europa bijvoorbeeld werd de Boeddha aan het einde van de achttiende eeuw algemeen bekend (hoe beperkt ook).[viii] Geleidelijk kwam men tot het besef dat de Boeddha een leraar uit India was. Men ging zich ook realiseren dat bijvoorbeeld de Boeddha die in Sri Lanka vereerd werd, dezelfde figuur was als degene die in China Foh genoemd werd. Maar zijn leer, de Dharma, werd pas in het Westen voor het eerst in het midden van de negentiende eeuw bestudeerd. Het duurde weer een tijd voor de mensen die in de leer geïnteresseerd waren, boeddhistische gemeenschappen vormden, het rudimentaire begin van een sangha. De Buddhist Society in Eccleston Square in Londen werd opgericht in 1924 en is waarschijnlijk de oudste gemeenschap. Zelfs tegenwoordig is er in het Westen nog een lange weg te gaan in het vormen van een effectieve boeddhistische sangha. Want niet alle westerse boeddhisten erkennen het belang van sangha als een gemeenschap die de noodzakelijke condities creëert om een effectief boeddhistisch leven te leiden.

Wat is boeddhistisch leven?

De vraag 'Wat is het boeddhistische leven?' kan met één woord beantwoord worden. Het is een **toegewijd** leven. Een boeddhist is niet iemand die eenvoudigweg in een boeddhistische familie geboren is noch iemand die een academische studie van boeddhisme gemaakt heeft en heel veel weet over haar geschiedenis en leer. Een boeddhist is ook niet iemand die in het boeddhisme aan het liefhebberen is, iemand die er oppervlakkige kennis van heeft, uiting geeft aan zijn of haar zienswijzen over het onderwerp en het ondertussen verward en vermengd met het christendom of met Vedanta of met allerlei New Age ideeën. Een boeddhist is iemand die toegewijd is aan de Drie Juwelen en tot hen 'voor Toevlucht gaat' (dit is de traditionele formulering). Als uitdrukking van dat voor Toevlucht gaan probeert zo iemand de ethische leefregels van het boeddhisme in praktijk te brengen. Daar gaat het om.

Voor Toevlucht gaan tot de Boeddha betekent de Boeddha – en niemand anders – als je uiteindelijke spirituele gids en voorbeeld accepteren. Voor Toevlucht gaan tot de Dharma betekent je uiterste best doen om het fundamentele belang van de leer van Boeddha te begrijpen, te beoefenen en te realiseren. Voor Toevlucht gaan tot de Sangha betekent je voor inspiratie en raadgeving wenden tot die volgelingen van de Boeddha, zowel in het verleden als het heden, die spiritueel verder ontwikkeld zijn dan jezelf.

Een andere term voor de Drie Juwelen is de 'Drie Toevluchten' (*trisarana* in het Sanskriet).[ix] Verwijzen naar de Boeddha, Dharma en Sangha in termen van juwelen reflecteert hoe waardevol ze zijn. Maar als je echt hun volle waarde erkend hebt, hoef je alleen maar een specifieke houding aan te nemen die overeenstemt met die erkenning. Als je iets echt als waardevol beschouwt, handel je er naar. Als je ervan overtuigd bent dat de Drie Juwelen de drie hoogste waarden van het bestaan belichamen, zal je naar die overtuiging handelen. Dit proces van handelen overeenkomstig die overtuiging is wat bedoeld wordt met voor Toevlucht gaan. Het is

hetzelfde als wat in andere religieuze systemen bekend staat als 'bekering'.[x]

Het woord 'toevlucht' is de letterlijke vertaling van het originele Sanskriet woord *sarana*. Het heeft geen bijbetekenis zoals weglopen, of ontsnappen aan de harde realiteit van het leven door jezelf in pseudo-spirituele fantasieën te verliezen. Het vertegenwoordigt echter twee grote verschuivingen in je hele manier van zijn. Als eerste is het de erkenning van het feit dat onveranderlijkheid, zuiver geluk en pure schoonheid niet in het geconditioneerde bestaan gevonden kunnen worden maar enkel in het transcendentale rijk van Nirvana. En ten tweede verwijst het naar de oprechte intentie om die grote verschuiving van het wereldse naar het transcendentale te maken.

In veel traditioneel boeddhistische landen is deze innerlijke verandering geïnstitutionaliseerd tot een uiterlijke ceremonie die 'het nemen van de Toevluchten' genoemd wordt. Op deze manier verliest deze verandering onvermijdelijk haar betekenis. Het is een jammerlijk feit dat elke publieke bijeenkomst, zelfs een politieke bijeenkomst, begint met het 'nemen' van de Toevluchten en voorschriften door iedereen – dat wil zeggen ze te reciteren – alleen maar om te laten zien dat ze allemaal goede boeddhisten zijn. Het voor Toevlucht gaan wordt nog verder geminimaliseerd door het te zien als iets dat je één keer doet, zoals het doopsel in het christendom. Er wordt vanuit gegaan dat je een echte boeddhist bent wanneer je de Toevluchten hebt aangenomen van een monnik.

Als toegewijd boeddhist ga je voortdurend voor Toevlucht, althans dat is wat je probeert te doen. Naarmate je waardering voor de Drie Juwelen toeneemt, des te meer je voor Toevlucht gaan zich verdiept. Dit kan soms verrassende resultaten hebben. Het kan zelfs betekenen dat, wanneer je beoefening zich verdiept, datgene wat je in eerste instantie aantrok in het boeddhisme niet meer maar minder belangrijk wordt. Je diepergaand begrip begint je relatief oppervlakkig begrip van boeddhisme, wat aanvankelijk voldoende was om je interesse te wekken, te vervangen.

Men kan bijvoorbeeld gehoord hebben dat het christendom een religie van vertrouwen is en dat het boeddhisme een religie van rede is, waardoor men zich tot het boeddhisme aangetrokken voelt.[xi] Maar wanneer je je er verder in verdiept, merk je dat het toch niet zo is. Alhoewel verstand een uitdrukkelijke en belangrijke plaats in het boeddhisme inneemt, merk je dat het niet is verheven tot het heersend principe. Maar je blijft boeddhist omdat je door de verdieping van je beoefening het belang van het verstand juister kunt inschatten en ook omdat je inmiddels andere aspecten van boeddhistische beoefening buitengewoon waardevol vindt.

Voor Toevlucht gaan is dus een ervaring – een spirituele ervaring – iets dat zich voortdurend verdiept en zich multidimensionaal ontwikkelt. Je accepteert het ideaal van de Verlichting, met de historische Boeddha als voorbeeld, als zijnde meer en meer relevant voor jou persoonlijk; je omarmt het ideaal meer en meer als het persoonlijke doel in je leven; je probeert de Dharma op een dusdanige manier te beoefenen dat het steeds effectiever wordt.

Een belangrijke Zuid-Indiase leraar Swami Ramdas, die in de jaren zestig overleed, werd eens gevraagd: 'Hoe komt het dat zo veel mensen die het spirituele leven op zich nemen niet veel echte vooruitgang boeken? Ook al gaan zij er jaar na jaar mee door, toch lijkt het alsof ze stilstaan. Waarom?' Zijn antwoord was even simpel als direct. 'Er zijn twee redenen,' zei hij, 'In de eerste plaats hebben ze geen duidelijk gedefinieerd einddoel waar ze naar toe willen werken. Ten tweede hebben ze geen duidelijk gedefinieerd plan om er te komen.'

In het boeddhisme is dat doel het Boeddhaschap en het pad om er te komen is de Dharma. In het spirituele leven van een boeddhist zijn dit de twee noodzakelijke ingrediënten. Ze kunnen zelfs de indruk geven afdoende te zijn. Waarom moeten we ook nog tot de sangha voor Toevlucht gaan? Hoe kan het voor Toevlucht gaan tot een spirituele gemeenschap ons helpen?

Waarom voor Toevlucht gaan naar de sangha?

Er wordt gezegd dat de geschiedenis van de boeddhistische filosofie samengevat kan worden als de strijd tussen het boeddhisme zelf en het abstract zelfstandige naamwoord ervan. Het moet duidelijk zijn – ter bescherming tegen de alomtegenwoordige vijand abstractie – dat wanneer we spreken over de spirituele gemeenschap we niet verwijzen naar een ongrijpbare entiteit los van de mensen waaruit ze bestaat. Lid zijn van een gemeenschap betekent een verwantschap met mensen in die gemeenschap hebben. We kunnen nu onze vraag anders formuleren: 'Hoe komt het dat het aangaan van relaties met andere mensen, die een gemeenschappelijk ideaal hebben en een gemeenschappelijk pad volgen, ons helpt in ons spirituele leven?'

Het komt hierop neer: ‘Vogels van dezelfde soort verzamelen zich.' Zo kunnen ze overleven. Op een keer richtte de Boeddha zich tot de Vajjians, een stam uit het gebied van Vaisali, die bedreigd werd. Hij zei onder andere dat ze in voorspoed zouden verkeren zolang ze elkaar regelmatig bleven ontmoeten, in voltallige en frequente bijeenkomsten, in harmonie hun zaken deden en in harmonie uit elkaar gingen. Later zei hij dat dezelfde criteria gelden voor de spirituele overleving van de sangha.[xii]

Het hart van de sangha is *kalyana mitrata.* Dit is een prachtige uitdrukking. In feite is het meer een poëtische dan een filosofische term. *Kalyana* betekent: prachtig, charmant, gunstig, behulpzaam en moreel goed en heeft dus esthetische, morele en religieuze associaties. De term omvat veel van dezelfde betekenissen als de Griekse uitdrukking *kalon kai agathos*, wat 'goed en mooi' betekent. *Mitrata* betekent eenvoudig vriendschap of kameraadschap. *Kalyana mitrata* betekent daarom zoiets als: ‘prachtige vriendschap’, of ‘moreel goed gezelschap’, of – zoals ik het heb vertaald – ‘spirituele vriendschap’. Er is een bekende uitwisseling tussen de Boeddha en zijn volgeling Ananda waarin het belang van spirituele vriendschap in de ogen van de Boeddha nauwkeurig omschreven wordt. Ananda was een neef van de Boeddha en werd de metgezel van de Boeddha tijdens de laatste twintig jaar van zijn leven. Hij vergezelde de

Boeddha overal. Ze hadden de afspraak dat als Ananda toevallig niet aanwezig was wanneer de Boeddha onderricht gaf, of de Dharma met iemand besprak, de Boeddha daarna alles voor Ananda zou herhalen wanneer ze weer samen waren. Ananda had een ongelooflijk goed geheugen. Hij was blijkbaar het menselijke equivalent van de taperecorder. Er wordt gezegd dat we onze kennis van de leer van Boeddha aan hem te danken hebben. Hij maakte er een punt van om te luisteren naar alles wat de Boeddha zei en het in zijn geheugen op te slaan. Hierdoor kon hij het zich later herinneren voor het welzijn van anderen. Zijn getuigenissen werden gebruikt om de leer, die na de dood van de Boeddha bewaard werd, als authentiek te verklaren.

Maar bij deze specifieke gelegenheid waren de Boeddha en Ananda alleen. Ze zaten rustig bij elkaar toen Ananda onverwachts met iets kwam waaraan hij waarschijnlijk al een tijdje had zitten denken. Hij zei: 'Heer, ik denk dat *kalyana mitrata* de helft van het spirituele leven is.' Mogelijk dat hij daarna ontspannen ging zitten wachten op een goedkeurende bevestiging van de Boeddha. Het leek Ananda toe dat wat hij gezegd had onomstotelijk waar was: als je gelijkgezinde mensen om je heen hebt die ook proberen te groeien en zich te ontwikkelen, dan moet de helft van de strijd al gewonnen zijn. Maar de Boeddha zei: 'Ananda, je hebt het verkeerd. K*alyana mitrata* is niet de helft van het spirituele leven, het is het hele spirituele leven.'[xiii]

Waarom is dat zo? We leren natuurlijk van diegenen met wie we in contact zijn, en in het bijzonder van diegenen die meer ontwikkeld zijn dan wij. Leren is onmiskenbaar belangrijk als we vooruitgang willen boeken in het spirituele leven. Maar waaruit bestaat 'vooruitgang in het spirituele leven'? Wat leren we nu **werkelijk**? De kennis die we uiteindelijk nodig hebben is zelfkennis. De echte betekenis van het diepe één op één contact dat voor Toevlucht gaan naar de sangha inhoudt, ligt in een eenvoudig psychologisch feit: we leren onszelf het beste kennen in relatie tot andere mensen. Als je je hele leven alleen op een verlaten eiland doorbrengt, zal je jezelf niet echt leren kennen. We zullen allemaal wel de ervaring hebben gehad dat door onze ideeën te bediscussiëren met anderen ze helderder

worden, en dat we ontdekken dat we meer wisten dan we dachten. Dat gebeurt door gewoon te communiceren met andere mensen. Het is alsof we door te communiceren een begrip activeren dat er al was maar wat zich tot dan toe nooit gemanifesteerd heeft. Communiceren brengt zelfs nieuwe aspecten in jezelf naar boven, aspecten die je alleen maar ontdekt door het contact met andere mensen. Door de uitdaging van echte communicatie aan te gaan, leer je jezelf beter kennen.

Het is niet alleen een zaak van jezelf beter leren begrijpen. Het ontmoeten van bepaalde mensen kan aspecten van onszelf beroeren die we erg diep begraven hebben. We zeggen dan dat het is alsof een bepaald persoon 'het slechtste in ons naar boven brengt'. Misschien is er niets gezegd maar op de één of andere manier raken ze een gevoelige snaar. Het kan een schok zijn om te realiseren wat die persoon in ons losgemaakt heeft en om te zien dat we ons gedragen op een manier die we niet van onszelf kennen en soms zelfs haat of minachting voelen voor de persoon die dit ongewone gedrag in ons heeft opgeroepen. Die onplezierige kant van jezelf was er altijd al, maar zonder die persoon was het niet naar buiten gekomen. Ook op deze ogenschijnlijk negatieve – maar spiritueel gezien positieve – manier kunnen andere mensen ons kennis laten maken met onszelf. We kunnen onszelf niet transformeren tenzij we een volledig besef hebben van wat er in ons omgaat.

Omgekeerd zijn er natuurlijk ook mensen die het beste in ons naar boven brengen. Ook nu weer is het niet nodig om iets speciaals te zeggen, gewoon bij hen zijn maakt ons lichter, blijer, energieker en positiever. Andere mensen kunnen soms bronnen van vriendelijkheid en beleefdheid in ons aanboren waarvan we niet wisten dat we die hadden. In een specifieke boeddhistische context zullen er bepaalde mensen zijn die een kwaliteit van vertrouwen in ons activeren enkel door in contact te zijn met hun eigen vertrouwen. Iets dat voorheen niet actief was, wordt wakker geschud.

Kortom sangha is noodzakelijk omdat persoonlijke relaties nodig zijn voor de ontwikkeling als mens. Dit is op alle niveaus van toepassing - cultureel, psychologisch en spiritueel. De meeste

mensen ontwikkelen zich ongetwijfeld veel sneller, en zelfs gemakkelijker, in gezelschap van anderen, of, op zijn minst, in contact met anderen. Niet dat het onmogelijk is om je in je eentje te ontwikkelen. Daar bestaat zelfs een boeddhistische term voor: *pratyekabuddhas*, privé- of solitair levende Boeddha's.[xiv] Ook al zijn er een aantal canonieke verwijzingen naar, toch is het veelzeggend dat al die solitair levende Boeddha's in het verre en legendarische verleden leefden. Historische voorbeelden blijken er niet te zijn.

Over het algemeen hebben we de stimulatie, bevestiging en het enthousiasme van anderen nodig die dezelfde richting op gaan als wij. We worden als van zelf gestimuleerd door iemand die onze specifieke interesse in iets deelt. Ook al moeten we zelf de inspanning leveren, we zien tenminste duidelijk waarom. Op deze manier worden we minder ondermijnd door twijfel. Tot een sangha behoren geeft ons ook de gelegenheid om elkaar te helpen en onze vrijgevigheid en behulpzaamheid uit te drukken. Zelfs door zoiets eenvoudigs als het geven van koekjes en thee op een boeddhistisch festival kunnen we in onszelf het vermogen ontdekken van vrijgevigheid, altruïsme en algehele positiviteit.

De sangha is er dus om ons te helpen onszelf beter te leren kennen en om ons beter te leren uitdrukken. Dit is mogelijk omdat iedereen die er deel van uit maakt, toegewijd is aan de Boeddha, het ideaal van zelfkennis in de hoogste en diepste betekenis, en aan de Dharma, de verschillende principes en beoefeningen waarmee die zelfkennis ontwikkeld kan worden. Gezamenlijke toewijding aan de eerste twee Toevluchten creëert een band van eenheid tussen de leden van de spirituele gemeenschap. We volgen allemaal hetzelfde pad naar hetzelfde uiteindelijke doel, ook al zijn we op verschillende niveaus.

Als Verlichting geen doel voor je is en je nauwelijks de Dharma beoefent, dan kun je misschien nog wel zeggen dat je aan deze idealen toegewijd bent, maar in feite is je lidmaatschap van de sangha dan niet veel meer dan een ezel die een kudde koeien volgt en denkt deel van die kudde te zijn. Dit is het beeld dat de Boeddha

gebruikt in de *Samyutta-Nikaya*. Daarin zegt hij: 'De ezel kan zeggen: 'Ik ben ook een koe, ik ben ook een koe'.....maar wat hij ook zegt noch qua horens noch qua hoeven is hij een koe.' Je bent geen lid van de sangha door eenvoudig de Toevluchten te reciteren. De verbinding is spiritueel en komt van binnen uit.[xv]

Op een bepaald punt in onze ontwikkeling moeten we toegeven dat, ongeacht hoe vaak we ook mediteren en hoeveel boeken over spirituele beoefening we ook lezen, dit allemaal niet meer volstaat. Ongetwijfeld kunnen we veel in ons eentje leren. Maar als we op een volledig gebalanceerde manier spiritueel willen groeien, moeten we uiteindelijk de vitale rol van communicatie in ons spirituele leven gaan ervaren. Het volgende vers komt uit de *Dhammapada*, een hele vroege verzameling verzen van de leer van Boeddha, hier geciteerd in het originele Pali:

Sukho buddhanamuppado,

sukha saddhammadesana.

Sukha sanghassa samaggi,

samagganam tapo sukho.[xvi]

De eerste regel betekent: 'Het ontstaan van de Boeddha's is geluk – of gelukzalig, of gezegend (*sukho*).' Als iemand een Boeddha wordt, is dit een geluk voor de hele mensheid. De tweede regel kan vertaald worden als: 'De verkondiging van de ware leer is geluk'. Dharma-onderricht is een zegen voor de hele wereld. De derde regel is: 'De spirituele gemeenschap, die een gezamenlijk pad volgt, is geluk'. *Tapo* in de vierde regel betekent 'hitte' en verwijst naar die spirituele beoefening die als een vuur alle onzuiverheden verbrandt. Regel vier kan vertaald worden als: 'De gloed van spirituele

beoefening van diegenen, die hetzelfde pad bewandelen, is geluk of een zegen.'

Het is niet genoeg om een afstandelijk *idee* te hebben over Verlichting, of over de *theorie* van de leer van Boeddha of over een boeddhistische *organisatie*. Het boeddhisme heeft geen toekomst zonder een echte verenigde en toegewijde spirituele gemeenschap die zich erop toelegt om samen te beoefenen. En wanneer boeddhisten samen komen als een sangha in de ware betekenis van het woord, dan bestaat de mogelijkheid, al is het even, om in de *dharmadhatu*, het rijk van de Dharma, te verblijven. In dit rijk doen we niets anders dan het beoefenen van de Dharma. Als we praten, praten we alleen maar over de Dharma. Als we rustig en stil zijn, genieten we samen in rust en stilte van de Dharma. De wolken van stress en opwinding die zo vaak boven het wereldse leven hangen, lossen op en nieuwe bronnen van inspiratie ontstaan in ons hart.

Hoofdstuk 2: De traditionele sangha

Het vieren van de sangha toevlucht.

Het is niet zo moeilijk om te besluiten jezelf aan de Drie Juwelen te wijden. Het is daarentegen helemaal niet zo gemakkelijk om die toewijding vol te houden. Als we niet oppassen, vervaagt de visie, verliezen we vaart en worden we afgeleid en rusteloos of maken we het ons te gemakkelijk en zakken onderuit en onze toewijding is weg. Het is daarom absoluut noodzakelijk dat we ons leven zo inrichten dat we regelmatig herinnerd worden aan onze oorspronkelijk inzet en betrokkenheid. Er zijn veel manieren om dit te doen. Je kunt zelfs beargumenteren dat boeddhistische beoefeningen ontwikkeld zijn om dit te doen. Eén traditionele manier om eraan herinnerd te worden is het vieren van boeddhistische feestdagen.

De Verlichting van de Boeddha wordt herdacht op de dag van de volle maan van de Indiase maand *Visakha* (*Wesak* in het Sinhalees), in april of mei. Op deze dag, die ook bekend staat als Boeddha Jayanti, brengen we in herinnering wat een mens kan bereiken en wat wij ook kunnen bereiken. De feestdag voor de leer van de Boeddha, de Dharma, wordt gehouden op de dag van de volle maan van de Indiase maand Asala, in juni of juli. Dit is ook de dag waarop we de eerste lering van de Boeddha, zijn eerste expliciete onderricht, aan de mensheid vieren. Tijdens het Sangha festival denken we aan iedereen die het pad naar Verlichting vóór ons gevolgd heeft en vieren we het bestaan van de spirituele gemeenschap. Dit valt op de dag van de volle maan van Karttika (oktober-november). Sangha dag is anders dan de andere twee grote festivals omdat we dan niet bij een specifieke gebeurtenis in het leven van de Boeddha stil staan. In plaats daarvan herinnert het aan een jaarlijkse gebeurtenis in het leven van de vroege sangha.

Laten we in onze verbeelding teruggaan naar de eerste spirituele gemeenschap die zich rondom de Boeddha verzamelde. We zien dat die samengesteld was uit wat ik parttimers en full-timers noem. Het is kenmerkend voor het moderne leven als boeddhist dat men wegen probeert te vinden om fulltime te beoefenen ongeacht levensstijl. Maar levensstijl maakt wel uit. In de tijd van de Boeddha waren er veel mensen die ernaar verlangden om de Dharma te volgen, maar – ofwel uit vrije wil of gedwongen door omstandigheden – bleven ze toch thuis wonen. Ze trouwden, voedden kinderen op, werkten en hadden burgerlijke en politieke verantwoordelijkheden. Ze mediteerden en beoefenden de Dharma in die omstandigheden zo goed en kwaad als het kon. Ze kunnen daarom als parttimers aangeduid worden. Later werden ze leken-volgelingen genoemd. Hoewel andere factoren gelijk waren, ontwikkelden ze zich spiritueel niet zo snel als de full-timers. Ze boekten echter wel vooruitgang en in sommige gevallen boekten zij aanzienlijke vooruitgang, zelfs meer dan vele van de fulltimers.

De fulltimers, die we nu monniken en nonnen noemen, sneden, in vergelijking tot de parttimers, alle banden met hun thuissituatie door. Ze verlieten hun familie en wereldlijke bezigheden en gaven al hun burgerlijke en politieke verplichtingen op. Ze gaven deze levensstijl uiterlijk vorm door hun kleren saffraangeel te verven met verf, *geruamati* genoemd, die uit aarde was gemaakt zodat ze herkend konden worden als ze op bedelronde gingen. Deze fulltimers waren volledig toegewijd aan de beoefening van de Dharma. Ze studeerden en mediteerden samen en ze namen uit zichzelf de taak op zich om de leer van de Boeddha te bewaren door haar uit het hoofd te leren. Studie bestond natuurlijk niet uit lezen omdat er toen nog geen boeken waren. De enige manier om de Dharma te bestuderen was om het van iemand te horen die het voor je kon reciteren – of tenminste delen ervan – zo dat je er over kon discussiëren en het uiteindelijk ook zelf kon onthouden. Op die manier werd je een soort levend, wandelend boek.

Gedurende die tijd was rondzwerven de belangrijkste karakteristiek van deze fulltimers. Ze trokken rond in plaats van zich ergens te vestigen waar ze door vriendelijke en sympathieke leken

ondersteund konden worden. Deze manier van leven was door de Boeddha aanbevolen in een specifiek, kernachtig kort vers (hier vertaald uit het Pali):

Het water dat stroomt is zuiver.

De monnik die gaat is zuiver.

Er was echter één probleem met altijd maar onderweg zijn: het weer. Het regenseizoen in India begint punctueel, bijna op de dag af, in juli en dan regent het hard, overweldigende stortbuien dag na dag, maand na maand, tot oktober. Dat was geen tijd om buiten te zijn, tenzij je rijst moest planten. En je plant alleen maar rijst in het begin van het regenseizoen. Verplicht om net als ieder ander te schuilen, bleven de fulltimers gedurende deze periode op één plek, meestal in kleine groepen. Zo ontwikkelde zich een jaarlijks patroon van acht of negen maanden voortdurend rondzwerven gevolgd door drie of vier maanden in een grot of een andere schuilplaats die werd gemaakt van grote tropische bladeren. Soms was het ook een hutje gemaakt van bamboe en riet in iemands tuin. Op deze manier ontstond de gewaardeerde gewoonte van de regenseizoen-retraite, de *varsavasa.*

Na verloop van tijd begon zich een grote groep fulltimers voor deze retraite te verzamelen. Ze waren wel met honderden en ze studeerden en mediteerden allemaal op één plek. Zo nu en dan namen plaatselijke parttimers er ook aan deel. Ook voor hen was de moesson een periode van verplichte inactiviteit en dus hadden ze meer tijd tot hun beschikking dan gewoonlijk. Normaal gesproken hadden parttimers het te druk om veel aandacht aan de Dharma te besteden. De instructies die zij van rondtrekkende monniken ontvingen waren kort en waarschijnlijk ook weer snel vergeten te midden van de lasten en lusten van het dagelijks leven. Het

regenseizoen was daarom voor hen een ideale gelegenheid om hun beoefening te verdiepen onder de spirituele begeleiding van de fulltimers.

Aan het einde van de regenseizoen-retraite was er een grote viering bestaande uit twee delen. Als eerste werd de *pravarana* gehouden. Dit is een ceremonie waarbij iedereen elkaar om vergeving vraagt. Na drie of vier maanden met elkaar opgesloten te hebben gezeten was het onvermijdelijk dat onopgeloste spanningen en misverstanden uit de weg geruimd dienden te worden. De meest senior fulltimer begon het proces met het zeggen van: 'Waarde broeders, als ik een fout heb begaan, of iemand beledigd heb, of iets gezegd heb dat ik niet had moeten zeggen gedurende de laatste drie maanden, accepteer dan alstublieft mijn verontschuldigingen.' Ieder ander volgde dan één voor één zijn voorbeeld tot aan de laatst toegetreden persoon toe.

De *kathinacivaradana* was de tweede ceremonie van de dag. *Kathina* betekent ‘moeilijk’, *civara* betekent ‘gewaad’ of ‘pij’ en *dana* betekent ‘geven’. Anders gezegd de ceremonie van ‘het moeilijke geven van gewaden’. We zeggen ‘gewaden’, maar eigenlijk droeg iedereen toen gewaden dus de fulltimers droegen geen speciale religieuze kleding die de term ‘gewaad’ tegenwoordig oproept. De parttimers hadden het op zich genomen om de fulltimers van nieuwe kleren te voorzien. Het geven ervan op dit specifieke moment na het regenseizoen werd gezien als een speciale verdienste. Het werd een ‘moeilijke’ offergave genoemd omdat je alleen deze ene gelegenheid in het hele jaar had om die offergave te doen en zo de monniken weer netjes op pad te sturen.

Tot op heden is er een traditie in Birma die de offergave echt moeilijk maakt. Elk jaar geven de leken, of beter gezegd de vrouwen onder de leken, zichzelf de taak om de gewaden helemaal te maken op de dag van de ceremonie. In de nacht spinnen ze katoen tot garen. Vervolgens weven ze de draad tot stof, knippen de stof in stroken en naaien de stroken aan elkaar. Tenslotte verven ze de gewaden. Ze doen dit allemaal binnen 24 uur. Dit kunststuk wordt uitgevoerd als teken van hun devotie aan de sangha van fulltimers.

Om de een of andere reden werd de regenseizoen-retraite steeds langer, langer dan het regenseizoen zelf. De fulltimers bleven soms een tijdje hangen nadat de regen over was, misschien om een specifieke uitdagende discussie over de Dharma te kunnen voortzetten tot er een bevredigende conclusie was bereikt. Vervolgens wilden ze dit mogelijk opvolgen met een periode van intensieve meditatie met elkaar. Uiteindelijk bleven ze zo lang dat het volgende regenseizoen er al bijna aankwam en leek het geen zin te hebben om voor een maand of twee rond te gaan zwerven. Geleidelijk aan werd de accommodatie minder provisorisch. De tijdelijke rieten hutjes of schuilplaatsen van bladeren werden vervangen door meer substantiële verblijven. Op deze manier ontstonden er kloosters en werden de fulltimers monniken.

Hoewel de fulltimers eigenlijk voortdurend op retraite waren, zette men toch de traditie van de regenseizoen-retraite voort, zelfs – toen het boeddhisme zich verder uitbreidde – tot in de woestijngebieden van Mongolië, Tibet en het Noorden van China, waar erg weinig regen viel, laat staan dat je kon spreken van een regenseizoen. Maar of het nu een regenseizoen-retraite of een zomerretraite genoemd werd, het was een periode van geïntensiveerde inspanning. In sommige landen ontstond de gewoonte om aan het einde van de retraite ordinanties te doen. De retraite werd altijd afgesloten met de viering van de *karttikapurnima,* de dag van de volle maan van Karttika, oftewel Sangha dag.

De traditionele categorieën van de sangha.

Het feit dat er monniken en leken bestaan, fulltimers en parttimers, laat zien dat de sangha niet één enkel, homogeen lichaam is. Door zijn specifieke geaardheid bestaat de sangha uit individuen die op verschillende niveaus van toewijding en spirituele verworvenheden zijn. Het is het bijvoorbeeld mogelijk om onderscheid te maken tussen een sociaal niveau, een geestelijk niveau en een spiritueel niveau.

De maha-sangha

Op sociaal niveau is er de *maha-sangha,* de grote gemeenschap. Het wordt zo genoemd omdat het groot in omvang is. Het bestaat uit iedereen die tot de Drie Juwelen voor Toevlucht gaat, ongeacht de mate van oprechtheid van hun beoefening, en die een groot of klein aantal ethische trainingsregels naleven. Het is de verzameling van diegenen die de spirituele principes of waarheden van het boeddhisme accepteren, ongeacht hun levensstijl, of ze nu monnik of leek zijn, of ze de wereld achter zich gelaten hebben of juist heel erg in de wereld staan, of die zelfs in veel gevallen deel *van* de wereld zijn. De *maha-sangha* bestaat daarom uit zowel fulltimers als parttimers en zelfs uit mensen die niet meer dan in naam boeddhist zijn. Dit is het meest ruime niveau van sangha.

De bhiksu - bhiksuni sangha

Dan is er op geestelijk niveau de bhiksu - bhiksuni sangha. De term ‘sangha’ wordt soms zo opgevat dat het specifiek naar de gemeenschap van fulltimers verwijst en dan in het bijzonder naar de gemeenschap van monniken of nonnen. De termen monnik en non zijn zeker van toepassing op veel fulltimers in de geschiedenis van het boeddhisme. Het is voor ons moeilijk voor te stellen hoeveel monniken en nonnen er in de oude boeddhistische kloosters verbleven. Zelfs tot vrij recentelijk werd een klooster in Tibet met 500 monniken beschouwd als een klein klooster. Ongetwijfeld woonde een groot aantal monniken in kloosters. De bhiksu sangha is echter nooit een zuivere kloosterorde geweest. Wanneer we de term ‘monnik’ in een boeddhistische context gebruiken, moeten we bedenken dat het een ruimere betekenis heeft dan gewoonlijk.

Tegenwoordig zijn er twee takken van kloosterordes: de Theravada tak in Sri Lanka, Birma, Thailand, Cambodja en Laos en de Sarvastivada tak in Tibet, China, Vietnam en Korea. Het verschil tussen de manier van leven en de regels die door de monniken van deze twee grootse tradities nageleefd worden is minimaal. Wel moet opgemerkt worden dat Tibetaanse lama’s niet verward mogen

worden met bhiksu’s. ‘Lama’ betekent eenvoudig spirituele leraar. Een lama kan soms een monnik zijn, maar dat hoeft niet altijd. Dit geldt met name binnen de Nyingma en Kagyu scholen. Japan is een speciaal geval, want hoewel de bhiksu-ordinantie daar geïntroduceerd werd, stierf het uit en werd vervangen door de bodhisattva-ordinantie.

Er is ook een orde van nonnen, *bhiksuni's*. Deze stierf in vele delen van de boeddhistische wereld uit, zelfs voordat het in Tibet geïntroduceerd kon worden. Hierdoor bestaat er op dit moment noch in het Theravada boeddhisme noch in het Tibetaans boeddhisme een bhiksuni traditie. Maar in Vietnam, China en Taiwan bestaat de bhiksuni ordinantie nog altijd. (Er is tegenwoordig veel discussie over de wenselijkheid om de bhiksuni ordinantie opnieuw op ruimere schaal te introduceren maar de traditionele ondergeschiktheid van nonnen aan de monniken roept veel controverse op.) Nonnen leven in grote lijnen hetzelfde aantal regels na als monniken en worden met hetzelfde respect behandeld als de monniken – althans dat zou volgens de boeddhistische traditie het geval moeten zijn.

Of je nu in een klooster leeft, of als een zwerver of kluizenaar, of als een soort lokale priester, en of je nu een bhiksu of een bhiksuni bent, dat zegt nog niets over de diepte van je voor Toevlucht gaan. Wat de leden van de klooster sangha gemeen hebben, is hun specifieke groep ethische voorschriften. Dit is de sangha in geestelijke zin: een groep mensen die als het ware afgezonderd van de wereld leven en verenigd zijn als een religieuze orde door hun gemeenschappelijke manier van leven, in het bijzonder door hun gemeenschappelijke leefregels.

Novicen (monniken of nonnen in proeftijd) nemen slechts tien voorschriften in acht, of in sommige tradities 32 voorschriften. Maar bij volledige opname in de orde, de *upasampada* ordinantie, moeten er 150 regels nageleefd worden[xvii] – en in sommige delen van de boeddhistische wereld worden inderdaad alle 150 regels nageleefd. Veel van deze regels zijn niet langer relevant, aangezien ze betrekking hadden op de specifieke condities van het leven als

zwerver in Noord India 2500 jaar geleden en zijn tegenwoordig dan ook stilzwijgend los gelaten.

De vier belangrijkste regels zijn de *parajikas*. *Parajika* betekent ‘verwerping’. Als je één van deze regels breekt, word je blijvend uit de orde gestoten en moet je tot een ander leven wachten om opnieuw te kunnen toetreden. De eerste *parajika* is dat je niemand opzettelijk het leven ontneemt. De tweede is dat je niet neemt wat je niet gegeven is – dat wil zeggen, het nemen van zoiets waardevols dat je dat voor de rechtbank moet verantwoorden. De derde is dat je je van elke vorm van seksuele gemeenschap onthoudt.

Deze drie *parajikas* zijn duidelijk genoeg. Maar de vierde vereist iets meer uitleg. De vierde leefregel is dat je geen valse aanspraak maakt op welke spirituele verworvenheid dan ook. Westerlingen vragen te pas en te onpas aan mensen of ze Verlicht zijn of dat ze *samadhi* ervaren. Maar in het Oosten beschouwt men praten over je persoonlijke spirituele realisaties als ongepast behalve eventueel met je meest dierbare vrienden en je leraren.

De reden hiervoor wordt weergegeven in een episode uit de Pali Canon waarin de bekende discipel van de Boeddha, Sariputta, de hele middag in het bos heeft zitten mediteren. Als hij in de avond weer tevoorschijn komt, ontmoet hij Ananda die opmerkt: ‘Je gezicht is bijzonder helder vandaag. Wat heb je gedaan?’ Sariputta antwoordt: ‘Ik heb in het bos gemediteerd en terwijl ik aan het mediteren was, kwam er niet één keer de gedachte in me op: Ik ben aan het mediteren’.[xviii] Hij probeert daarmee duidelijk te maken dat als dergelijke gedachten opkomen, je niet echt aan het mediteren bent omdat je nog steeds in beslag wordt genomen door het subjectieve zelf, door een persoonlijk 'ik'. Je mediteert pas echt als er niemand is die mediteert, wanneer het – als het ware – gewoon gebeurt.

Moggallana geeft hier commentaar op door middel van een kleine woordspeling. ‘Dit is hoe echte mensen spreken’, zegt hij, ‘Ze vertellen de essentie of kern van de zaak (*attha* in Pali) maar zonder het zelf (*atta)* erbij te halen.’ Voor ons geldt echter dat wanneer we

een beetje mediteren of een beetje vrijgevig zijn, het zelf zich ertussen wringt. Zodra we denken ‘*Ik* deed dat’, of ‘*Ik* heb dat ervaren’ is er sprake van een kortstondige inflatie.

De overige leefregels zijn ondergeschikt aan deze vier basisregels in die zin dat als we ze overtreden, dat weer goed gemaakt kan worden door het bekennen van het breken ervan aan één van de mede monniken. Zelfs als kluizenaar dien je daarom niet de volledige verbinding met een grotere sangha te verliezen. Je zal met enige regelmaat je verhaal willen doen en een vaderlijk oog op je willen voelen.

Boeddhistische monniken en nonnen hebben verschillende plichten. De eerste plicht is het bestuderen en beoefenen van de Dharma en hen wordt met name op het hart gedrukt om te mediteren. Als tweede wordt er van hen verwacht dat zij een goed voorbeeld geven aan de leken-gemeenschap. Ten derde moeten ze de leer uitdragen en onderricht geven. Als vierde hebben ze de verantwoordelijkheid om de plaatselijke gemeenschap te beschermen tegen ongezonde bovennatuurlijke invloeden. Er zijn culturen waar het vanzelfsprekend is dat we omgeven worden door duistere krachten, sommige kwaadaardig en andere weer niet, en men verwacht dat de monniken door hun sobere levensstijl, meditaties en zegeningen in staat zijn om het kwaad af te wenden en te stoppen zodat het gewone mensen niet kan schaden. In het Westen wordt er nauwelijks een beroep gedaan op deze diensten maar in het Oosten is het een erg belangrijke functie van het klooster.

Als laatste wordt er van de monniken verwacht dat ze werelds advies geven. In het Oosten is het de gewoonte om met je problemen naar een monnik te gaan en om zijn advies te vragen – als je kinderen in de problemen zitten, bij geld- of drankproblemen, bij problemen met je buren, of met je partner. Aangezien de monniken zelf deze problemen niet hebben – geen vrouw, kind of geld hebbende – mag je wellicht van monniken verwachten dat ze een objectiever beeld van de situatie hebben, net zoals een toeschouwer van een voetbalwedstrijd vanaf de zijlijn een beter zicht heeft op het veld dan de spelers zelf.

De geleerde Edward Conze zei eens dat zonder een kloosterorde boeddhisme geen ruggengraat heeft. Wat we zeker kunnen zeggen is dat er zonder fulltimers, mannen en vrouwen die volledig toegewijd zijn aan het beoefenen van het boeddhisme, niets is om een sangha omheen te bouwen. In Groot-Brittannië verschenen de eerste monniken voor dat er boeddhistische groepen waren geformeerd. De pionier van de Engelse klooster sangha was Allan Bennett (in 1902 geordineerd als Ananda Maitreya in Birma en in 1908 teruggekeerd naar Engeland).[xix] Maar sindsdien is in het Westen de strikte indeling van monniken als fulltimers en leken als parttimers grotendeels verdwenen. En er is ook een andere focus op sangha die elk onderscheid in levensstijl overstijgt. Dit is de *spirituele* gemeenschap in de eigenlijke betekenis van het woord: de *arya-sangha*.

De Arya-sangha

Arya was een term die oorspronkelijk gebruikt werd om te verwijzen naar bepaalde volksstammen die vanuit het noordwesten India binnentrokken. Dankzij de hoge status van deze volksstammen kreeg *arya* de betekenis van ‘edel’ in ruimere zin, om vervolgens de meer spirituele betekenis te verwerven van ‘heilig’. De *Arya-sangha* is dan ook de gemeenschap van de edelen of heiligen, zij die in contact staan met het transcendentale, die kennis hebben van de uiteindelijke realiteit der dingen.

Van de Arya-sangha kan gezegd worden dat het het spirituele omvat, ter onderscheiding van de louter geestelijke hiërarchie van het boeddhisme, die zowel leken als monniken omvat. Ze kan niet onderverdeeld worden overeenkomstig enig formeel stelsel of enige politieke of organisatieachtige structuur, maar vertegenwoordigt een tussenliggende hiërarchie tussen Boeddha’s en niet-verlichte mensen. De leden hoeven niet in fysiek contact met elkaar te staan, ze kunnen niet alleen in verschillende plaatsen maar zelfs in verschillende tijden leven, maar de transcendentale ervaringen of verworvenheden die ze met elkaar delen, verenigen hen voorbij ruimte en tijd. De Arya-sangha is de Sangha in zuiver spirituele of,

beter gezegd, transcendentale zin, dat wil zeggen dat het in essentie wordt gekarakteriseerd door de kwaliteit van wijsheid of inzicht.

Het boeddhistische pad wordt vaak onderverdeeld in drie basiselementen: ethiek, meditatie en wijsheid.[xx] Alle drie dienen gezamenlijk ontwikkeld te worden, maar ze culmineren in wijsheid. Ethiek en meditatie kunnen ontwikkeld worden zonder wijsheid, terwijl wijsheid alleen ontwikkeld kan worden op basis van ethiek en meditatie. De ontwikkeling van wijsheid (*prajna*) is ook weer onderverdeeld in drie delen.[xxi] Het eerste niveau is wijsheid verkregen door 'luisteren': *sruta-mayi-prajna*. De term verwijst oorspronkelijk naar mondelinge overdracht, karakteristiek voor een pre-literaire samenleving, maar het kan ook betrekking hebben op elke vorm van kennis en begrip die je uit boeken haalt of uit conversaties en lezingen. De term verwijst naar het leren *over* de aard van de realiteit en zelfs over de aard van inzicht in de aard van de realiteit. Het doel op dit niveau is om een helder conceptueel besef te krijgen van hoe de dingen werkelijk zijn.

Het tweede niveau van wijsheid is wijsheid verkregen door je eigen gedachten en reflecties: *cinta-mayi-prajna*. Als je iets gehoord of gelezen hebt over de ware aard der dingen, dan reflecteer je over wat je gehoord hebt. Door dit te doen begin je er serieus over na te denken en ontwikkel je na verloop van tijd je eigen inzichten. En zo verwerf je een dieper begrip.

Het derde niveau van wijsheid komt door meditatie: *bhavana-mayi-prajna*. Deze wijsheid gaat boven en voorbij elke vorm van zuiver intellectueel inzicht. Het is niet uitgedacht en het is helemaal niet conceptueel. Alleen wanneer de geest volledig stil is, kan echte wijsheid beginnen te ontstaan in de vorm van flitsen van direct inzicht: intuïtief, niet conceptueel begrijpen. In de geconcentreerde mentale staat, ontstaan door meditatie, kan de waarheid of werkelijkheid direct de geest oplichten, vrij van ideeën, gedachten, of zelfs gevoelens over die werkelijkheid of waarheid.

De Arya-sangha bestaat enkel uit diegenen die dit derde niveau van inzicht ervaren hebben. In het spirituele leven komt echter niets in

één keer. Elk meesterschap, of het nu ethiek, meditatie of wijsheid is, komt stukje bij beetje. Wat voor hobbels we in ons spirituele leven ook ervaren, echte vooruitgang is gelijkmatig en systematisch. Dat geldt ook voor de ervaring van inzicht en dus ook voor je eigen vooruitgang als lid van de Arya-sangha – want zelfs binnen dit hoge gezelschap zijn er verschillende niveaus. Als je meditatie zwak is kun je slechts een beetje inzicht ervaren. Maar als je concentratie in meditatie krachtiger is, kan je inzicht helder genoeg zijn om de diepte van de realiteit op te lichten. Op basis van deze verschillen, de niveaus van inzicht, wordt onderscheid gemaakt tussen diverse edele of heilige personen, *arya pudgala*.

Maar hoe kunnen verschillende maten van inzicht gemeten worden? Traditioneel gezien zijn er twee manieren: een subjectieve en een objectieve. Subjectief gezien wordt inzicht gemeten aan de hand van het aantal 'ketenen' die verbroken zijn. We zullen deze benadering aan het begin van het volgende hoofdstuk onderzoeken. Objectief gezien wordt het gemeten aan het aantal wedergeboorten die nog overblijven zodra je dat niveau van inzicht hebt bereikt. Dit 'maatstelsel' wordt gebruikt in de *Tiratana Vandana*, de begroeting van de Drie Juwelen welke door boeddhisten over de hele wereld gezongen wordt, om de Sangha te definiëren. In het derde vers hiervan wordt de Sangha gekarakteriseerd als 'Goed op weg gegaan ... Rechtuit op weg gegaan ... Geschikt op weg gegaan ... Passend op weg gegaan'.[xxii] Er wordt ook vermeld dat de Sangha bestaat uit mensen van vier verschillende niveaus van spirituele ontwikkeling, elk met zijn eigen titel:

1. Een stroombetreder of *srotapanna* is iemand die niet langer tegen de stroom in hoeft te worstelen, dat wil zeggen: spirituele vooruitgang is verzekerd. Er wordt gezegd dat hij of zij volledige verlichting zal bereiken binnen ten hoogste zeven wedergeboorten.

2. Een één-keer-terugkerende of *sakrdagamin* is iemand die nog één leven te gaan heeft voordat hij of zij Verlichting zal bereiken.

3. Een niet-terugkerende of *anagamin* is iemand die helemaal niet meer terug hoeft te komen als mens. Hij of zij zal wedergeboren

worden in de zogenaamde 'zuivere verblijven' (*suddhavasa*) op het hoogste niveau in de wereld van zuivere vorm (de *rupadhatu*) en zal van daaruit Nirvana bereiken.

4. Een *arhant* ('iemand die het waard is om vereerd te worden') is iemand die het doel al bereikt heeft.

Deze vier, zuiver spirituele categorieën omvatten de Arya-sangha. Maar de Boeddha heeft de Arya-sangha ook in kleurrijke termen beschreven: 'Je kunt de orde van monniken vergelijken met een grote oceaan. De grote oceaan bevat allerlei soorten reusachtige zeemonsters; evenzo bevat de Sangha allerlei spirituele 'reuzen'.[xxiii] Deze diepzee-reuzen, om het zomaar te zeggen, vormen de Arya-sangha.

Voor de grotere sangha is het goed om regelmatig contact met deze reuzen te hebben. Dit moet één van de voordelen zijn die de Boeddha in gedachten had toen hij de sangha de aanwijzing gaf om in groten getale en regelmatig samen te komen. Als je gewend bent om te leven en werken in de context van een kleine lokale boeddhistische gemeenschap, dan is het goed om van tijd tot tijd de sangha als geheel te ervaren. Het is een manier om je eigen leven en werk in een veel grotere context te plaatsen. Het is heilzaam om zo nu en dan een kleine vis in de grote oceaan te zijn als je gewend bent om een grote vis in een kleine vijver te zijn. Mogelijk zie je dan eventjes één van die diepzee-reuzen – ofschoon het niet gemakkelijk is om te zeggen wie in de sangha een stekelbaars is en wie een walvis.

De bodhisattva hiërarchie

In de Pali Canon, de verzameling leerredes van de Boeddha, wordt de spirituele hiërarchie van de Arya-sangha uiteengezet.[xxiv] De Pali Canon wordt door alle scholen geaccepteerd. In de Theravada-scholen van Sri Lanka, Birma en Thailand wordt verondersteld dat deze Canon de volledige boeddhistische canonieke literatuur bevat. Alle andere boeddhistische geschriften vallen onder de brede noemer

van Mahayana-boeddhisme – soms ‘ontwikkeld’ boeddhisme genoemd. Mahayana boeddhisme treffen we aan in Tibet, China, Japan, Korea en in een aantal andere oosterse landen. Tegenwoordig komt het ook in westerse landen voor. De term Mahayana betekent ‘grote weg’. De scholen, die de Mahayana-geschriften niet accepteerden, werden, niet door zichzelf natuurlijk, Hinayana of ‘kleine weg’ genoemd.

Het concept van de Arya-sangha ligt ten grondslag aan de geloofsgrondslag en doctrine die hetzelfde is voor alle verschillende scholen. Maar de Mahayana voegt aan deze fundamentele classificatie een verdere hiërarchie toe. Dit is de hiërarchie van de bodhisattvas – zij, die niet gericht zijn op hun eigen individuele bevrijding uit het lijden maar op het bodhisattva-ideaal: Verlichting niet alleen voor je eigen welzijn maar voor het welzijn van alle levende wezens.[xxv]

Net als bij de Arya-sangha zijn er vier bodhisattva-niveaus, afhankelijk van het stadium van ontwikkeling (*bhumis*) dat ze bereikt hebben.

1. De novice bodhisattva, of *adikarmika bodhisattva*, heeft heel oprecht het bodhisattva-ideaal geaccepteerd, maar moet het eerste stadium van het pad, oftewel enig niveau van transcendentaal inzicht nog bereiken.

2. De bodhisattvas ‘van het Pad’ zijn diegenen die vorderingen maken in de *bhumis* 1 tot 6.

3. De ‘onomkeerbare’ bodhisattvas zijn diegenen die de zevende *bhumi* (er zijn 10 *bhumis*) hebben bereikt. Precies zoals de stroombetreder niet terug kan vallen in de lagere werelden van het bestaan, zo kan ook de onomkeerbare bodhisattva niet vervallen tot het nastreven van individuele verlichting – vanuit de zienswijze van de Mahayana een mindere prestatie – maar is de onomkeerbare bodhisattva er zeker van dat hij het momentum kan volhouden om Verlichting voor het welzijn van alle wezens te bereiken.

4. Bodhisattvas van de *dharmakaya*. Dit is een wat mysterieus begrip dat verwijst naar wat beschreven kan worden als de verpersoonlijkte aspecten van Boeddha- schap. Net zoals wit licht uiteen kan vallen in de zeven kleuren van het spectrum zoals we die in een regenboog zien, zo kan het zuivere witte licht van Verlichting als het ware uiteenvallen in zijn eigen verschillende kleuren – dat wil zeggen de verschillende aspecten van de Verlichte geest: liefde, wijsheid, vrede, vrijheid, kennis enzovoort. Als de Boeddha een personificatie van Verlichting is dan vertegenwoordigen de bodhisattvas van de *dharmakaya* de belichaming van de individuele aspecten van die Verlichting.

De twee hiërarchieën, de Arya-sangha en de vier niveaus van het pad van de bodhisattva, overlappen tot op zekere hoogte. Sommige Mahayana teksten verwijzen naar stroombetreders als Hinayana bodhisattvas.

De sangha is dus een spirituele gemeenschap die op verschillende niveaus bestaat, van sociaal en geestelijk niveau tot het hoogste spirituele niveau. En je gaat voor Toevlucht tot de sangha door je met de sangha te verbinden op wat voor niveau je je ook bevindt. Ten eerste kun je deel nemen op het niveau van de *maha-sangha* door gewoon lid te zijn van de boeddhistische gemeenschap in een zuivere formele, oppervlakkige betekenis. Ten tweede kun je er op een geestelijke manier aan deelnemen, en in een sterker toegewijde zin, door het ontvangen van ordinantie. In de Theravada traditie betekent ordinantie dat je monnik wordt. In de Mahayana traditie is de bodhisattva ordinantie in principe hetzelfde voor monniken en leken. Maar in de praktijk wordt de term sangha vaak gebruikt om te verwijzen naar de monniken. In de Orde die door mij is opgericht, is er maar één ordinantie, onafhankelijk van levensstijl of geslacht. Ten derde kun je tot de sangha toetreden op het niveau van de Arya-sangha of bodhisattva-sangha op basis van je spirituele verworvenheden. Laten we eens gaan kijken waar deze verworvenheden daadwerkelijk uit bestaan.

Hoofdstuk 3: Individualiteit, de essentie van sangha.

Tot nu toe heb ik over de algemene principes van de sangha gesproken in traditionele en historische termen en heb ik beschreven hoe haar fundamentele vormen en concepten zijn ontstaan. Nu wil ik een kijkje nemen achter deze formele vormen en concepten en proberen om de diepere principes van de spirituele gemeenschap te definiëren, onafhankelijk van welke traditionele boeddhistische context dan ook.

De term Arya-sangha wordt gewoonlijk vertaald als 'Sangha van de edelen of heiligen'. Ik geef er echter de voorkeur aan om de Sanskriet term *Arya* te vertalen als 'individu'. De vier soorten individuen waarnaar de Tiratana Vandana verwijst worden ook zo genoemd - individuen. De uitdrukking die wordt gebruikt, is *purisapuggala* - 'personen die individuen zijn'. Een spirituele gemeenschap bestaat in wezen uit individuen. En als niet-individuen zich organiseren kan er nooit sprake zijn van een spirituele gemeenschap, enkel van een groep.

Ik heb de bewering dat sommige mensen meer ontwikkeld zijn dan anderen nogal sterk uitgedrukt want het is onbetwistbaar van fundamenteel belang voor het boeddhistische denken. Het is van wezenlijk belang dat we inzien hoe belangrijk dit onderscheid tussen een individu en een niet-individu is. De ontwikkeling van het 'ware individu' is een vrij recent iets in de geschiedenis van de mensheid, en kan niet als iets van vanzelfsprekend beschouwd worden.

Maar wat is een individu? In het tweede deel van dit boek zal het antwoord op deze vraag op verschillende manieren worden verkend. Maar laten we beginnen met het traditionele boeddhistische antwoord. Dit wordt meestal uitgedrukt in termen van de tien ketenen die je moet breken om volledige vrijheid te kunnen bereiken.[xxvi] Vanuit onze optiek zijn de eerste drie ketenen het

belangrijkste. Als je deze kunt breken is Verlichting verzekerd. Dan word je namelijk een stroombetreder, een lid (ook al is dat op het meest bescheiden niveau) van de spirituele gemeenschap in hoogste zin. Kort gezegd, dan word je een echt individu. Het moet benadrukt worden dat dit doel binnen het bereik ligt van iedere boeddhist die zijn of haar beoefening serieus neemt.

De eerste keten is *satkaya-drsti. Sat* betekent echt of waar, *kaya* is lichaam en *drsti* is zienswijze. De gehele term wordt meestal vertaald met 'geloof in een persoonlijkheid'. Dit is de overtuiging dat je huidige persoonlijkheid, jezelf zoals je nu bent, vast staat, definitief en onveranderlijk is, dat het een onbetwistbaar feit is. Deze overtuiging is de eerste keten die je groei als individu belemmert.

Satkaya-drsti wordt in het Westen vaak in zuiver filosofische termen uitgelegd alsof het een kwestie is van het aanhangen van een specifieke denkwijze met betrekking tot de aard van het zelf, maar dat is het eigenlijk helemaal niet. Deze keten bestaat uit het vasthouden aan één van twee tegengestelde, extreme zienswijzen. Eén ervan is de overtuiging dat het zelf na de dood als een wezenlijke entiteit blijft bestaan, als een soort spirituele biljartbal die door het universum stuitert, ongeacht of je gelooft dat het naar de hemel gaat of wedergeboren wordt. De andere overtuiging is dat het zelf met de dood van het fysieke lichaam helemaal verdwijnt. In tegenstelling tot deze beide overtuigingen is de boeddhistische zienswijze dat de verschillende psychologische en spirituele processen, die in al hun complexiteit je persoonlijkheid vormen, zich na de dood voortzetten zonder dat een onveranderlijke essentie aan deze stroom van psychische gebeurtenissen ten grondslag ligt.

Deze keten is echter meer een diepgewortelde houding dan een intellectuele zienswijze. Het kan in filosofische termen worden gerationaliseerd, maar in essentie is het voornamelijk een onbewuste houding die zegt: 'ik ben zoals ik ben en daar is niets aan te doen'. Als ik slecht gehumeurd ben, nou, dat is zoals het is. Daar kun je niets aan doen. Dat is nu eenmaal mijn aard. Zo ben ik geboren en ik zal er mee moeten leven. En ja, ik neem aan dat anderen er ook mee moeten leven. God heeft me zo gemaakt. Wie zijn wij dat we met

Gods schepping kunnen spelen? Je moet me nemen zoals ik ben, met alles erop en eraan.

Zelfs als we de behoefte aan verandering in onszelf toegeven, kunnen we alleen maar aan een oppervlakkige verandering denken. Als we onszelf voor proberen te stellen dat we radicaal veranderd zijn en dan voorzichtig kijken naar dit denkbeeldige zelf, dan zullen we zien dat het op een treffende, fundamentele en gedetailleerde wijze overeenkomt met wie we nu zijn. Om ons echt de mogelijkheid van radicale verandering voor te kunnen stellen, dienen we elke gedachte die we nu hebben over onszelf los te laten.

Het echte individu weet dat iedere vooruitgang verandering inhoudt en dat verandering betekent dat er iets moet verdwijnen, iets dood moet gaan – *jij* moet sterven. Het oude zelf moet doodgaan om een nieuw zelf te creëren. Dat is de enige manier. Een individu accepteert dit doodgaan blijmoedig als een noodzakelijke voorwaarde voor groei.

De tweede keten is *vicikitsa*. Dit wordt meestal vertaald als ‘verbijstering’, ‘twijfel’, ‘onzekerheid’ of ‘sceptisch van aard’. Ook nu zijn we niet geïnteresseerd in een intellectuele houding. *Vicikitsa* heeft eerder te maken met de wil dan dat het intellectueel van aard is. Het is veel meer een emotioneel onvermogen om onszelf aan iets te wijden dan een intellectuele onzekerheid. Het is de onwil om tot een besluit te komen, de onwil om iets te overdenken en dan een conclusie te trekken. Het is een weerstand om helemaal ergens voor te gaan. Het is niet die eerlijke twijfel waarvan Tennyson zegt:

Er zit meer vertrouwen in eerlijke twijfel,

geloof me, dan in het halve evangelie.[xxvii]

Vicikitsa is gebrek aan integratie. Men is niet echt een individu maar een 'losse verzameling zelven'. Uit dit gezelschap van zelven komt 'een zelf' naar voren dat de hele ‘persoon’ tot een bepaalde beslissing verplicht. De volgende dag zal een ander 'zelf', die denkt dat het beter is, dit besluit terugdraaien. Eén zelf is enthousiast over iets, om vervolgens door een ander zelf vervangen te worden dat zich afvraagt waar al die drukte allemaal voor nodig was. Zo volgt het ene zelf het andere op, als golven die breken op de kust van je huidige mentale staat. Iedereen herkent dit wel en in het bijzonder mensen die mediteren. Eén zelf wil mediteren en een ander zelf niet. Eén zelf gaat door met mediteren en sleept alle andere zelven mee onder luid protest, maar geleidelijk aan verzwakt het en gaat het ten onder in een mengelmoes van andere zelven (zogenaamde afleidingen). Deze zullen, als ze kunnen, een einde maken aan het mediteren. Op deze manier worden we heen en weer geslingerd bij het mediteren maar ook in ons leven; dan weer dit, dan weer dat verdragend; dan weer in de ene richting dan weer in de andere richting getrokken worden. Door tijd te verspillen desintegreren we, aldus Richard II in een stuk van Shakespeare:

Ik heb tijd verspeeld, en nu verspeelt de tijd mij.[xxviii]

Alleen een individu, een geïntegreerd persoon, kan zichzelf erop toeleggen om daadwerkelijk spirituele vooruitgang te boeken.

De derde keten is *silavrata-paramarsa* wat letterlijk betekent: grijpen (*paramarsa*) naar morele regels (*sila*) en religieuze geloften (*vrata*). Dit betekent niet ‘gehecht zijn aan religieuze riten en ceremonies’ zoals deze uitdrukking tegen het einde van de negentiende eeuw voor de eerste keer in het Engels vertaald werd, ten tijde van het grote dispuut omtrent rituelen. Aanhangers van de Oxford-beweging hebben destijds geprobeerd om de oude katholieke rituelen weer terug in te voeren in de Anglicaanse kerk en ondervonden toen krachtige weerstand van de meer protestante

vleugel van de kerk. Het lijkt erop dat de eerste vertalers van de Pali Canon deze keten zagen als een uitdrukking van 'anti-rituelen' en de Boeddha als een eerste protestant, of zelfs als een vroege rationalist, die zich tegen de meer kleurrijke kant van religie verzette. Dit is een zienswijze van de Boeddha die tegen elke getuigenis ingaat. De keten verwijst in feite naar afhankelijkheid van ethische regels en religieuze gebruiken *als doel op zich*.

Zelfs als we de Pali-term correct vertaald hebben, is het nog steeds mogelijk om deze verkeerd te begrijpen. Ethische en religieuze gebruiken zijn op zich geen keten. Maar onze afhankelijkheid ervan, door ze als een doel op zich te beschouwen in plaats van ze te zien als een middel naar Verlichting, belemmert ons. Met andere woorden, we worden belemmerd door conventionele moraliteit en conventionele religie. Het idee dat dit een keten kan zijn wordt vaak gezien als een specifieke Zen-houding, maar het is elementair boeddhisme. Het is zelfs elementair christendom: 'De sabbat', zoals Jezus zei, 'was voor de mensen gemaakt, de mensen niet voor de sabbat'.[xxix] Op dezelfde manier zijn ethiek en beoefeningen er om gebruikt te worden, niet om ons te gebruiken.

Waarom zien we dit niet (en zolang we geen stroombetreder zijn zien we dit tot op zekere hoogt niet)? Wederom gaat het hier niet om een bewust in stand gehouden zienswijze maar om een onbewuste emotionele houding. Het heeft te maken met het feit dat we iets uit onze spirituele beoefening willen halen dat niets te maken heeft met het doel ervan. Vaak ontlenen we aan onze beoefening een soort status in de groep, een vorm van acceptatie, waardering, zekerheid en een gevoel van erbij te horen. Dit is een bekend fenomeen van welke spirituele traditie dan ook die in een bepaalde cultuur dominant is. In het Westen was het vrijwel verplicht om naar de kerk te gaan en je kerkgang bepaalde je reputatie in de gemeenschap. Dit was meestal ook de reden waarom mensen naar de kerk gingen – niet om God te vereren maar om een goede indruk achter te laten.

Maar zelfs als je naar een kleine boeddhistische groep gaat, wat helemaal niet zal bijdragen aan je conventionele sociale status, dan zal je na een poosje merken dat je hoofdzakelijk nog gaat vanwege

de positieve en vriendelijke atmosfeer. Ondanks je beste intenties doe je voor de vorm mee aan meditatie, devotie, studie, spirituele vriendschap, etc. Je hoopt zo een vorm van zelfbevestiging, die je diep van binnen wilt, te krijgen van dergelijke groepsbijeenkomsten. Om deze keten te verbreken dien je al deze beoefeningen en activiteiten, ongeacht hoe belangrijk ze allemaal zijn, te behandelen als middel tot een specifiek doel – je eigen ontwikkeling als individu.

Genoeg over de eerste drie ketenen.[xxx] Voorbij dit punt heeft de één-keer-terugkeerder de vierde en vijfde keten verzwakt. De niet-meer-terugkeerder bevrijdt zich van een verdere menselijke wedergeboorte door de vierde en vijfde keten te breken. (Een arahat breekt ook de laatste vijf ketenen. Hier hoeven we niet op in te gaan, omdat ze van weinig directe betekenis zijn voor waar de meesten van ons nu zijn.)

De vierde keten is *kama-raga*, verlangen naar zintuiglijke ervaring. De vijfde keten is *vyapada,* boosheid of vijandigheid. Deze twee ketenen wegen zwaarder dan de eerste drie, ze liggen veel dieper. Ze houden ons stevig in hun greep. Het is ontnuchterend om te beseffen dat zelfs iemand die zó spiritueel ontwikkeld is als een stroombetreder nog steeds in de greep ervan is, op z'n minst op subtiele wijze. Met een klein beetje verbeelding zien we dat zelfs de ‘één-keer-terugkeerder’ deze twee ketenen alleen verzwakt en nog niet gebroken heeft. In het geval van de vierde keten hoeven we ons alleen maar voor te stellen hoe het zou zijn om ineens blind te worden, hoe het zou zijn om geen licht te zien en ook niet alle tienduizenden details van de visuele wereld om ons heen die we voor lief nemen. Er is niet veel voor nodig om te beseffen met wat voor een onnoemelijke hunkering we naar die visuele wereld zouden verlangen. Of stel je voor dat je plotseling doof wordt en in een totaal stille wereld stort, zonder stemmen, zonder muziek, zonder constante achtergrondgeluiden die je eraan herinneren dat je de wereld deelt met andere levende wezens. Je zult ernaar verlangen om die vorm van contact weer te hebben, verlangen naar de schoonheid van de meest eenvoudige muziek, boven wat dan ook in de wereld. Hetzelfde geldt voor de wereld van de tast en zelfs van smaak.

Het verlangen dat zou ontstaan wanneer je volledig van alle zintuiglijke ervaringen beroofd bent, is bijna niet voor te stellen. Maar dit is wat er gebeurt op het moment van sterven. De geest wordt hiervan losgerukt en verblijft in een leegte die echt verschrikkelijk is voor diegenen die door de vijf zintuigen nog steeds in contact willen zijn met de externe wereld. *Kama-raga* zorgt er daarom voor dat je bewustzijn zich wil uitdrukken in een ander op zintuigen gebaseerd bestaan. Met het breken van deze keten wordt men dan ook een niet-meer-terugkeerder.

Wat betreft de keten van boosheid of vijandigheid is het bijna onmogelijk om ons voor te stellen hoe we zouden zijn zonder enige vorm van ontevredenheid, irritatie, wrok, ongeduld of een slecht humeur. Deze gemoedstoestanden zijn bijna voortdurend op de achtergrond aanwezig. Om nog maar niet te spreken van de meer merkbare uitbarstingen van boosheid, die voortkomen uit onze schijnbaar bodemloze put van vijandigheid.

Maar zelfs al kunnen we deze ketenen nu niet breken, toch kunnen we ons er bewust van zijn en de noodzaak inzien om ze te verzwakken door de beoefening van meditatie. Op die manier proberen we, al is het tijdelijk, om ons aan zintuiglijke ervaringen te onttrekken en ook om onze vijandigheid los te laten – meestal door de *metta bhavana* meditatie, de ontwikkeling van universele liefdevolle vriendelijkheid.[xxxi]

We hebben nu het traditionele antwoord op de vraag wat maakt dat iemand een *arya is*, wat maakt dat iemand een individu is. Als je een individu bent, dan ben je bereid om te veranderen, om een gefixeerd idee van jezelf los te laten, ja zelfs bereid om te sterven. Je bent geïntegreerd genoeg om jezelf volledig toe te wijden en je verwart het middel niet met het doel. Dit zijn de houdingen die we moeten voeden als we de eerste drie ketenen willen breken en de toestand van stroombetreder willen bereiken. Bovendien is een individu gewaar van de invloeden die onze zintuiglijke ervaringen hebben op onze geest. Ook is een individu zich gewaar van de behoefte om deze invloed te reduceren door de beoefening van eenvoud, tevredenheid en meditatie. En een individu probeert zich bewust te

zijn van negatieve emoties door er niet op een schadelijke manier uitdrukking aan te geven en doet zijn of haar best om positieve emoties te ontwikkelen.

Dit is één manier om een individu te definiëren en om te verduidelijken hoe ik de term wil gebruiken. In het tweede deel van dit boek zullen we het individu en aspecten van individualiteit op een andere manier verkennen. Voorlopig richten we ons op de relatie tussen het individu en de spirituele gemeenschap. Deze relatie begon met het ontstaan van het individu, een relatief recent gegeven in onze menselijke geschiedenis. Laten we nu gaan kijken naar de ontwikkeling van het individu – en de spirituele gemeenschap – vanuit een historisch perspectief.

Hoofdstuk 4:De geschiedenis van de spirituele gemeenschap

Geschiedenis is een hachelijke onderneming. Het is een poging om objectief te zijn over wat er in het verleden gebeurd is, die niet altijd slaagt. Het is moeilijk om aan harde feiten te komen. Liet koning Alfred echt die cakes aanbranden? Niemand weet het. Raakte koning John echt zijn (kroon)juwelen kwijt in de 'Wash' (een baai en omringend moerassig land aan de kust van Oost-Engeland)? Niemand weet het. Maakte koning Richard III werkelijk een einde aan het leven van die twee kleine prinsen in de Tower? Ook nu weer, niemand weet het. Historici discussiëren hier nog steeds over. Zelfs als men het eens is over de feiten, dan nog kan de argeloze historicus verdere valkuilen verwachten. Schoolkinderen nemen niet langer aan dat aardrijkskunde over kaarten en geschiedenis over mensen gaat. Geschiedenis is niet langer simpel de verlengde schaduw van een mens. Je kunt het vanuit allerlei verschillende perspectieven bekijken. Je kunt brede, verreikende algemene beweringen doen, of nauwgezet, uiterst gericht onderzoek doen. Je kunt een sociale, culturele, economische of feministische zienswijze aannemen. En er zijn radicaal verschillende en zelfs tegenstrijdige standpunten die men kan innemen in elk van deze en andere studieonderwerpen.

Als we over geschiedenis praten, moeten we behoedzaam zijn. Dat gezegd hebbende ga ik nu alle waarschuwingen in de wind slaan en geschiedenis als geheel benaderen vanuit een bepaalde visie. Ik gebruik het woord visie met opzet omdat ik met een paar grove penseelstreken een heldere algemene indruk wil overbrengen. Natuurlijk zijn zulke omvangrijke samenvattingen van de geschiedenis geneigd elkaar af te wisselen zoals met de meeste dingen. Hegel zag geschiedenis als de groeiende manifestatie van 'Spirit' en als een proces dat zich bovendien bewoog vanuit het Oosten naar het Westen, van het oude China naar het moderne Amerika.[xxxii] Karl Marx, voortbouwend op Hegel, presenteerde geschiedenis in termen van economie en klassenconflict dat door

vier grote fasen heengaat: theocratie, feodalisme, kapitalisme en communisme afhankelijk van wie de productiemiddelen in handen heeft.

Toen kwam de visie van Toynbee over de opkomst en ondergang van beschavingen en hij somde meer dan twintig verschillende beschavingen op. Sommige van deze beschavingen bestaan alleen nog maar in de vorm van monumenten, zoals in Egypte. Andere beschavingen, zoals hindoeïstische, floreren nog steeds. Weer andere bestaan alleen nog maar in, wat Toynbee noemt, een fossiele vorm, zoals in Tibet voor de Chinese invasie (hoewel de meeste boeddhisten het met deze specifieke uiteenzetting niet eens zullen zijn).[xxxiii] Geen van deze visies op geschiedenis hebben de 20e eeuw heelhuids overleefd. Zelfs de meest recente poging van Francis Fukuyama om het einde van de geschiedenis te voorspellen lijkt voorbarig.[xxxiv]

De filosoof Karl Jaspers (1883-1969, aanhanger van het existentialisme) reikt ons echter zijn concept van het axiale tijdperk aan. Hij beschrijft hoe in de loop van de geschiedenis wijd uiteenlopende voorbeelden te vinden zijn van een radicaal geïndividualiseerd bewustzijn. Dit bewustzijn kunnen we niet negeren in een discussie over het menselijke ideaal van individualiteit.[xxxv] Met dit als beginpunt volgt er nu een kort historisch overzicht van spirituele gemeenschappen – dat wil zeggen individuen die zichzelf organiseren op een gezamenlijke basis.

De geschiedenis van de mensheid als soort omvat honderdduizenden, zelfs miljoenen jaren. Veel hiervan wordt meestal eenvoudig als de prehistorische tijd aangeduid. Het ontstaan van een specifiek menselijk bewustzijn produceerde voor het eerst een soort die niet gedefinieerd kon worden in zuiver biologische termen. Verspreid levende families of stammen leefden van het verzamelen van wortels, fruit en zaden. Later gingen ze ook jagen, maar ze zwierven door een wereld die veel kleiner was dan de onze. Hun kijk op het verleden en de toekomst waren beperkt en hun kijk op de wereld om hen heen werd begrensd door hun directe leefomgeving. Waar ze zich bewust van waren, was hun directe

ervaring, van het hier en nu. Wat ze wisten, wisten ze door directe en innerlijke ervaring. Voor het overige wisten ze bijna nergens iets van af behalve hoe te overleven en dat wisten ze heel erg goed. Toch moet de uitgestrektheid van de natuur waarin zij rondtrokken beangstigend op hen overgekomen zijn omdat ze maar met kleine groepen waren.

Ze zwierven door bossen of over grasvlaktes, verbleven in grotten of in putten in de grond, of tussen de wortels van bomen. Ze konden geen gebruik maken van wat ze uit het verleden geërfd hadden – geen huizen, dorpen, bruggen, wegen, zelfs geen hutten of paden. Er waren geen wetten noch enige vorm van autoriteit buiten het gezinshoofd om. Er was geen mechanisch besef van tijd om je ervaringen aan af te meten. Je zag gewoon de zon opkomen en weer ondergaan en hoe de seizoenen elkaar afwisselden. Aan de kale bomen vormden zich knoppen en nieuwe bladeren. Vervolgens zag je dezelfde bladeren geel worden en naar beneden dwarrelen. Deze veranderingen gingen samen met veranderingen van temperatuur en de manier waarop je aan je eten kwam. Maar je wist niets van het verleden, niets van geschiedenis. Je kende je ouders en grootouders, je kinderen en kleinkinderen, maar buiten dat was er alleen maar een waas. Je wist niets van andere menselijke wezens die in een andere tijd of op een andere plaats leefden. Er was geen 'kennis' op de manier zoals wij de term gebruiken. De primitieve mens was onwetend en, voor zover we weten, gelukkig onwetend. We kunnen ons zoiets nauwelijks voorstellen. Zo'n tijdperk lijkt voor ons heel ver weg.

Op een bepaalde manier is het echter helemaal niet ver weg. De periode van de prehistorie valt vrijwel samen met de geschiedenis van de mensheid zelf. De tien-tot-twintigduizend jaar van de moderne of historische mensheid is niet meer dan een punt op de lange, kronkelige paleolithische (stenen tijdperk) en neolithische (nieuwe stenen tijdperk) periode van onze ontwikkeling. Feitelijk leven we nog steeds op de rand van het stenen tijdperk. Bijna alles waar we waarde aan hechten, zoals hogere cultuur, beschaving, literatuur, wetenschap en technologie, werk en ontspanning, was volledig onbekend voor onze soortgenoten door vrijwel de gehele

geschiedenis heen. Onze wortels gaan inderdaad erg diep. Gedurende bijna ons gehele bestaan als soort zijn we primitief en onwetend geweest en onder de oppervlakte zijn we dat in grote mate nog steeds. Sterker nog, een groot gedeelte van onze onbewuste conditionering ontlenen wij aan de behoeften van primitief leven.

Deze nauwelijks voor te stellen, enorme en bijna volledig lege gebieden van prehistorie worden soms poëtisch het tijdperk van Prometheus genoemd. Hij was volgens de Griekse mythen de halfgod die het vuur uit de hemel stal voor het gebruik door de mensheid. Naast het gebruik maken van vuur, gebruikte de primitieve mens ook stenen gereedschappen en ontwikkelde de beginselen van taal en religie. De grote kosmische mythen of natuur-mythen ontstonden aan het einde van deze periode en tegelijk met religie kwam ook de kunst op die tot vrij recentelijk niet gescheiden van religie voorkwam.

Dan plotseling, en relatief gesproken erg plotseling, begonnen ongeveer 20.000 jaar geleden de jagers-verzamelaars de grond te bewerken. Ze gingen zaden zaaien en gewassen oogsten. De ontwikkeling van de landbouw zorgde op sommige plekken voor het ontstaan van nederzettingen en uiteindelijk dorpen en zelfs steden in plaats van het leven als nomade. Deze ontstonden in het bijzonder in de valleien van de grote rivieren van Azië en Noord Afrika: de Nijl, Tigris en Eufraat, de Indus en de Ganges, de Huang Ho en Yangtze Kiang. De landbouw stimuleerde de ontwikkeling van planning. De grond bewerken in het belang van een toekomstige oogst werd een afgewogen activiteit en geen spontane impuls. Zo was dit de eerste stap op weg naar beschaving.

De snelheid van ontwikkelingen nam exponentieel toe en het stenen tijdperk werd al snel opgevolgd door het bronzen en later het ijzeren tijdperk. Alfabetten werden uitgevonden, literatuur en een soort geschiedenis werd geschreven en men begon eenvoudige geometrie en astronomie onder de knie te krijgen. Regering, bewind en wetten werden gevormd. Deze ontwikkelingen verspreidden zich door handel, oorlog en veroveringen. Vruchtbaarheidsmythen verdreven de oude kosmische mythen of natuurmythen. Deze gehele periode

staat bekend als het tijdperk van landbouw, het tijdperk van de riviervallei of het tijdperk van het goddelijk koningschap.

Ongeveer 2500 jaar geleden was er weer een grote verschuiving in het bewustzijn. Deze wordt door Karl Jaspers de axiale periode genoemd. Samen met een opeenvolging van grote keizerrijken ontstonden de grote religies. Ongeveer 500 jaar geleden begon een nieuwe revolutie: het tijdperk van wetenschap en technologie of het tijdperk van angst. Maar het cruciale moment in de ontwikkeling van de mensheid was de axiale periode. Dit was het moment waarop de soort voor het eerst zijn unieke potentieel volledig realiseerde.

De term die door Jaspers gebruikt wordt komt van Hegel. Hij spreekt in zijn *Filosofie van de Geschiedenis* over het keerpunt van de geschiedenis, het punt waarop de gehele menselijke geschiedenis om draait.[xxxvi] Voor hem was dit punt het verschijnen van Christus. Maar Jaspers duidt ook aan dat zo'n interpretatie alleen maar betekenis kan hebben voor gelovige christenen. Als er inderdaad zoiets bestaat als een keerpunt in de geschiedenis, dan dient er sprake te zijn van een aantal omstandigheden die voor iedereen belangrijk zijn. Om geloofwaardig te zijn als een historisch referentiekader voor iedereen, moet zo'n keerpunt niet op een specifieke religie steunen.

Jaspers identificeert dit doorslaggevend keerpunt in de periode van 800 - 200 jaar vóór onze jaartelling, een periode van spirituele omwenteling. Overal op de wereld - of althans in de meer ontwikkelde delen van de wereld - lijkt de mensheid plotseling uit de eeuwige slaap te zijn ontwaakt. In die tijd werden er individuen geboren die door hun handelen en manier van kijken naar de wereld op bijna het gehele menselijke ras een diepe invloed hebben gehad, direct of indirect. Zelfs 2500 jaar later worden veel van deze individuen nog steeds in grote kring vereerd en wordt hun werk nog steeds gewaardeerd, geraadpleegd en besproken.

De *Analecta* (bloemlezingen) van Confucius (551-479 BCE) zijn waarschijnlijk nog steeds de grootste invloed die ooit uitgeoefend is op de vorming van het Chinese karakter terwijl de *Tao-te Ching*, samengesteld door de vrij mysterieuze figuur van Lao-Tze (604?-

531?), nog steeds wereldwijd een blijvende bestseller is. Deze twee zijn de meest bekende in de schare van Chinese wijsgeren, inclusief Mencius (372-289 BCE) en Chuang Tzu (ca 350-275 BCE). India kan zich beroemen op een wereld van wijsgeren die verantwoordelijk zijn voor de wijsheid in de Upanishads, en ook op de stichter van het Jaïnisme en natuurlijk op Gautama de Boeddha. Min of meer tegelijkertijd was er in Perzië de figuur van Zoroastra of Zarathoestra (?628-?551), bekend als de oprichter van de leer van Zoroastranisme, het geloof van de Parsi's. Dit was de religie van het Perzische keizerrijk en het heeft alle Semitische, monotheïstische religies zwaar beïnvloed: Jodendom, christendom en islam.

Het kleine landje Palestina bracht de grote joodse profeten voort: Amos en Jesaja, Jeremia, de tweede Jesaja en een aantal anderen. Jaren later werden hun sublieme morele inzichten verder ontwikkeld door Jezus van Nazareth en ze klinken nog steeds door in de hedendaagse westerse wereld.

Ten slotte was er in Griekenland een uitbarsting van filosofische, spirituele, en artistieke creativiteit die nergens in de wereld, ervoor en erna, haar weerga heeft gevonden. A.N. Whitehead merkte eens op, ook al is het wat stoutmoedig, dat westerse filosofie niet veel meer is dan een reeks voetnoten van Plato.[xxxvii] Plato was de leerling van Socrates en de leraar van Aristoteles, wiens werk het middeleeuwse denken van moslims en christenen domineerde. Maar deze drie vertegenwoordigen slechts het hoogste punt van een complexe filosofische traditie.

De epische gedichten van Homerus, de lyrische gedichten van Pindarus, de fabels van Aesopus, de poëtische drama's van Sophocles, Euripides en Aeschylus, de komedies van Aristophanes en de beeldhouwkunst van Phidias en Praxiteles vertegenwoordigen de meest sublieme kunstwerken uit een onvoorstelbaar rijke cultuur en zijn nog steeds voorhanden. Deze cultuur bracht ook de eerste moderne historici voort, Herodotus en Thucydides, evenals de geneeskundige Hippocrates wiens eed over medische ethiek nog steeds relevant is voor artsen in het hedendaagse Westen. Tenslotte waren Thales, Anaximander, Pythagoras, Archimedes en Euclides

slechts enkele van de Griekse denkers die met elkaar de principes van wiskunde en wetenschappelijke methodes vaststelden. Dit leidde tweeduizend jaar later tot een andere intellectuele explosie: de moderne wereld zoals we die nu kennen.

Het eenvoudig reciteren van zo'n litanie van namen maakt de observatie van Jaspers duidelijk: 'In dit tijdperk werden de fundamentele categorieën geboren waarin we op de dag van vandaag nog steeds denken, en werden de grondbeginselen van de wereldreligies gecreëerd die mensen nog steeds volgen.' Jaspers zegt verder: 'Mythen werden opnieuw gevormd en werden in deze overgangsperiode op een diepere laag begrepen, wat op zich nieuwe mythen creëerde, precies op het moment dat mythe als geheel vernietigd werd. De mens zit niet langer opgesloten in zichzelf. Hij wordt onzeker van zichzelf en staat daardoor open voor nieuwe en grenzeloze mogelijkheden. Voor het eerst verschijnen er *filosofen*. Menselijke wezens waagden het erop om op zichzelf als individu te vertrouwen.'[xxxviii]

Als we vragen wat zo'n diverse schare van individuen gemeenschappelijk heeft, dan is dit het aangewezen antwoord. Ze waren niet enkel creatieve figuren – grondleggers van religies, of van denkwijzen, of van vormen van artistieke expressie. Ze dachten zeker niet in die termen over zichzelf ook al kunnen we zien, terugkijkend op wat er gebeurde als resultaat van hun leven, dat velen van hen op de een of andere manier grondleggers werden. Nee – wat ze allemaal gemeenschappelijk hebben is dat ze echte individuen zijn. Ze steken boven de massa van de mensheid uit, niet omdat ze over anderen domineerden of heersten, of hen overwonnen hadden, maar om wie ze waren. Zelfs na al die eeuwen herkennen we hen als duidelijk herkenbare individuen en dus is het mogelijk om een persoonlijke relatie met hen aan te gaan. Ze vertegenwoordigen een nieuw soort mensen die vóór deze periode klaarblijkelijk nog niet bestonden. Ze dachten onafhankelijk. Ze waren psychologisch niet afhankelijk van de groep. Ze konden, indien noodzakelijk, op zichzelf staan, alleen staan.

De historische ontwikkeling van spirituele gemeenschappen

Als resultaat van deze nieuwe mutatie (om het zo maar te zeggen) zien we, vanuit spiritueel oogpunt, dat vanaf nu in de geschiedenis twee krachten in tegenovergestelde richting werkzaam zijn: de groep en het individu. Aan deze dient een derde kracht toegevoegd te worden: spirituele gemeenschappen. Omdat het over het algemeen een kenmerk is van het individu om een relatie met andere individuen of proto-individuen aan te gaan, zien we ze meestal opereren in de context van spirituele gemeenschappen.

Zo verschenen er in het oude Griekenland een aantal filosofische scholen: de school van Milete, de Platonische school, de school van het Neoplatonisme, de Stoïcijnse school en de school van het Epicurisme. Dit zijn geen academische scholen in de moderne betekenis van het woord. Ze werden opgericht - althans in bepaald opzicht - als spirituele gemeenschappen met leraren en leerlingen die samen naar de waarheid op zoek waren. De school van één van de meest invloedrijke Griekse denkers, Pythagoras, stond inderdaad uitdrukkelijk bekend als een mystiek genootschap. Dergelijke spirituele gemeenschappen ontstonden in de hele Grieks-Romeinse wereld.

Tegelijkertijd verschaften in Palestina gemeenschappen, zoals die van de Essenen, de voedingsbodem waarop Jezus van Nazareth het zaad van zijn leer plantte. Vervolgens verspreidden de christelijke gemeenschappen zich snel in het gebied rond de Middellandse Zee. Ondertussen werden rond de derde eeuw gemeenschappen van Manicheeërs, volgelingen van de profeet Mani, aangetroffen in wat we nu Irak en Iran noemen. Een tijdje later ontstonden er in hetzelfde gebied, en er buiten, verschillende Soefi gemeenschappen. Gedurende deze periode verspreidde de boeddhistische sangha zich in India en in mindere mate ook de sangha van het Jaïnisme. Men zou eigenlijk ook in China spirituele gemeenschappen verwachten. Maar totdat boeddhistische sangha's daar werden gevormd, in de

tweede eeuw, vinden we daar enkel een literaire elite die een dergelijke rol vervulde.

Drie tradities van spirituele gemeenschappen waren, en zijn nog steeds, van groot belang vanwege het aantal individuen dat erbij betrokken was, de tijd dat ze bloeiden en de invloed die ze op de wereld hadden. Dit zijn de gemeenschappen van boeddhisten, soefi's, en christenen. Van deze hield de boeddhistische sangha het het langste vol. Men realiseert zich niet vaak dat de boeddhistische sangha als het ware de klassieke vorm van spirituele gemeenschap is. Boeddhisten vormden vanaf het begin een spirituele gemeenschap en het is dus niet iets dat later op kwam. Er kan met recht gezegd worden dat het boeddhisme in essentie een spirituele gemeenschap **is.** De sangha is een integraal deel van de Drie Juwelen, op elk niveau. En het bestaat uit twee grote richtingen, zoals we al gezien hebben: het Hinayana (of correcter gezegd, de Theravada) en het Mahayana. In het Theravada bestaat de tendens om de spirituele gemeenschap te identificeren met de kloostergemeenschap. Maar in de landen waar het Mahayana boeddhisme wordt beoefend is de grote verenigende factor historisch gesproken niet zozeer de Drie Toevluchten maar het Bodhisattva ideaal en wordt de spirituele gemeenschap geïdentificeerd met zowel kloosterlingen als leken.

De spirituele gemeenschappen of broederschappen van de soefi's zijn verspreid over de gehele moslimwereld en hebben in het gunstigste geval een dubbelzinnige relatie met de orthodoxe islam. Al-Ghazali is waarschijnlijk de meest belangrijke en meest bekende van alle soefi-mystici. Soefi-ideeën stammen af van het Neoplatonisme, het Manicheïsme en zelfs van het hindoeïsme en het boeddhisme. Vanuit een orthodox islamitisch perspectief worden soefi's daarom vaak gezien als ketters en sommigen van hen zijn zelfs geëxecuteerd voor hun ketterse uitspraken. Soefi-gemeenschappen hebben echter tot op de dag van vandaag de islamitische wereld geïnspireerd.

Het ontstaan van de christelijke spirituele gemeenschappen – de christelijke kerken – is controversieel en in duisternis gehuld. In de vierde eeuw werd het christendom de officiële religie van het hele

Romeinse rijk en was dus niet langer een spirituele gemeenschap. Het werd een aspect van 'de groep', de kerkelijke vleugel van de staat. Uiteindelijk werd het een politieke macht op zich, claimde zijn eigen autoriteit met zijn eigen invloedssfeer en controle. In de loop der eeuwen werd het, in het bijzonder in de rooms-katholieke kerk, in toenemende mate autoritair, intolerant, dwingend en verviel zelfs tot vervolgingen.

Maar eerlijk gezegd was het zaad van deze degeneratie vanaf het begin in het christendom aanwezig, zoals waarschijnlijk in alle vormen van monotheïsme. Binnen het officiële christendom bleven echter – deels uit protest ertegen – vele spirituele gemeenschappen ontstaan in de vorm van kloosters waar de echte christenen, de echte individuen, gevonden konden worden. De kloosters waren eilanden van beschaving en cultuur gedurende de duistere eeuwen na het instorten van het Romeinse rijk in de vijfde eeuw tot aan de regering van Karel de Grote in de achtste eeuw en zorgden voor het behoud van veel Latijnse en zelfs sommige Griekse literatuur.

De orde der Benedictijnen is hierin van bijzonder belang en werd opgericht door de heilige Benedictus in de zesde eeuw in Italië. Feitelijk was het niet echt een orde maar meer een losse associatie van autonome kloosters elk met zijn eigen abt. In de loop der tijden verwierven sommige kloosters economische en politieke macht. De oorspronkelijke christelijke kerk was eerder al bezweken onder de druk die dit onvermijdelijk met zich meebracht, waardoor rond 1200 de kloosters niet langer spirituele gemeenschappen waren maar 'groepen' – deel van de kerk in de enge, socio-politieke, kerkelijke betekenis.

Ook nu weer ontstond er een behoefte aan hervorming. Aan deze behoefte werd in eerste instantie voldaan door de kloosterbeweging van de Cisterciënzers en de Karmelieten of witte fraters in de twaalfde eeuw. Zij werden in de dertiende eeuw gevolgd door de Franciscanen, de Dominicanen, de Clarissen en de Augustijnen. Deze bewegingen vormden de orthodoxe kant van een spirituele gisting die Europa in de Middeleeuwen in de greep hield. Het bracht allerlei min of meer ketterse bewegingen voort zoals de Lollarden,

de Broeders van de Vrije Geest, de Taborieten en anderen. Ze werden echter genadeloos door de kerk vervolgd en in veel gevallen uiteindelijk uitgeroeid.

Maar in de zestiende eeuw ontstond het Lutheranisme. Dit was een ketterij die niet uitgeroeid kon worden maar het zette een explosie van ketterijen in gang in west, noord en centraal Europa. Dit werd later de Reformatie genoemd. Allerlei soorten spirituele bewegingen ontstonden, groot en klein, en allemaal min of meer christelijk. Sommige van deze bestonden alleen maar een paar maanden, andere bestonden jaren en slechts een paar gingen eeuwenlang mee. Van de bewegingen die voortkwamen uit de zeventiende-eeuwse puriteinse revolutie in Engeland bestonden bijvoorbeeld de Diggers maar een paar jaar (omstreeks 1640), terwijl de Quakers tot op heden floreren.

Het is nu wel duidelijk dat spirituele gemeenschappen een belangrijkere rol in de Europese geschiedenis hebben gespeeld dan over het algemeen erkend wordt. Men kan zelfs zeggen dat gedurende 2000 jaar er een grote strijd in het Westen heeft plaats gevonden tussen officiële religie (min of meer afhankelijk van degenen die aan de macht waren) en de spirituele gemeenschap in een veelheid van veranderende vormen. Het is een strijd tussen macht en liefde (of *metta*, om de boeddhistische term te gebruiken), autoriteit en spirituele vrijheid, stagnatie en groei, reactiviteit en creativiteit. Deze strijd is voortdurend dan weer gewonnen dan weer verloren, en er is geen garantie dat één van de spirituele gemeenschappen lang zal overleven. Ook is er geen zekerheid dat de spirituele traditie, waar gemeenschappen deel van uitmaken, zal overleven.

Manicheïsme is een voorbeeld van een spirituele traditie die de strijd verloren heeft. Het was een pacifistische, tolerante leer en ruim van opvatting. Filosofisch gezien was het een vorm van dualisme. Er werd uitgegaan van het bestaan van twee uiterste principes, licht en donker, en van geen van beide kon worden gezegd dat het één voortkwam uit het ander. De Manicheïsten geloofden dat hoever je ook terugging, je altijd deze twee principes zou aantreffen, onafhankelijk van en soms in conflict met elkaar. Volgens Mani is

het de taak van de mens om het licht in ons te bevrijden van de duisternis in of om ons heen.

Volgens sommige geleerden was Mani mogelijk beïnvloed door het boeddhisme. Op sommige plekken in zijn eigen geschriften verwijst hij zeker naar de leer van Boeddha. Manicheïstische spirituele gemeenschappen leken in vele opzichten op boeddhistische gemeenschappen. Er is zelfs bewijs dat suggereert dat het Manicheïsme in centraal Azië op zijn beurt de latere ontwikkeling van het Mahayana en de Vajrayana beïnvloed heeft. Zo is het bijvoorbeeld mogelijk om sporen van het Manicheïsme te ontdekken in het leven van Padmasambhava, één van de grondleggers van het Tibetaans boeddhisme. Eén van de meeste opmerkelijk eigenschappen van het Manicheïsme was de nadruk op het belang van schoonheid in het spirituele leven. Volgens de overlevering was Mani zelf een schilder die de visuele kunst aanmoedigde, inclusief kalligrafie. Het woord *mani* schijnt in de moderne Arabische taal nog steeds ‘schilder’ te betekenen.

Het Manicheïsme breidde zich ongelooflijk snel uit, van Irak en Iran door het hele latere Romeinse keizerrijk, over heel centraal Azië, en zelfs tot in India, China en Japan. Deze populaire, tolerante, en vredige religie trok echter een evenredige mate van lastering, intolerantie en vervolging aan. In het Westen werd het in het hele Romeinse keizerrijk meedogenloos de kop ingedrukt door de orthodox christelijke kerk. In het Midden Oosten werd het uitgeroeid door fanatieke volgelingen van de weer oplevende leer van Zarathustra en Mani zelf werd door de volgelingen van Zarathustra gemarteld. Zelfs in China werden Manicheïsten vervolgd, zowel door Taoïsten als door de aanhangers van Confucius. Alle literatuur van deze wereldwijde spirituele gemeenschap werd systematisch verwoest zodat er nu alleen nog maar fragmenten bestaan. Geleerden zijn erin geslaagd om de geschiedenis en de leer te reconstrueren op basis van resten en fragmenten van perkamentrollen die ontdekt zijn in de woestijn, en op basis van de incidentele, afwijzende of vijandige verwijzing in de literatuur van de vijanden van het Manicheïsme.

Dit is een belangrijke les uit de geschiedenis. Een spirituele gemeenschap kan nog zo succesvol zijn, zoals het Manicheïsme, en toch verdwijnen alsof het nooit bestaan heeft. Dit is slechts een historisch voorbeeld van een gevaar dat altijd aanwezig is. Precies zoals de wereld het verschijnen van verschillende spirituele gemeenschappen gezien heeft, heeft het ook het ontstaan gezien van de 'groep', waarmee ik de verschillende collectieven bedoel waarin de mensen zich organiseren. Als je lid bent van een spirituele gemeenschap is het belangrijk om in gedachten te houden dat je voortdurend verwikkeld bent in een strijd met de groep. Voor zover het een spirituele gemeenschap betreft is het een geweldloze strijd, maar de vijand is niet altijd zo, afgaande op het verleden. Dan is het nu tijd om het onderscheid, en de relatie, tussen de spirituele gemeenschap en de groep te onderzoeken.

En laat ik eraan toevoegen dat die relatie niet noodzakelijkerwijs zó hoeft te zijn dat het de mogelijkheid van een spirituele gemeenschap te niet doet. Als het axiale tijdperk heeft kunnen ontstaan, dan kan een nog grotere verandering plaatsvinden. Als individuen en spirituele gemeenschappen zo nu en dan kunnen ontstaan uit de groep, dan moeten we ook in de mogelijkheid geloven dat op een dag, wanneer dan ook, de spirituele gemeenschap groter zal zijn dan de groep, dat licht duisternis zal overwinnen. Er bestaat ook zoiets als de 'positieve groep'. Laat ons in meer detail naar de groep en de spirituele gemeenschap kijken, en de termen ervan definiëren.

Hoofdstuk 5: De groep en de spirituele gemeenschap

Er is duidelijk een tekort aan individuen zoals gedefinieerd in het vorige hoofdstuk. Spirituele gemeenschappen zijn eveneens zeldzaam want ze bestaan uit individuen. Individuen leven soms nogal geïsoleerd maar men treft ze vaker tezamen aan, ook al is het in erg kleine aantallen. Als ze samenkomen, vormen ze met elkaar een spirituele gemeenschap. Als niet-individuen samenkomen heb je echter een groep. In dit hoofdstuk zullen we het verschil tussen de groep en de spirituele gemeenschap verkennen.

Een groep is eigenlijk een verzameling mensen die geen individu zijn. De traditionele boeddhistische term is *prthagjanas,* 'gewoon volk' en ze worden duidelijk onderscheiden van de *Aryas,* de Nobelen of edelen. Volgens de boeddhistische traditie vallen de meeste mensen in de groep categorie; de meesten van ons zijn enkel een individu in statistische zin. Je zou kunnen zeggen dat we als mensen van elkaar gescheiden zijn op alle vlakken, behalve op dat ene vlak dat er toe doet. We hebben afzonderlijke lichamen en als we geluk hebben ook een eigen stem, maar we kunnen eigenlijk niet zeggen dat we een op zichzelf staande geest hebben. Als we nauwkeurig kijken naar waar onze meningen en beslissingen vandaan komen, zullen we maar al te vaak zien dat we geen eigen mening hebben. Wat we denken en voelen wordt bepaald door onze conditionering, door de specifieke omstandigheden van ons eigen specifieke bestaan. Als we al zelf bewust zijn dan is het enkel op de meest vage manier en bij tussenpozen. We hebben de neiging om te denken, voelen en handelen zoals anderen dat doen. We zullen bijna altijd, en vaak impliciet, de normen en waarden accepteren van de verschillende groepen waartoe we behoren. Op die momenten maken we effectief deel uit van een collectieve groepsgeest, terwijl we niet als individu handelen,

De kenmerken van de groep

In vanzelfsprekende, zij het extreme termen kunnen we zeggen dat de groep vergeleken met het individu altijd verkeerd zit. Waarom? Een groep bestaat in principe uit een aantal (en de aard van de groep maakt meestal dat het een erg groot aantal is) ‘statistische individuen’ of ‘sociale eenheden’. Dat wil zeggen dat de groep bestaat uit mensen die geen echte individualiteit bezitten, mensen met een relatief laag niveau van gewaar zijn en zelfbewustzijn. Hun emoties zijn vaak grof en reactief, ze willen niet graag alleen zijn, ze hebben de steun van anderen nodig voor hun meningen en gevoelens, ze willen deel uitmaken van een menigte of groep, enzovoort.

Dat wil niet zeggen dat deze mensen onbelangrijk zijn. Eerder het tegenovergestelde: ze zijn buitengewoon belangrijk al hebben zij het zich nog niet gerealiseerd. Juist omdat alle mensen het vermogen hebben om een individu te worden, is het van belang dat we onderscheid maken tussen degenen die hun potentieel proberen te realiseren en diegenen die dat niet doen. (Althans nu nog niet). Pas dan zullen we een idee hebben waar we heen willen en waar we niet heen willen. Het overgrote deel van de mensen is niet geïnteresseerd in zich ontwikkelen als individu en zullen het in dit leven waarschijnlijk nooit doen. Dat betekent niet dat ze het vermogen missen om een individu te worden.

De banden die ons in groepen met elkaar verbinden zijn meestal materieel van aard (zonder enige afkeurende betekenis aan dit woord te geven). Mensen zijn verbonden met hun familie of hun stam door bloedbanden. Ze zijn door hun land verbonden met diegenen die in hetzelfde land leven en werken, door de gezamenlijke trouw aan het land dat zij en hun voorouders al heel lang bewoond hebben. Vaak zijn ze in het geval van grote groepen verbonden door economische banden. En ze zijn verbonden door angst, door de behoefte om zichzelf te beschermen tegen een grotere, machtigere, agressievere groep.

Sinds het axiale-tijdperk zijn er met onregelmatige tussenpozen en op verschillende plaatsen individuen en spirituele gemeenschappen ontstaan. Veel opvallender is echter de ontwikkeling van de groep geweest. Beginnend met de familie, de stam, de staat en het keizerrijk hebben we door de eeuwen heen een uitgebreid en complex netwerk van groepen geërfd waarbij we ons kunnen aansluiten: scholen, bedrijven en multinationale corporaties, voetbalverenigingen en de Rotary club, besturen, kerken, comités en verenigingen, kroegen, belangengroeperingen, politieke partijen, enzovoort. We behoren ook tot een sociale groep of klasse, een economische groep, een religieuze groep, een culturele groep, een taalgroep, een etnische groep. We zijn geboren in bepaalde groepen, maar tot andere groepen moeten we toetreden door er bewust voor te kiezen, door contributie te betalen, ingewijd te worden, het leger in te gaan of wat het ook mag zijn. Deze twee categorieën overlappen enigszins maar, over het algemeen gesproken, neigen de groepen waarin men geboren is meer tot groepsgedrag dan degenen die men vrijwillig kiest.

Veel van deze groepen hebben hun eigen kenmerkende symbolen, en door het zien van het symbool word je direct herinnerd aan de groep die het symboliseert. Totempalen, nationale vlaggen, nationale volksliederen en klederdracht hebben allemaal deze functie. Dan is er ook nog de bekende schoolstropdas, de speld van de studentenvereniging, de vakbondskaart of het partijspeldje. Deze symbolen gaan samen met slogans en gezegden die de groepstrouw uitdrukken: 'Gods eigen land', 'oost west thuis best', 'land van hoop en glorie', 'land van de vrijen', 'het vaderland', 'het ras van de buldog', 'misschien komt het omdat ik een Londenaar ben', 'het oude bedrijf', 'kies niet tegen de partij', 'arbeiders van de wereld verenigt U'.

Het gevoel van trouw aan de groep gaat inderdaad erg diep. Die trouw hoeft niet altijd uitgedrukt te worden, of zelfs bewust te zijn, maar het is er, diep van binnen. Als iemand je trouw aan de groep in twijfel trekt en je beledigt, kan een goedaardige, gemanierde modelburger snel veranderen in een fanatieke partijganger, klaar om

degene aan te vallen en te kwetsen die de groep uitdaagt, of de trouw aan de groep in twijfel trekt.

Bij een voetbalwedstrijd, een autorace of in het leger ontdek je dat de collectieve groepsmentaliteit het overneemt en dat je erin verdwijnt. Er is een soort groepsdenken of groepsgeest die je, bijna in weerwil van jezelf, gehoorzaamt en die je lijkt te beheersen. Dit is niet enkel een kwestie van occulte mythologie, maar een wijdverbreid fenomeen.

Die gevoelens zijn zo sterk, zo allesomvattend, zo constant, zo universeel verspreid onder mensen, dat sommige antropologen en psychologen zelfs zo ver gaan dat ze spreken van een groepsinstinct dat niet minder dwingend is dan het voortplantingsinstinct. Zij zeggen dat het groepsinstinct ons ertoe aanzet om met andere mensen samen te komen. Of we daadwerkelijk kunnen spreken van een groepsinstinct is aanvechtbaar. Sommige psychologen zeggen dat het woord ‘instinct’ een afleidingsmanoeuvre is om de groepsdrang een plek te geven binnen de theorie van de psychologie maar dat het niet echt verwijst naar iets. Hoe het ook zij, we kunnen zeggen dat de groep statistisch gezien uit individuen bestaat. Dit zijn individuen van wie het bewustzijn onderdeel is van het groepsbewustzijn en van wie gedachten, gevoelens en gedrag zich conformeren aan groepspatronen en -normen.

Bij dieren vervullen groepen vanzelfsprekend een uitdrukkelijk biologische functie. Als het bitter koud is en als je het gevaar loopt om dood te vriezen, als er geen vuur, kunstmatige beschutting of kleding is die je vacht, haar of wol aanvult, kruip je tegen anderen aan om warm te blijven. Naast warmte verschaft de groep ook veiligheid. De gezonde en sterke leden zullen meestal de jongere en zwakkere leden beschermen. Zelfs een leeuw zal alleen jagen op de zwakkere dieren als die door de groep achtergelaten zijn. Op deze manier maakt de groep, op het niveau van de dieren, het overleven van de desbetreffende soort gemakkelijker.

Het verlangen om bij een groep te behoren zit in onze botten en in ons bloed. Het samen komen in groepen bestaat al heel lang. Als we

onze voorouders de primaten meetellen, komen we tot zo'n 20 miljoen jaar van groepsconditionering, als mensaap, aapmens en mens. In het begin leefden we in zoiets als een uitgebreide familiegroep, of kleine stam van misschien vijftig mensen, met alleen af en toe contact met andere kleine stammen. Door de ontwikkeling van taal ontstonden er wat grotere stammen. Maar bijna alle relaties vonden plaats binnen deze thuisgroep en op een bepaalde manier is dit de soort groep waarnaar we allemaal terug verlangen.

Het is pas in de laatste paar duizend jaar (wat in vergelijking heel kort is) dat we allerlei vormen van veel gecompliceerdere, sociale groeperingen hebben ontwikkeld. Vandaag de dag zien we onszelf worstelen om te krijgen wat we nodig hebben van steeds meer vervormde, zelfs abnormale sociale instituten. Het wordt steeds moeilijker om groepen van de juiste grootte te vinden. Aan de ene kant is er het geïsoleerde nucleaire gezin dat, volgens sommige psychologen, zo benauwend kan zijn dat het een voedingsbodem voor neuroses wordt. Aan de andere kant behoren we tot een groep - de natie - die zo groot is dat het op persoonlijk niveau geen betekenis heeft. Tussen deze twee instituten zijn we, gedeeltelijk en afwisselend, lid van of loyaal aan allerlei andere groepen. Maar geen van deze groepen lijken onze oude behoefte te kunnen bevredigen om tot een kleine stam van tussen de dertig en zestig mensen te behoren, een groep waarin we kunnen leven en werken in een echte en onafgebroken persoonlijke verhouding met alle leden.

We zijn allemaal in bepaalde groepen geboren en daarom zijn we allemaal onderworpen aan de conditionering, ontstaan uit die verwantschapsbanden. Onze ideeën, onze meningen, onze gevoelens, de manier waarop we op mensen en situaties reageren, onze overtuigingen, lijken allemaal beïnvloed te zijn door de een of andere groepsconditionering, behalve wanneer we ons bewust worden van dergelijke conditionering en bewust afstand ervan nemen. De groepen zelf overlappen of hangen met elkaar samen. En al deze overlappende groepen vormen samen ‘de wereld’.

Groepen zijn bang voor individualiteit en hebben altijd de neiging om dit te ontmoedigen. De groep vereist conformiteit. Dit komt omdat de groep gebaseerd is op macht. Of het nu fysieke, intellectuele of economisch macht is, het is altijd de macht van de sterkere over de zwakkere. Het is de macht van diegenen die de (geld)middelen bezitten; de geslepenheid of de kennis hebben om hun wil op te leggen aan anderen; het inzetten van brute kracht of subtiele manipulatie om anderen te exploiteren ten behoeve van eigen, meestal egoïstische doelen. De groep bestaat uit diegenen die die macht uitoefenen maar ook uit diegenen die het aan hen geven. Een dergelijke macht wordt in elke groep toegepast, of het nu een stam of een familie, een politieke, een culturele of een religieuze groep is.

De spirituele gemeenschap

Het doel van een gemeenschap van individuen - of van een spirituele gemeenschap - is totaal verschillend van die van de groep. Het is tweeledig: als eerste helpen de leden elkaar om zich spiritueel te ontwikkelen. Ten tweede helpen ze zo veel mogelijk anderen, buiten de gemeenschap, om hun individualiteit te ontwikkelen. In wezen is een spirituele gemeenschap een vrije associatie van individuen. Een eerste vereiste om een gemeenschap te kunnen vormen is dan ook een aantal individuen. Precies zoals je geen omelet zonder eieren kunt maken, kun je ook geen spirituele gemeenschap vormen zonder individuen. Een spirituele gemeenschap wordt niet gecreëerd door het hebben van een gebouw, exotische kleding en een lange lijst regels. Je hebt geen gebouw nodig, je hebt geen ‘authentieke traditie’ nodig en je hebt zelfs geen religie nodig. Wat je nodig hebt zijn individuen - dat is het basis ingrediënt. Er zijn een aantal mensen nodig die redelijk geëmancipeerd zijn van de groep, redelijk geïntegreerd en gewaar zijn, met een innerlijke richting en een positief levensdoel. Zonder individuen geen spirituele gemeenschap, of hoe je het ook wilt noemen. Als je een spirituele gemeenschap wilt creëren zorg dan eerst dat je een individu hebt.

Vervolgens is regelmatig persoonlijk contact tussen deze individuen noodzakelijk. Dit is geen kwestie van eenvoudige, beleefde sociale interacties. Noch is het een kwestie van samenkomen als een groep voor psychologische warmte, comfort en ondersteuning. De spirituele gemeenschap bestaat uit individuen die een diepgaand persoonlijk contact met elkaar hebben. Het daagt je uit om jezelf te zijn en vereist dat je verdere stappen neemt om een waar individu te worden. Binnen de spirituele gemeenschap zullen mensen alles in het werk stellen om echte communicatie en oprechte spirituele uitwisseling met elkaar te hebben. Binnen de boeddhistische traditie wordt dergelijke communicatie *kalyana mitrata*, ‘liefdevolle vriendschap’, genoemd. Ja, je probeert je allemaal te ontwikkelen, maar je probeert ook om je **samen** te ontwikkelen. Niet alleen dat, je **helpt** elkaar ook om je te ontwikkelen.

Dergelijke zich ontwikkelende individuen zullen het niet met alles eens zijn. Het is echter belangrijk dat de leden van een specifieke spirituele gemeenschap allemaal dezelfde algemene visie en benadering van het spirituele leven delen. Er dient een gemeenschappelijk spiritueel kader te zijn waarbinnen ze zich allemaal proberen te ontwikkelen. Dit kader vormt hun middel van communicatie; hebben ze dit niet dan zullen ze het moeilijk vinden om elkaar te helpen of zelfs te begrijpen. Het bestaat voornamelijk uit twee dingen. Als eerste dient de spirituele gemeenschap een gemeenschappelijk spiritueel ideaal te hebben. Alle leden richten zich uiteindelijk op dezelfde hogere staten van bewustzijn, op dezelfde realisaties. Ten tweede dienen ze een gemeenschappelijk middel te hebben om dat ideaal te realiseren, een gemeenschappelijk pad of leer, een gemeenschappelijke beoefening of methode. Ze bewandelen hetzelfde pad op **dezelfde** manier. Zoals we al gezien hebben zijn deze twee in het boeddhisme bekend als het Boeddha-juweel en het Dharma-juweel. De spirituele gemeenschap zelf is natuurlijk de Sangha, het derde juweel.

Een spirituele gemeenschap, of tenminste een deel ervan, kan er voor kiezen om onder één dak te wonen. Dit zal niet alleen tussen de leden nauwer persoonlijk contact stimuleren, en daardoor grotere wederzijdse hulpvaardigheid, maar het zal ook een intensievere

situatie creëren die anders moeilijk te bereiken is. Dit wil niet zeggen dat het essentieel is om voortdurend bij je spirituele vrienden te zijn. Zelfs nadat men lid van een spirituele gemeenschap is geworden, is het goed om zo nu en dan alleen te zijn. Desondanks maken we de meeste kans om ons spiritueel te ontwikkelen als we voortdurend contact hebben met anderen die voortuitgang boeken, in het bijzonder met anderen die verder ontwikkeld zijn dan wij. Het beste type spirituele gemeenschap heeft tenminste één persoon die verder ontwikkeld is dan de anderen. Deze persoon kan dan enige richting geven aan de rest van de gemeenschap. Zo iemand staat traditioneel bekend als een *kalyana mitra*, een spirituele vriend, ofschoon bij gelegenheid alle leden van een spirituele gemeenschap als *kalyana mitra's* voor elkaar zouden moeten kunnen fungeren.

Spirituele gemeenschappen zijn per definitie erg klein en er zijn er niet veel - en dit is een sobere gedachte. Je kunt niet echt een wereldwijde spirituele gemeenschap hebben. Als een spirituele gemeenschap een bepaalde grootte bereikt begint het de aantrekkingskracht van de groep te voelen (om het zo maar te noemen) en heeft dan de neiging om eigenschappen van de groep aan te nemen. Als dat gebeurt degenereert ze. Dit lijkt een wet van de menselijke ontwikkeling te zijn. De meeste conventionele, traditionele, orthodoxe religies waren ooit oprechte spirituele gemeenschappen die zich uitbreidden en die dan weer geabsorbeerd werden in de groep op een manier die meer acceptabel was voor de groep. Hoe het ook zij, ook al kunnen ware spirituele gemeenschappen nietsbetekenend qua grootte zijn, toch oefenen ze een krachtige, blijvende invloed uit op de 'weke bleke massa' van de algehele bevolking.

Hoe de groep en de spirituele gemeenschap elkaar beïnvloeden

De groep en de spirituele gemeenschap proberen twee zeer verschillende en zelfs tegenstrijdige dingen te doen. De groep probeert om goede groepsleden te produceren: goede huisvaders, goede vrouwen en moeders, betrouwbare medewerkers, loyale

burgers, gehoorzame soldaten, partijleden waarop vertrouwd kan worden dat ze doen wat de partij zegt. Daarentegen probeert de spirituele gemeenschap individuen voort te brengen. De groep vereist conformiteit terwijl de spirituele gemeenschap vrijheid van denken aanmoedigt. Maar dit is nog niet alles. Het meest kenmerkende principe van de spirituele gemeenschap, in tegenstelling tot de eis van conformiteit van de groep, is meer dan vrijheid van denken, hoe belangrijk die vrijheid ook is. Het is vrijheid om te groeien.

De macht van de groep, hoe beperkt die op velerlei manieren ook is, kan niet overschat worden. Het bestuurt de levens van de overgrote meerderheid van mensen, en de meeste mensen zijn blij dat het zo is. We moeten onszelf daarom afvragen waar we naar op zoek zijn. En ook moeten we helderheid hebben over de alternatieven die voor ons liggen. Zijn we echt op zoek naar een spirituele gemeenschap of willen we gewoon een groep? De spirituele gemeenschap is geen soort van collectief - het is een gemeenschap van individuen. Het is zelfs geen substituut voor een groep waar velen van ons, in een tijd als deze, naar op zoek zijn. Veel al lang gevestigde instituten, gewoonten en tradities uit het verleden vallen uit elkaar. De oude groepen vallen uit elkaar - als eerste de familie. Familiebanden zijn niet meer zo belangrijk als ze ooit waren. Wie maakt zich tegenwoordig nog druk om een relatie in stand te houden met zijn of haar achter-achter-neven en -nichten? Je weet soms nauwelijks nog wie ze zijn. Maar vroeger hielden de mensen contact met iedereen waarmee ze nog maar heel in de verte verwant waren.

In het Oosten beheerst de familie nog steeds de levens van mensen. Toen ik in India woonde, werd ik vaak aan iemand voorgesteld met woorden als: 'Hij is een naast familielid van mij, hij is mijn broer.' Ik kwam er snel achter dat het niet echt betekende wat het leek te betekenen. 'Oh', zei ik dan, 'van dezelfde moeder, van dezelfde vader?' 'Oh nee, hij is de kleinzoon van de broer van de echtgenoot van de dochter van de zus van mijn overgrootvader.' Mensen onderhielden contact met elk familielid dat ze hadden, soms zelfs met een paar honderd familieleden. Maar in het hedendaagse Westen is de familie in veel gevallen niet meer dan een dode wet.

De natie is een andere groep die uit elkaar aan het vallen is. Het verlaten van je geboorteland was ooit een zeldzaamheid. Zelfs het verlaten van je dorp was een teken van ondernemingszin. In het verleden werd het als een ideaal gezien om je dagen door te brengen met het luisteren naar de geluiden van het volgende dorp, zonder ook maar het verlangen te hebben er ooit naar toe te gaan. Maar tegenwoordig zijn mensen er trots op dat ze 'ergens, op bepaalde plekken' geweest zijn. In een ander land gaan wonen, werken of studeren wordt niet langer beschouwd als een trieste verbanning, tenzij je een vluchteling bent die door geweld van huis is verjaagd. En zelfs dan ben je over het algemeen meer dan gelukkig dat je asiel krijgt in een welvarend vreemd land.

Klasse-trouw is ook aan het afbreken. Als je vroeger als lijfeigene geboren werd, stierf je als lijfeigene. Als je geboren werd als edelman had je speciale voorrechten die bij je stand pasten - ook al stierf je op het schavot, want dan werd je onthoofd in plaats van opgehangen. Tegenwoordig is alles veel flexibeler. Mensen identificeren zichzelf veel minder met hun klasse dan met wat ze doen. En als ze in hun werkkring hoger op komen, laten velen het sociale milieu waarin ze geboren werden, achter zich en verliezen het contact met oude vrienden.

Het resultaat van al deze verschuivingen is dat veel mensen, nadat ze weggetrokken zijn van familie en vrienden en zelfs uit hun eigen land, zichzelf in een situatie bevinden zonder een voorgeschreven sociaal milieu om naadloos in te passen. Ze voelen zich vanzelfsprekend eenzaam en geïsoleerd, en even vanzelfsprekend, ook al is het onbewust, gaan ze op zoek naar een groep waartoe ze kunnen behoren. Op deze manier kunnen ze in contact komen met een spirituele gemeenschap, gevormd door een aantal individuen. Als de positieve atmosfeer bevalt, kan het zijn dat de eenzame persoon wil toetreden tot deze gemeenschap. Maar ze worden er dan geen lid van omdat het een spirituele gemeenschap is maar omdat het een groep is. Niet om zich spiritueel te kunnen ontwikkelen maar omwille van warmte en kameraadschap – mogelijk omdat ze de vier muren van hun koude appartement niet meer kunnen verdragen. Op deze manier wordt de spirituele gemeenschap een substituut voor de

groep. Heb je geen familie? Oké, word lid van deze spirituele gemeenschap. Je bent geen lid van een club? Nou, dan is er altijd nog die spirituele gemeenschap verderop in de straat. Behoor je niet tot een stam, of heb je geen opperhoofd of een totem van jezelf? Maak je geen zorgen, je zult iets vinden wat het vervangt in je vriendelijke, plaatselijke spirituele gemeenschap.

Bepaalde ontwikkelingen in het moderne Japan kunnen dit verhelderen. Gedurende de laatste honderd jaar of meer werden de feodale structuren die in Japan de focus waren van trouw, weggevaagd. Dat begon met het Meiji herstel en de modernisatie en industrialisatie die daarop volgde, Als gevolg daarvan zweefde de gemiddelde Japanner, als het ware, in de lucht want er was nergens iets om nog bij te horen, niets om loyaal aan te zijn, niets om harakiri voor te plegen. Het gezin was te klein om de sterk gevoelde behoefte voor een meer clan-achtige structuur te bevredigen, terwijl het land als geheel - het Land van de Rijzende Zon - te groot was.

Veel moderne Japanners hebben klaarblijkelijk dit probleem opgelost door het bedrijf waarvoor ze werken als hun 'clan' te adopteren. 'De eenzame haring wordt de grond ingeslagen' zeggen ze. In het Westen probeert een jonge man of vrouw vaak allerlei soorten banen uit, maar dat is niet hoe ze het in Japan doen. Daar geldt eenvoudig dat je nooit je baan verlaat. Je dient de firma onophoudelijk en zij zorgt voor alle aspecten van je leven, van je hypotheek tot je huwelijk. Je gaat op vakanties georganiseerd door de firma, met collega's, en je kijkt vol verering op naar de directeur van het bedrijf, als een soort hoofd-van-de-clan, zelfs zodanig dat je het gevoel hebt dat je je leven voor hem zou willen geven.

Ook religie is gebruikt ten bate van de sterke Japanse behoefte om ergens bij te horen. In het Westen vind je goedbedoelende geestelijken die oproepen tot hernieuwing van het geloof om de spirituele leegte in het hart van onze samenleving te vullen – slechts weinig mensen luisteren. Maar het Japan van na de oorlog heeft een religieuze opleving van enorme proporties gekend. Nieuwe sekten en zelfs nieuwe religies zijn explosief toegenomen - er komt bijna elke week wel een nieuwe bij. De leringen van al deze sekten en

religies zijn voornamelijk boeddhistisch van origine, in het bijzonder gebaseerd op het Mahayana-boeddhisme in het algemeen en het Nichiren-boeddhisme in het bijzonder[xxxix] en in het bijzonder op de *Lotus Soetra*. Maar het gaat blijkbaar niet echt om de inhoud. Waar het om gaat is de organisatie. Elke sekte, hoe die ook genoemd wordt, heeft een oprichter, die de titel van patriarch of aartsbisschop aanneemt. Zo worden ze door iedereen genoemd, ook door de pers. De oprichter is meestal getrouwd en leidt de sekte, samen met zijn vrouw. Ze zijn met andere woorden de archetypische vader en moeder en soms worden ze door de toegewijde volgelingen zelfs 'vader en moeder' genoemd. Dit kunnen, en dat is niet ongebruikelijk, honderdduizenden of zelfs miljoenen volgelingen zijn. Sommigen van deze toegewijde volgelingen bekleden belangrijke posities in de regering. Vanzelfsprekend is er een complexe hiërarchie die misschien wel uit een tiental verschillende niveaus bestaat, elk met hun onderscheidende, kleurrijke pijen en uniformen, insignes, sjerpen en hoofdtooien. Ze bouwen grote tempels en herenhuizen voor hun leiders. Sommigen hebben hun eigen warenhuizen en zelfs hun eigen spoorwegstations. Ze houden de onvermijdelijke massabijeenkomsten in grote stadions, en semimilitaire parades door de straten, met banieren en slogans, muziek en zang, en niemand die uit de pas loopt.

Of het nu het bedrijf is of de nieuwe religie, het komt vaak op hetzelfde neer: beide vervullen de behoefte om tot een groep te behoren. Het is duidelijk dat we de spirituele gemeenschap niet op deze manier als substituut voor een groep moeten gebruiken. Het enige echte gevaar voor de spirituele gemeenschap is dat het zo gemakkelijk een groep kan worden - elk ander gevaar ligt daarin opgesloten. Of anders gezegd: het gevaar is dat de spirituele gemeenschap vervangen wordt door de groep. De spirituele gemeenschap op zich kan geen groep worden. Het kan alleen wegkwijnen of verdwijnen en vervangen worden door een groep die dezelfde naam draagt en dezelfde uiterlijke verschijningsvorm heeft.

Dit gebeurt op grote schaal wanneer een universele religie degenereert tot een etnische religie. Wat ik hiermee bedoel is dat op een bepaald moment een religie niet langer de spirituele behoeften

van het individu kan bevredigen, iets wat ten grondslag ligt aan alle universele religies en in plaats daarvan in de collectieve behoefte van de groep gaat voorzien. Priesters beginnen vruchtbaarheid te garanderen, gaan tanks zegenen, enzovoort. Het is alsof de groep een soort aantrekkingskracht uitoefent op elke spirituele gemeenschap die niet alert is.

De residentiële spirituele gemeenschap is in het bijzonder kwetsbaar voor dit soort gevaar. Als mensen onder één dak samenleven, bestaat het gevaar dat ze het zichzelf steeds gemakkelijker gaan maken totdat de keuken de focus van het samenleven wordt, in plaats van de schrijnruimte. Vóór dat je de stroom hebt bereikt, kun je niet stil zitten en niet op je lauweren rusten. Je kunt nooit denken: 'Ziezo, nu is het genoeg voor dit leven, in mijn volgende leven maak ik er meer werk van.' Als je stopt met het leveren van een inspanning, begin je terug te vallen.

Dit kan allemaal de indruk geven alsof de groep de boef van het toneelstuk is. Dat is niet echt zo. We moeten gewoon duidelijk zijn waar het hier om gaat en het in de juiste verhouding zien. Het verlangen om bij een groep te horen is een elementaire menselijke behoefte waaraan we eenvoudigweg niet voorbij kunnen gaan. We dienen hier rekening mee te houden. Ook al proberen de groep en de spirituele gemeenschap twee totaal verschillende dingen te doen, toch zijn ze nauw, en zelfs intiem, met elkaar verbonden. Er is sprake van een dialectische relatie, elk oefent een sterke invloed uit op de ander. De spirituele gemeenschap heeft een verfijnende en verzachtende, zelfs civiliserende invloed op de groep. Door zijn aanwezigheid in de groep helpt het de groep om open te staan voor hogere waarden, om wat we een 'positieve groep' noemen, te zijn, een groep waarin individuele ontwikkeling mogelijk is, ook al wordt het niet actief aangemoedigd.

Ook al kan de spirituele gemeenschap een positieve invloed op de groep uitoefenen, de invloed van de groep op de spirituele gemeenschap is echter min of meer destructief. De groepsmentaliteit probeert altijd om de spirituele gemeenschap in een groep te veranderen en uiteindelijk slaagt het daar altijd in. De spirituele

gemeenschap moet dan weer opnieuw opgezet worden door die individuen die zich gerealiseerd hebben wat er gebeurd is. De spirituele gemeenschap kan zichzelf echter niet volledig van de groep afsnijden. Zijn toewijding aan hogere waarden omvat mededogen – de toewijding om te werken met de groepsmentaliteit en van daar uit individualiteit te ontwikkelen. Een andere manier om dit uit te drukken is door te zeggen dat je niet geboren kunt worden in een spirituele gemeenschap. Een erfelijke spirituele gemeenschap is een tegenstrijdigheid. De lagere evolutie is dan misschien bepaald door de reproductie van specifieke genen, maar de hogere evolutie is helemaal geen biologisch proces. (We zullen onderzoeken wat ik met 'hogere evolutie' bedoel in deel 2.) De spirituele gemeenschap moet in iedere generatie opnieuw hersteld worden. Dat is zowel zijn zwakte als zijn kracht.

Daarom is het niet voldoende om eenvoudigweg een spirituele gemeenschap te creëren van zich ontwikkelende individuen. Het is ook noodzakelijk om gezonde groepen te creëren waarin het mogelijk is om gezonde groepsleden, en dus potentiële individuen, te laten ontstaan. Zo'n groep zal minder gebaseerd zijn op autoriteit en macht en meer op vriendschap en liefde. In de volgende twee hoofdstukken zullen we eerst de relatie onderzoeken tussen autoriteit en de spirituele gemeenschap en vervolgens, als contrast, de ontwikkeling van wat ik de positieve groep noem.

Hoofdstuk 6: Autoriteit

De term 'autoriteit' is zeer dubbelzinnig. In gewone taal betekent het de macht die door een persoon uitgeoefend wordt op basis van zijn functie, zijn wettelijke-, sociale- of politieke positie. In deze betekenis heeft iemand autoriteit louter op basis van zijn positie en niet op basis van zijn kwaliteiten als een individu. Autoriteit, in deze zin, verschilt enorm van echte individualiteit. De dubbelzinnigheid wordt duidelijk wanneer we bijvoorbeeld spreken van morele autoriteit. Dan drukt het woord een andere nuance uit, een die dichter bij de originele betekenis ligt (die afstamt van 'author'). Maar tegenwoordig wordt autoriteit over het algemeen gezien als het uitoefenen van macht op basis van functie of positie. Het is deze betekenis die ik hier wil bespreken.

Autoriteit, in deze betekenis, is in principe hetzelfde als het idee van iets vertegenwoordigen dat los staat van jou zelf – zoals bijvoorbeeld in het geval van een ambassadeur die de koning vertegenwoordigt; of een lid van het parlement of senator, die een kiesdistrict of staat vertegenwoordigt; of een afgevaardigde, die een vakbond vertegenwoordigt; of zelfs een verkoper die een bedrijf vertegenwoordigt. In al deze gevallen wordt met een bepaald doel voor ogen aan iemand de macht van de groep of organisatie toevertrouwd waartoe hij of zij behoort. De groep accepteert, of gaat akkoord, met datgene wat hij of zij als afgevaardigde van die groep accepteert of mee akkoord gaat. De macht die de vertegenwoordiger uitoefent is niet van hem of haar, maar het is de macht van een ander persoon of personen - de macht van de groep.

In het geval van autoriteit is het net zo. Ook nu oefen je macht uit, maar niet vanuit wie je bent als individu maar vanuit de functie of positie die je bekleedt. Je kwaliteiten als individu kunnen je natuurlijk geschikt maken voor die specifieke positie, maar de macht die je ermee uitoefent komt voort uit de positie, niet uit je persoonlijke kwaliteiten. Anders gezegd is de macht die je uitoefent

niet van jezelf. Het behoort tot de specifieke groep of organisatie die jouw functie of positie gecreëerd heeft.

Hieruit volgt een belangrijke conclusie. Wanneer we ons met iemand inlaten die op de een of andere manier iets vertegenwoordigt, of met iemand die een autoriteitspositie inneemt, dan gaan we niet met hem om als individu. Ook functioneert hij niet als een individu. En hieruit volgt zelfs een nog belangrijkere conclusie. Zoals we gezien hebben kunnen we alleen met anderen in de spirituele gemeenschap als individuen omgaan. Als we met hen op een andere manier omgaan dan houdt de spirituele gemeenschap op te bestaan. Binnen de context van de spirituele gemeenschap kunnen we niet met anderen omgaan als afgevaardigden of als degenen die een bepaalde officiële positie innemen. In de spirituele gemeenschap kan er inderdaad geen sprake zijn van vertegenwoordiging, geen officiële posities en dus ook geen autoriteit die er aan ontleend kan worden.

Als we met anderen omgaan als degenen die een autoriteitspositie innemen, of als afgevaardigden, dan gaan we niet met hen om als individuen. Feitelijk functioneren we dan niet als zijnde binnen de spirituele gemeenschap maar binnen de groep. Zelfs in een boeddhistisch, ethisch werkverband kan er geen sprake zijn van autoriteit. Per slot van rekening: wie is in dienst van wie?

Soms houden mensen ervan om autoriteitsposities voor te wenden. Ze houden ervan om namens anderen te spreken. Een individu zal zich zoveel mogelijk tegen zo'n rol verzetten, ook al kunnen anderen dit soms bemoeilijken. Ik heb bijvoorbeeld alles bij elkaar bijna twintig jaar in India doorgebracht. Toen ik daar was had ik geen andere interesse dan me in het boeddhisme te verdiepen. In het streven hiernaar nam ik volledig de Indiase manier van leven aan. Daardoor werd ik soms aangezien voor een Indiër (soms, maar niet altijd, zoals we zullen zien). Ik zag of sprak jarenlang geen ander lid van de Europese gemeenschap. Desondanks bleven sommige van de Indiërs met wie ik in contact kwam me als een Brit te zien, ondanks mijn toewijding aan het boeddhisme en aan de Indiase manier van leven. Bovendien beschouwden ze me op de een of andere manier als vertegenwoordiger van Groot-Brittannië. In 1956 werd ik meer

dan eens gevraagd: 'Waarom zijn jullie Suez binnengevallen?' Mensen die deze vraag stelden zagen mij niet als het individu Sangharakshita, maar enkel als een vertegenwoordiger van Groot-Brittannië en behandelden mij als zodanig.

Hetzelfde gebeurde in omgekeerde volgorde toen ik in 1964 naar Engeland terugkeerde. Verslaggevers van kranten kwamen langs en zochten me op. Gewoonlijk waren het vriendelijke jongedames met een schrijfblok en potlood, en met allerlei vreemde ideeën over boeddhisme. Ze vroegen me op de meest vriendelijke manier: 'Waarom gelooft u in zelfkastijding?' Ook nu weer zagen zij mij niet. Er werd geen poging gedaan om uit te vinden wat ik werkelijk geloofde. Ze zagen me als een vertegenwoordiger van wat zij verstonden onder boeddhisme. Er was helemaal geen gewaar zijn van mij als een individu.

Macht is wat een vertegenwoordiger en iemand met autoriteit gemeenschappelijk hebben. Je oefent macht uit over anderen, of je hebt de macht (soms aan je opgedrongen) om namens anderen te spreken. Het woord macht heeft een interessante dubbelzinnigheid. Macht kan betekenen het vermogen hebben om - lichamelijk, mentaal, of moreel - te handelen. Het kan ook kracht betekenen of toegepaste energie of in staat om te werken. Maar waar we hier in geïnteresseerd zijn is macht in de zin van het bezitten van een controlerende invloed op anderen, het vermogen om anderen lichamelijk of psychologisch te dwingen, direct of indirect.

Spirituele dwang is een contradictie in terminus. Macht in de zin van het vermogen om dwang uit te oefenen heeft geen plaats in de spirituele gemeenschap. Macht heeft zo z'n plaats - het is in feite noodzakelijk - maar het is noodzakelijk voor de **groep** en dat is z'n plaats. De groep is inderdaad gebaseerd op macht en kan niet zonder. Groepszaken zijn altijd politieke zaken en in de politiek gaat het om macht. Politiek gaat in essentie over wie macht uitoefent over wie. Anderzijds gaat de spirituele gemeenschap niet samen met macht. Zodra macht uitgeoefend wordt, behandelt men anderen niet als ware individuen. En wanneer dat gebeurt, houdt de spirituele gemeenschap op te bestaan.

De groep bestaat uit mensen die zich tot anderen verhouden op basis van macht en macht is het principe dat de relaties beheerst. De spirituele gemeenschap daarentegen is de belichaming van een heel ander principe en bestaat uit individuen die met elkaar omgaan op basis van dat principe. De voor de hand liggende plaats om naar dit principe te zoeken is binnen een universele religie. Idealiter is dit een spirituele gemeenschap (in schril contrast met een etnische religie, welke per definitie een groepsreligie is). Ook binnen een universele religie is er idealiter geen plaats voor autoriteit en macht. Helaas is dit historisch gezien niet altijd het geval met religies. Macht heeft de neiging om binnen te sluipen en in de mate waarin dat gebeurt, is de religie niet langer een spirituele gemeenschap maar wordt het een groep. Dit lijkt meer het geval te zijn bij sommige religies dan bij andere. Theïstische religies, gebaseerd op het geloof in een persoonlijke God - een Opperwezen, de schepper en heerser van het universum - hebben meer de neiging te ontaarden in autoriteit en macht dan niet-theïstische religies, ook al zijn de laatsten niet helemaal vrij van dergelijke ontaardingen.

De reden is heel eenvoudig. Het onbetwistbare element van theïstische religies, God, verschijnt of spreekt niet zelf met gewone mensen. Daarvoor heeft hij een vertegenwoordiger nodig om mensen te vertellen wat ze moeten doen. Een profeet of boodschapper van God, gezonden om de mensen te vertellen wat ze moeten doen, is zo'n vertegenwoordiger. De geïncarneerde zoon van God is een andere vorm. Hij verschijnt in menselijke gedaante om mensen te vertellen wat ze moeten doen, hoe ze moeten leven, enzovoort.

De afgevaardigde vertelt ons niet alleen wat God wil dat we doen. Ook de macht van God is aan hem toevertrouwd. Als we niet bereid zijn om het uit vrije wil te doen, heeft hij het recht om ons te dwingen te doen wat God wil dat we doen. De cruciale vraag is daarom, welke wijze van zijn hier wordt vertegenwoordigd. In de meeste theïstische religies is het concept God dubbelzinnig, ambivalent en zelfs tegenstrijdig. Er is geprobeerd om twee verschillende goden te combineren tot één – de God van Macht en de God van Liefde, of de God van de Natuur en de God van de

Moraliteit. De consequenties van deze fusie kunnen pijnlijk zijn voor de gelovige. Als bijvoorbeeld je meest dierbare dodelijk getroffen zou worden door de bliksem, zou dit een 'handeling van God' zijn (en zo wordt het nog steeds gedefinieerd in de Engelse wet) omdat bliksem onderdeel is van de natuur en God schept de natuur. Maar deze God van de natuur is ook de God van liefde. Daarom moet je het afschuwelijke verlies wat jou en de jouwen is overkomen interpreteren alsof het voor jou en hun eigen bestwil is. Het hele gebeuren is op de een of andere manier een uitdrukking van Gods liefde, hoe dan ook. Je ervaart het effect van macht maar je moet het interpreteren als een daad van liefde. Dat wil zeggen dat je jezelf ervan dient te overtuigen dat ze de handelingen zijn van een liefhebbende God.

Dan komt ongetwijfeld de vraag op: 'Vertegenwoordigt de afgevaardigde van God deze beide aspecten van God?' Macht kan aan je toevertrouwd zijn en je kunt het uitoefenen namens een hogere autoriteit, maar kun je liefde aan iemand anders toevertrouwen? In gewone taal zouden we dan zeggen: 'Geef die en die mijn liefde.' Maar kun je werkelijk liefde geven die niet de jouwe is? Nee, natuurlijk niet. Het is onmogelijk om de liefde van de ene persoon over te dragen aan een andere persoon. Anders gezegd is het mogelijk om macht over te dragen, maar liefde is een kwaliteit van het individu.

Een vertegenwoordiger van God kan daarom niet de God van Liefde vertegenwoordigen, enkel de God van Macht. Om zijn autoriteit en macht te versterken, kan hij claimen om de God van Liefde te vertegenwoordigen, maar geen enkele claim, hoe groot ook, maakt zoiets ooit mogelijk. De afgevaardigden van theïstische religies oefenen altijd macht uit omdat dat het enige is wat ze kunnen doen. Als gevolg hiervan zijn theïstische religies altijd, of worden, groepsreligies, machtsstructuren.

Dit is heel goed merkbaar in het christendom, in het bijzonder in de rooms-katholieke kerk. Zoals we al gezien hebben stichtten de christenen oorspronkelijk in de begindagen, een echte spirituele gemeenschap, de *ecclesia* genaamd, wat later de kerk genoemd

werd. Het begon als een ondergrondse beweging - letterlijk, omdat de leden elkaar ontmoetten in de catacomben onder de stad. Geleidelijk aan trad deze spirituele gemeenschap van vroege christenen in de openbaarheid en zo verspreidde het christendom zich in de meeste delen van het Romeinse keizerrijk, tot het in de vierde eeuw de officiële religie van het gehele keizerrijk werd. Andere religies werden verboden en verschillende ketterijen werden buiten de wet gesteld, ook al was het nooit gemakkelijk om te bepalen wat een ketterij was en wat niet. Om al deze dingen te doen moest de kerk wereldlijke macht nemen en uitoefenen.

Volgens drie van de vier evangeliën verwierp Christus zelf wereldlijke macht. Eén van de drie dingen waar de duivel hem in de woestijn mee probeerde te verleiden, was macht en hij wees het af. Maar de kerk was niet in staat om zijn voorbeeld te volgen. Dit was niet alleen een kwestie van menselijke zwakte maar had te maken met de tegenstrijdige aard van het christendom zelf. Het oude testament spreekt over een God van macht, een God van oorlogen, een God die zijn gelovigen aanmoedigt (in dit geval de kinderen van Israël) om hun vijanden af te slachten. Maar het nieuwe testament spreekt over een God van liefde en leert zijn gelovigen om hun vijanden te vergeven. Het is vanzelfsprekend onmogelijk om deze twee richtingen op hetzelfde moment te volgen. Welke kies je dan?

De kerk moest wel de God van macht volgen en dwang toepassen bij het verspreiden van haar geloof. Daarom veranderde het van een spirituele gemeenschap in een groep, en wel om twee verwante redenen. Als eerste hebben we gezien dat God een vertegenwoordiger nodig heeft die hem interpreteert, en je kunt geen liefde vertegenwoordigen. Soms is de paus bekritiseerd omdat hij niet de God van liefde vertegenwoordigt. Zo schreef bijvoorbeeld de Duitse toneelschrijver Rolf Hochhuth in 1963 een toneelstuk ‘De Afgevaardigde’. Dit toneelstuk viel paus Pius XII aan, die, juist om deze reden, weigerde om het bloedbad dat Hitler had aangericht onder de joden, te veroordelen. Maar zo’n kritiek slaat de plank mis omdat een afgevaardigde niet de God van liefde kan vertegenwoordigen. Hij kan alleen de God van macht vertegenwoordigen.

Ten tweede begon de kerk wereldlijke macht uit te oefenen en het was dan ook vanzelfsprekend dat zij een God in de hemel begon te vertegenwoordigen die overeen kwam met haar eigen rol in de wereld. Dit geldt met name in het geval van de rooms-katholieke kerk, die zichzelf beschouwde als de erfgenaam van de politieke macht van het westerse Romeinse Rijk. Het hoofd van de rooms-katholieke kerk, de paus, was oorspronkelijk alleen bisschop van Rome. Na een paar eeuwen werd hij uiteindelijk bekend als de Plaatsvervanger van Christus (plaatsvervanger betekent ‘vertegenwoordiger’). Vanaf de Middeleeuwen tot aan de negentiende eeuw hebben de pausen geclaimd dat ze de gevolmachtigden van God zijn. Ze claimden letterlijk het door God-gegeven-recht om volledige controle over koningen en prinsen uit te oefenen. Er zijn tijden geweest dat ze werkelijk legers opgericht en slag geleverd hebben en zelfs persoonlijk hun troepen aangevoerd hebben in de strijd. Ze zijn een aantal kruistochten tegen de moslims begonnen en zelfs tegen de onfortuinlijke Albigenzen uit Zuid-Frankrijk. Het ergste van alles is dat ze de inquisitie opgericht hebben waarmee ze geprobeerd hebben om eenheid van geloof af te dwingen.

Recentelijk heeft de paus zich in het algemeen verontschuldigd voor de misdaden en mistoestanden die uit naam van de kerk begaan zijn. We moeten dit hoofdzakelijk zien als een politiek gebaar. Op de vijfhonderdste verjaardag van het begin van de Spaanse inquisitie werd de Spaanse bisschoppen gevraagd om hun spijt te betuigen voor de excessen van de inquisitie maar om dezelfde politieke redenen weigerden ze dit.

In de loop van de geschiedenis zijn vele duizenden mensen gewelddadig gemarteld en afgeslacht door de inquisitie en andere instellingen van de rooms-katholieke kerk. Tijdens de Middeleeuwen, en zelfs erna, gedroeg de kerk zich in elk opzicht als een machtsstructuur van het ergste soort. Alleen nog in de kloosters kon een spoor teruggevonden worden van het christendom als een spirituele gemeenschap. Maar zelfs daar duurde het nooit lang. En dus geeft de rooms-katholieke kerk ons het meest opvallende voorbeeld van binnensluipende macht die min of meer de spirituele

gemeenschap overneemt. Maar ook bij andere religies is dit gebeurd, inclusief het boeddhisme, zij het op een veel subtielere manier.

Binnen de spirituele gemeenschap zijn sommige mensen echter meer een individu dan anderen. Ze gebruiken hun ervaring en zelfs hun natuurlijke autoriteit, niet om anderen te domineren of om hun eigen visie aan anderen op te leggen, maar om hen te helpen zich als individuen te ontwikkelen. Maar als de spirituele gemeenschap geen machtsstructuur is, wat is het dan wel? Als het dominerende principe van de groep macht is, dan is liefde het principe dat door de spirituele gemeenschap belichaamd wordt. Het woord 'liefde' is echter een verraderlijk tweeslachtig woord. Dat wat liefde genoemd wordt, is maar al te vaak een vorm van macht. Het passende Pali woord is *metta* (*maitri* in het Sanskriet). Dit wordt gewoonlijk vertaald als 'vriendelijkheid', maar het is vriendelijkheid van de allerhoogste soort. Het is een soort opgevoerde vriendelijkheid. Een dergelijke vriendelijkheid wordt enkel beoefend en ervaren door ware individuen, enkel door leden van de spirituele gemeenschap. Als we metta voor anderen voelen dan zien we ze als individuen en behandelen we ze ook als individuen. Het belang van metta blijkt uit het feit dat de meeste boeddhisten het regelmatig en systematisch ontwikkelen door een meditatie beoefening, de *metta bhavana*.

Metta wordt niet uitgedrukt door middel van geweld, dwang of autoriteit. Een dergelijk machtsgebruik kan misschien wel noodzakelijk zijn in bepaalde situaties, maar deze situaties zullen, gezien hun specifieke geaardheid, niet voorkomen in de spirituele gemeenschap. Als metta aanwezig is, is macht overbodig. Elk individu ziet zelf wat nodig is in een bepaalde situatie - of ze zien het zodra het hen op een vriendelijke manier is uitgelegd - en omdat ze het zien, doen ze het graag.

Men kan nog verder gaan en eenvoudig zeggen dat over het algemeen genomen positieve emoties het hart van de spirituele gemeenschap vormen: niet alleen *metta*, maar ook *karuna* (mededogen), *mudita* (vreugde voelen voor de deugden en het geluk van anderen), en *upeksa* (vrede of gelijkmoedigheid), maar ook

sraddha (vertrouwen en toewijding). De spirituele gemeenschap belichaamt al deze sublieme, opbeurende en bezielende emoties.

Maar zelfs dan ontbreekt er nog iets. Er dient ook een metafysische of transcendentale dimensie aanwezig te zijn wil de spirituele gemeenschap blijven voortbestaan. De ultieme principes die de spirituele gemeenschap leiden, zijn *mahamaitri*, de **grote** vriendelijkheid, en *mahakaruna*, het **grote** mededogen. Dit is vriendelijkheid of mededogen die samengaan met *prajna*, transcendentale wijsheid. Met andere woorden, de leidraad van een spirituele gemeenschap is niets minder dan dat wat we de *Bodhicitta* noemen, de kosmische Wil tot Verlichting[xl] weerspiegeld in de harten en geesten van alle individuen die deel uitmaken van de spirituele gemeenschap.

Hoofdstuk 7: De positieve groep en de nieuwe maatschappij

Het is moeilijk om je een gemeenschap voor te stellen die gedomineerd wordt door - of beter gezegd doordrenkt is met - wijsheid en mededogen. Maar als potentiële individuen hebben we af en toe een ervaring met zo'n gemeenschap, hoe beperkt ook. Als we de mogelijkheid hebben is er voor ons geen excuus om niet te proberen naar zo'n voorbeeld te leven. Meestal functioneren de meesten van ons als groepsleden. Daarom zijn we eraan gewend om met elkaar om te gaan op basis van macht - niet alleen directe, openlijke macht, maar ook macht in de vorm van fraude, exploitatie en manipulatie. In onze betere momenten moeten we dat allemaal willen veranderen. We moeten willen leren om met elkaar om te gaan op basis van vriendelijkheid en mededogen - met elkaar om willen gaan als individuen, d.w.z. in termen van transcendentaal mededogen-cum-wijsheid.

Een andere manier om dit te zeggen is dat we met elkaar om willen gaan op basis van de *bodhicitta*. Dit is een term uit het Mahayana boeddhisme en het verwijst naar de wil tot Verlichting die in ieder en elk individu inherent aanwezig is. Wanneer de *bodhicitta* (wat letterlijk 'hart van Verlichting' betekent) in ons ontstaan is, zijn we sterk gemotiveerd om Verlichting te bereiken. Die motivatie heeft een duidelijke altruïstische oriëntatie, dat wil zeggen dat we ernaar streven om Verlichting te bereiken niet alleen voor onszelf en onze eigen bevrijding en geluk maar voor het welzijn van anderen. De traditionele formulering luidt dan ook: voor het welzijn van alle levende wezens.

Wanneer we voor Toevlucht gaan tot de Boeddha, Dharma en Sangha bewegen we ons van de groep in de richting van de spirituele gemeenschap; van beheerst worden door het machtsprincipe naar geïnspireerd zijn door het principe van de *bodhicitta*; van de oude maatschappij naar een volledig nieuwe, andere vorm van

samenleving. In het boeddhisme spreekt men ook wel van wegtrekken uit de wereld, *samsara*, naar Sukhavati, het zuivere land. Dit is een wereld waarin de omstandigheden de beoefening van de Dharma volledig ondersteunen. Ieder van ons zal zich zeker, zo nu en dan, ontevreden voelen over de wereld zoals die is en zou graag in een betere, mooiere wereld leven dan die welke we op dit moment ervaren. Een wereld die het beste in ons ondersteunt en aanmoedigt - onze vrijgevigheid, onze vriendelijkheid en ons gewaar zijn - in plaats van in een wereld die samenzweert om deze kwaliteiten te ondermijnen.

Door de eeuwen heen hebben mensen, zowel in het Oosten als in het Westen, ook ditzelfde verlangen gevoeld. We kunnen er zeker van zijn dat mensen in de tijd van de Boeddha het ook gevoeld hebben. Dat kunnen we bijvoorbeeld afleiden uit het verhaal van Vaidehi, de vrouw van koning Bimbisara, heerser over het koninkrijk Magadha in het Noorden van India. Het verhaal van Vaidehi wordt verteld in de *Amitayur-Dhyana* soetra, de soetra over de meditatie van Boeddha Amitayus, de Boeddha van het Eeuwige Leven. (Dit is één van de drie soetra's die over Sukhavati vertellen, het Gelukkige Land, en zijn Boeddha Amitabha of Amitayus.[xli] De andere twee zijn de grotere en de kleinere *Sukhavati Vyuha* soetra's.)

Het verhaal begint met prins Ajatasatru die beslag legt op de troon van Magadha en zijn eigen vader, de rechtvaardige oude koning Bimbisara, gevangen neemt. Hij wil hem de hongerdood laten sterven. Maar Vaidehi, de voornaamste gemalin van de koning (en toevallig de moeder van Ajatasatru) slaagt erin om eten voor haar echtgenoot de gevangenis in te smokkelen en hem zo in leven te houden. Wanneer Ajatasatru er achter komt wat ze gedaan heeft, dreigt hij haar te doden maar uiteindelijk zet hij haar gevangen.

Daar zit Vaidehi dan, alleen in de gevangenis, gehaat door haar zoon en niet in staat om haar echtgenoot van voedsel te voorzien. Ze voelt zich natuurlijk heel erg ellendig. Maar ze geeft zich niet over aan haar ellende. Volledig gedesillusioneerd met koningin zijn, en met het wereldse leven in het algemeen, doet ze in gedachten afstand van haar prachtige paleizen, ze beschouwt haar familie als verloren, en

concentreert haar gedachten op de Boeddha. Nu wil het geval dat de Boeddha zich slechts een paar kilometer verderop bevindt, op de Gierenpiek. Ze slaagt er zelfs in om zichzelf ter aarde te werpen in de richting waar de Boeddha verblijft. En dan verschijnt de Boeddha voor haar. Of hij echt letterlijk in zijn fysieke vorm verschijnt of in een soort visioen wordt ons niet verteld. Maar wanneer de koningin haar hoofd opheft, na hem vereerd te hebben, is hij daar. Het is Shakyamuni, hij die door-de-wereld-vereerd wordt. Volgens de tekst straalt zijn lichaam als zuiver goud en zit hij op een lotusbloem die uit honderd juwelen bestaat met Maha-Maudgalyayana links en Ananda rechts van hem. Boven hem ziet Vaidehi de goden die de wereld beschermen en hemelse bloemen laten regenen als een offerande.

Bij deze aanblik werpt Vaidehi zich weer op de grond neer. Snikkend zegt ze: 'Oh door-de-Wereld-Vereerde, welke vroegere zonde van mij heeft zo'n kwaadaardige zoon voort gebracht?' Maar ze houdt zich niet alleen maar bezig met haar eigen tegenspoed. Ze gaat verder: 'Oh Verhevene, welke oorzaak en omstandigheid heeft uw leven verbonden met dat van Devadatta, uw kwaadaardige neef die eens uw leerling was? Dit is mijn enige gebed,' zegt ze, 'Oh door-de-wereld-vereerde, predik alstublieft voor mij in detail over alle plaatsen waar geen zorgen en moeilijkheden zijn, waar ik herboren kan worden. Ik ben niet tevreden met deze verdorven wereld, met Jambudvipa (India) welke vol is met hellen, hongerige geesten en bruut leven. In deze verdorven wereld verzamelen zich massa's kwaadaardigen. Moge ik nooit meer de stem van de kwaadaardigen horen. Ik bid dat ik nooit meer een kwaadaardig iemand hoef te zien. Ik werp nu heel mijn lichaam voor u op de grond en vraag om genade door het bekennen van mijn zonden. Ik bid alleen hiervoor, in de hoop dat de Boeddha, de op-een-zon-gelijkende, mij instructies geeft hoe ik kan mediteren op een wereld waarin alle daden zuiver zijn.'

Met zijn magische krachten laat de Boeddha Vaidehi een aantal zuivere landen zien waarin geen lijden is en geen uiting gehoord wordt van smart of zelfs maar een echo ervan. Ze ziet ze allemaal in een uitgebreid visioen. Zij kiest ervoor om herboren te worden in

Sukhavati, het zuivere land van Amitabha of Amitayus, het land van gelukzaligheid in het Westen. Dan instrueert de Boeddha haar in wat ze moet doen om dit te bereiken. Ze moet voor Toevlucht gaan en ze moet de tien voorschriften in acht nemen. Kortom ze moet trouw zijn aan alle fundamentele leringen van de Dharma. Bovendien moet ze mediteren op Amitayus, de Boeddha van het Eeuwige Leven, en zijn zuivere land, Sukhavati. Ze moet ze visualiseren en voor zich zien - althans in haar meditatie. Vervolgens onderricht de Boeddha haar hoe ze dit moet doen aan de hand van een serie van zestien meditaties.

De eerste meditatie bestaat uit het concentreren op een dieprode schijf, het beeld van de ondergaande zon. Dan volgt de visualisatie van een ondergrond, fundament of basis van lapis lazuli, diepblauw van kleur, die zich oneindig in alle richtingen uitstrekt, doorkruist met een netwerk van gouden koorden. Vervolgens springen er tussen de gouden koorden bomen, meren en lotussen op, allen gemaakt van juwelen. Na een hele reeks meditaties ziet men uiteindelijk te midden van al deze prachtige vormen, diep van kleur en oogverblindend, Amitabha zelf, de Boeddha van het Oneindige Licht, vergezeld door zijn twee beroemde bodhisattvas, Avalokiteshvara en Manjusri. Ze belichamen zijn mededogen en zijn wijsheid.

De Boeddha vertelt Vaidehi dat als ze op deze manier mediteert, ze na haar dood herboren zal worden in deze hogere wereld waarop ze zich zo intensief geconcentreerd heeft. Ze zal zelf in het hart van een prachtige lotusbloem zitten waarvan de bladeren zich zullen openen en ze zal Amitabha voor zich zien zitten. Ze zal zijn leringen uit zijn eigen mond horen, van aangezicht tot aangezicht. Ze hoeft niets anders te doen dan ze te beoefenen en erop te mediteren.

De condities in het zuivere land zijn archetypisch gezien ideaal. Verhandelingen over de Dharma worden gehoord in de vorm van muziek voortgebracht door het geluid van de wind die door de van juwelen gemaakte bomen ruist, en door de schreeuw en roep van wulpen, watervogels en paradijsvogels. Alles verkondigt letterlijk de Dharma en alle levensomstandigheden dragen bij tot het bereiken

van de Verlichting. Zelfs onder deze perfecte omstandigheden is het niet gemakkelijk om Verlichting te bereiken, maar er is tenminste niets in je omgeving wat je tegen houdt.

Dit is een prachtige beschrijving, geschetst voor het welzijn van Vaidehi in haar cel. Het kan wat vreemd aandoen, ver verwijderd van de wereld waarin we normaal gesproken verblijven. Maar Sukhavati is niet enkel een andere wereld. Het is onze taak om die zo goed mogelijk hier in deze wereld te creëren. We dienen hier dingen te verbeteren, en ervoor zorgen dat de situatie waarin we leven meer en meer bijdraagt aan het opbloeien van het spirituele leven en het bereiken van Verlichting.

Dat is de reden waarom ik in 1967 een nieuwe boeddhistische beweging heb opgericht. Dat is ook de reden waarom ik het jaar daarna de eerste mensen ordineerde als leden van de Westerse Boeddhisten Orde, de spirituele gemeenschap die het hart vormt van de beweging, van de positieve groep. Het idee erachter was om ons eigen Sukhavati te creëren - en anderen in staat te stellen door te gaan met het creëren ervan - hier in onze eigen wereld, op wat voor kleine schaal dan ook. In de loop der jaren heb ik deze beweging langzaam maar gestaag zien groeien. Elk jaar wordt er wel ergens in de wereld een nieuw boeddhistisch centrum, een nieuwe retraitecentrum of een nieuw ethisch werkverband opgericht. Ik geniet er altijd van om, als me dat lukt, ze te bezoeken en de officiële opening ervan bij te wonen.

Eén van de belangrijkste ceremonies was de opening in 1978 van het London Buddhist Centre in het Oosten van Londen, in Bethnal Green. Ter gelegenheid hiervan waren er gedurende tien dagen feestelijkheden en gelegenheden om onze waardering te uiten, wat zijn hoogtepunt bereikte in de inwijding van twee schrijnruimtes. In de grootste ruimte was de focus van de ceremonie een meer dan levensgroot beeld van Amitabha, de Boeddha van het Westen, de Boeddha van het Oneindige Licht. Deze Boeddha heeft de leiding - precies zoals Shakyamuni aan Vaidehi vertelde - over het zuivere land Sukhavati, 'het gelukkige land', oftewel 'de plaats van gelukzaligheid' of 'overvloed van gelukzaligheid'. Sukhavati is de

naam die het gehele complex in Bethnal Green heeft gekregen (het openbare centrum en de woongroepen bij elkaar).

Maar wat is Sukhavati nu echt? Wat vierden we werkelijk bij de opening van het centrum? Feliciteerden we elkaar omdat we een plek gebouwd hadden waar mensen eens per week langs kunnen komen om over het boeddhisme te discussiëren? Of om naar lezingen te luisteren die door iemand gegeven worden die veel meer boeken over het onderwerp gelezen heeft dan henzelf? Werkten we zo hard om wat therapeutische meditaties te kunnen doen? Of om zo nu en dan een medicinale dosis van het boeddhisme in te kunnen nemen zodat we door konden gaan met ons gewone leven op dezelfde oude manier? ('Laat ze niet meer dan vijf minuten mediteren', werd me eens gezegd door een prominente Engelse boeddhist. Meer dan dat is gevaarlijk voor westerlingen.')

De naam Sukhavati was gekozen om uitdrukking te geven aan de aspiratie dat dit centrum een meer edele, meer radicale, en zelfs meer revolutionaire functie diende dan alleen mensen hun spirituele vitaminen geven om ze te helpen om nog een paar dagen moeizaam vooruit te komen op het wereldse pad. Elk centrum dat geassocieerd is met de beweging die ik heb opgericht is bedoeld om niets minder te zijn dan de kern van een nieuwe samenleving.

'Een nieuwe samenleving'? De uitdrukking is niet nieuw. Het was zelfs ooit de naam van een wekelijks tijdschrift. Aan de slogan ligt echter een eenvoudige maar diepgaande, sublieme en radicale menselijke ambitie ten grondslag. De nieuwe maatschappij is ontworpen zodat mensen zich kunnen ontwikkelen als mens. Het zal niet proberen iets voor mensen te doen wat ze uiteindelijk alleen zelf kunnen doen. Maar het verschaft faciliteiten, mogelijkheden en een omgeving die aanmoedigt. Het geeft ook een sociale en spirituele context voor menselijke saamhorigheid. Dit maakt het voor mensen gemakkelijker om zich te ontwikkelen als mens.

Praten over het proberen te creëren van een nieuwe samenleving binnen de oude samenleving, betekent erkennen dat de oude samenleving niet op deze manier kan functioneren, omdat de meeste

van haar leden niet geïnteresseerd zijn in menselijke ontwikkeling. In plaats van de spirituele aspirant te helpen maakt de samenleving als geheel het voor ons moeilijk om ons te ontwikkelen, zelfs als we dat willen. Veel van de energie die nodig is voor spirituele transformatie, wordt eenvoudigweg verspild om de contra-evolutionaire krachten van de samenleving - de onderdrukkende, dwingende, de geest-'verpletterende' invloeden - te weerstaan. In een ideale samenleving zouden we ons niet voortdurend hoeven te verdedigen om een klein beetje ruimte te behouden waarin we kunnen groeien. Onze energieën zouden vrijelijk beschikbaar zijn voor het doel van onze eigen spirituele ontwikkeling in vrije omgang met andere gelijkgestemde mensen.

Maar hoe kan een boeddhistische beweging functioneren als een nieuwe maatschappij in het klein? Wat is zijn structuur? Hoe werkt het? In essentie is het een gemeenschap van mensen die proberen zich als individuen te ontwikkelen. Althans, een aantal van hen doen dat. Ze houden min of meer regelmatig contact met elkaar en proberen zich samen te ontwikkelen en elkaar daarin te helpen. Deze individuen vormen de spirituele gemeenschap binnen onze beweging. Ze vormen ook het hart van de beweging. Maar we kunnen niet verwachten dat iedereen die met de beweging verbonden is dezelfde inspanning zal leveren.

De beweging heeft daarom twee delen, twee niveaus: een echte spirituele gemeenschap en, wat beschreven kan worden als een gezonde of positieve groep. Als eerste is er de Orde, een spirituele gemeenschap die open staat voor iedereen die als individu voldoende geïntegreerd is om zich echt toe te wijden aan het pad naar Verlichting. Zo iemand is serieus in staat om zich te wijden aan de voornaamste handeling, die kenmerkend is voor alle boeddhisten in de hele wereld namelijk voor Toevlucht gaan tot de Drie Juwelen. Het hart van de beweging bestaat daarom uit individuen. En de positieve groep staat open voor iedereen die deel wil nemen aan haar activiteiten. Dit zijn de twee zich van elkaar onderscheidende maar overlappende - zelfs zich vermengende - niveaus binnen de beweging als geheel. Samen vormen ze wat je een boeddhistische groep zou kunnen noemen, ook al gaat mijn voorkeur uit naar het

gebruik van het woord 'beweging', omdat dit suggereert dat het in essentie een dynamisch proces is.

Alle activiteiten van deze beweging hebben maar één doel: om mensen te helpen zich als individuen te ontwikkelen en te groeien. Het is nooit ons doel geweest om een organisatie in de gewone zin van het woord op te richten, zoals sommige moderne Japanse boeddhistische sekten. Ons doel is niet om met vaandels door de straten van Londen te marcheren en de Albert Hall over te nemen of om te eindigen met een alleen zichzelf-dienend instituut. De bedoeling van de aanwezigheid van de spirituele gemeenschap binnen de positieve groep is om er zeker van te zijn dat dit niet gebeurt.

Wanneer ik zeg dat Ordeleden leden van de spirituele gemeenschap zijn, dan bedoel ik dat ze behoren tot de echte, levende, vreugdevolle spirituele gemeenschap van diegenen die de Leer beoefenen en het Pad volgen. Wanneer ik zeg dat zij diegenen zijn die voor Toevlucht gaan, bedoel ik niet het simpel herhalen van de voor Toevlucht gaan formule twee of drie keer per jaar ter gelegenheid van een boeddhistisch festival. Zo gebeurt het in vele delen van de boeddhistische wereld, en zelfs in sommige boeddhistische groepen in het Westen. Met voor Toevlucht gaan bedoel ik jezelf werkelijk toewijden aan de realisatie van het ideaal van de menselijke Verlichting in dit leven en bereid zijn om op te geven wat die toewijding in de weg staat.

Deze spirituele gemeenschap is slechts een deel van de uitgebreidere positieve groep. Deze groep maakt op haar beurt deel uit van wat traditioneel de sangha genoemd wordt, de spirituele gemeenschap van de vier richtingen - Noord, Zuid, Oost, en West - en de drie tijdsperioden: verleden, heden en toekomst.

Hoe embryonaal de ontwikkeling ook is, we zijn de kern van een nieuwe maatschappij aan het vormen. We hebben een samenleving geïnitieerd waarin het idee dat iemand de plaats of zienswijze van iemand anders kan vertegenwoordigen, of speciale autoriteit kan claimen op basis van positie, of probeert om druk of macht uit te

oefenen over iemand anders, absurd is. In deze maatschappij is alleen ruimte voor individuen die in een vrij verband met elkaar leven, geïnspireerd door de principes van mededogen en transcendentale wijsheid, en bovenal door de *bodhicitta*, de Wil tot Verlichting voor het welzijn van alle wezens.

Hoofdstuk 8: Het pad van ontevredenheid

Hoe sluit je je aan bij een spirituele gemeenschap? Het is duidelijk dat je het niet kunt doen door contributie te betalen. Je kunt het zelfs niet doen door buiten de gesloten kloosterpoort in de sneeuw te knielen, op de Japanse Zen manier. Dit soort formele procedures leiden je de spirituele gemeenschap niet binnen. Het is allereerst, en heel fundamenteel, een kwestie van proberen een individu te worden en proberen om je spiritueel te ontwikkelen. Vervolgens maak je contact met anderen die ook proberen zich te ontwikkelen en die dan met elkaar, binnen een gemeenschappelijke spiritueel kader, beoefenen. Dit is wat het betekent om je aan te sluiten bij een spirituele gemeenschap.

Anders gezegd, je sluit je aan bij een spirituele gemeenschap door de groep te verlaten. Je stopt met jezelf te identificeren met de groep. Je voelt dat je niet langer tot de een of andere groep behoort. Tegenwoordig kan de druk van onze verantwoordelijkheden het moeilijk maken om dit echt te doen. We kunnen eenvoudigweg niet onze verantwoordelijkheden voor hen, die afhankelijk van ons zijn, aan iemand anders overlaten. Maar dit is geen excuus voor het vermijden van enige vorm van concreet afstand nemen van de groep. Ik ben bang dat er altijd de mogelijkheid van zelfbedrog is. Je zegt misschien: ‘Ik kan heel erg goed zonder mijn gezin en familie - ik ben er emotioneel niet afhankelijk van.’ Maar de enige manier om dit te weten is door uit te proberen hoe het voelt om zonder gezin en familie te zijn. Je zegt misschien: ‘Ik ben niet in het bijzonder gehecht aan het leven in mijn vaderland - ik kan me gemakkelijk ergens anders in de wereld redden.’ Maar totdat je geprobeerd hebt hoe het is om te gaan met totaal verschillende omstandigheden, organisaties, gewoontes en het weer en hoe het is maanden lang een vreemde taal te spreken, weet je het nooit zeker. Het is gemakkelijk genoeg te voelen dat je je aan het onthechten bent van groepshoudingen. Maar omdat emotionele afhankelijkheid van de

groep eerder iets onbewust is, zal je het moeilijk vinden om dit aan jezelf toe te geven.

De Boeddha zelf sloot zich effectief aan bij de spirituele gemeenschap door de groep in de vorm van zijn gezin te verlaten. In de traditionele verhalen over het leven van de Boeddha wordt deze gebeurtenis vaak dramatisch en tegelijkertijd prachtig weergegeven. Er wordt ons verteld dat de Boeddha op een door de maan verlichte avond, nadat hij zijn profetische beslissing om alles in de wereld waar hij van hield achter zich te laten, voor de eerste keer in zijn leven er alleen op uitging.[xlii] Voordat hij wegging, ging hij naar de binnenste vertrekken van het paleis en zag zijn jonge vrouw slapen, met hun kind liggend aan haar zijde. Hij kwam in de verleiding om hen wakker te maken voor een laatste afscheid, maar veranderde van gedachte - het zou zo pijnlijk zijn voor zijn vrouw en misschien zou ze zelfs proberen hem tegen te houden om weg te gaan. Terwijl hij in de deuropening stond, keek hij een paar tellen naar hen en draaide zich toen snel om. Behalve zijn vrouw en kind verliet hij ook zijn vader. Deze was als leider van de clan in een positie om hem de beste start in zijn leven te geven. Ook verliet hij zijn pleegmoeder die hem verzorgd had sinds hij een baby was, en zijn vrienden. Hij werd gedurende een aantal jaren een zwervende zoeker. Deze stonden in die dagen bekend als een *parivrajaka*. Dit betekent: 'iemand die voort gegaan is' – dat wil zeggen, van het familieleven naar een leven van thuisloosheid. Je zou zelfs kunnen zeggen: naar een leven van groepsloosheid.

In de tijd van de Boeddha waren er in het hele Noorden van India veel mannen, en zelfs een aantal vrouwen, die rondtrokken als *parivrajakas* - ontheemden, thuislozen, groeplozen. Ze bleven in leven door te bedelen. Vroeg in de ochtend gingen ze van deur tot deur met een bedelnap en namen elk voedsel aan wat mensen aan ze gaven. Deze *parivrajakas* waren de spirituele voorvaderen van de moderne Indiase sadhu's. Je kunt ze nog steeds zien, lopend van dorp naar dorp, zittend op de trappen van tempels en aan de voet van grote uitgespreide banyan-bomen.

Door voort te gaan zoals de Boeddha deed, behoor je niet langer tot een groep en word je een soort eenzame wolf, een individu op zichzelf. Voor de groep besta je niet meer. Binnen het orthodoxe hindoeïsme wordt dit opgeven op een dramatische, zelfs enigszins angstaanjagende, manier gemarkeerd door een speciaal ritueel waarin je officieel een zwerver wordt. Je ontsteekt een heilig vuur en giet er plengoffers op terwijl je mantra's zingt. Vervolgens plaats je bepaalde persoonlijke bezittingen in het vuur en eindig je met twee hoogst symbolische voorwerpen. Het eerste is je *tiki*, een plukje haar dat elke orthodoxe hindoe op de kruin van zijn hoofd heeft groeien. Je knipt het af en plaatst het in het vuur. Dan neem je het heilige koord dat je, als je een kaste hindoe bent, om je lichaam draagt en legt het ook in het vuur. Dit is enorm belangrijk om te doen omdat het sociale leven van een hindoe door en door doordrongen is van het kastesysteem. Je kaste is het meest belangrijke aspect van je identiteit. Maar je bent nog niet aan het einde van het ritueel gekomen. Je eindigt met het uitvoeren van je eigen begrafenisceremonie. Je handelt als de priester bij je eigen crematie. Wie je hier voor ook was, die persoon is nu dood. Volgens de hindoe traditie (ofschoon niet in het moderne India) ben je nu officieel dood. In termen van de groep besta je niet meer. Je hebt geen wettelijke of burgerlijke rechten meer. Dit is hoever de traditionele hindoes gewend waren om te gaan - en waarschijnlijk nog steeds - om hun verbintenis met de groep tot aan de wortels af te hakken.

Voor de Boeddha was de volledige lichamelijke afzondering van de wereld en het opgeven van zijn sociale identiteit een geaccepteerde beoefening, maar niet voor ons in het Westen. Voor zover mogelijk kunnen we proberen het grote opgeven van de Boeddha na te streven door voort te gaan - de traditionele boeddhistische term - van zoveel mogelijk groepen: van gezin en familie, van sociale positie, van nationale identiteit enzovoort. Een dergelijk opgeven is al heel wat in een samenleving als de onze die de keuze voor zo'n levensstijl niet echt toelaat. Door zo te handelen ben je begonnen aan de overgang van groepslid naar een waar individu.

De Boeddha werd pas de Boeddha – 'degene die inzicht heeft' - na zes jaar wanhopige strijd en onophoudelijk zoeken als een

parivrajaka. Toen hij kenbaar begon te maken wat hij ontdekt had, kwamen de meeste van zijn leerlingen uit de groep van de *parivrajaka's* (de klasseloze groep, zou je kunnen zeggen, want die leden hadden allemaal hun kaste/klasse samen met al hun andere verplichtingen achter zich gelaten). De meeste van hen waren jarenlang zwervers geweest voordat ze in contact kwamen met de Boeddha, zijn leer omarmden, en door hem - of door andere leerlingen in zijn naam - opgenomen werden in de spirituele gemeenschap.

Derhalve kunnen we onderscheid maken tussen twee afzonderlijke fases van intrede in de sangha. Als eerste is er een fase van voortgaan van huis, van opgeven van de groep, en rondzwerven, zonder je te identificeren met een of andere groep. De tweede fase bestaat uit het toetreden tot de spirituele gemeenschap. Je zou kunnen zeggen dat deze twee de negatieve en positieve aspecten van één en hetzelfde proces zijn. Bovendien zijn deze twee fases, ook nu nog, terug te vinden in de boeddhistische ordinantie-procedure. Wanneer je geordineerd wordt tot wat we in het Westen een boeddhistische monnik noemen (ook al is 'monnik' niet helemaal een toepasselijke term) zijn er twee ordinanties: de zogenaamde lagere ordinantie, de *pabbajja* of het voortgaan, en de hogere ordinantie, de *upasampada*. Het voort gaan symboliseert het losbreken van de groep, het doorsnijden van biologische banden, sociale banden, groepstrouwen en elke vorm van politieke banden - gewoon een individu zijn, alleen, op jezelf, zelfs in eenzame afzondering. De hogere ordinantie vertegenwoordigt het opnemen van dat individu in de spirituele gemeenschap. Het individu wordt als het ware geaccepteerd op basis van het beproefd en getest zijn in het vuur van eenzaamheid. Hij of zij is niet terug gerend naar de groep en kan daarom geaccepteerd worden, niet als iemand die toevlucht neemt in een knusse kleine religieuze kliek, maar als een individu die door andere individuen geaccepteerd wordt als een betrouwbaar lid van de spirituele gemeenschap.

Maar hoe maken we tegenwoordig deze overgang van de oude maatschappij naar de nieuwe? Je kunt natuurlijk elke traditionele boeddhistische organisatie benaderen die min of meer doeltreffend

de levensstijl volgt van oosterse boeddhisten in de moderne westerse samenleving. Maar ervan uitgaande dat de kern van de nieuwe maatschappij eigenlijk al bestaat, in de vorm waarin ik het beschreven heb, kun je die enorm belangrijke overgang ook maken via een boeddhistisch centrum. Dit is de brug, het gezamenlijke terrein, waar deze twee werelden elkaar ontmoeten en samenkomen.

Vaak is het een gevoel van ontevredenheid waarom je in eerste instantie naar een boeddhistisch centrum gaat. Dit lijkt misschien geen hoopgevende houding van boeddhisten om iemand mee aan te moedigen – maar we zijn allemaal ongetwijfeld bekend genoeg met ontevredenheid. Iedereen die wel eens een catalogus van een postorderbedrijf ter hand genomen heeft zal de betekenis van ontevredenheid kennen – gebogen over de glanzende bladzijden vond je er iets in afgebeeld wat te verleidelijk is om te weerstaan, vulde een formulier in en stuurde het op, wachtend op die winterjas of die elektrische boor met zijn garantie van totale en volledige bevrediging. Wanneer het dan uiteindelijk aan komt en je het uitpakt, lijkt het op de een of andere manier minder aantrekkelijk, minder luxueus, knulliger en kleiner dan op de foto. Soms is het zelfs de verkeerde kleur of ontbreekt er iets. Onze teleurstelling kan zo sterk zijn dat we niet aarzelen om het aanstoot gevende artikel, onbevredigend als het is, terug te sturen, misschien vergezeld van een in scherpe bewoordingen opgestelde brief, hopende dat je je geld terug krijgt.

Maar we hebben allemaal wel eens een artikel ontvangen dat duidelijk incompleet of opgelapt is, als we het vergelijken met de ontwerp specificaties, en toch zijn we er meer dan tevreden mee. Dat artikel zijn wijzelf natuurlijk. We willen dat al het andere in ons leven goed gemaakt is, gepoetst en glanzend, maar we koesteren onze imperfecte staat. Hoe komt het dan dat we ontevreden worden? Dat is vrij eenvoudig. We worden ontevreden als we onszelf vergelijken zoals we nu zijn met hoe we in de toekomst zouden kunnen zijn. We worden ontevreden als we een flits opvangen van een potentieel dat geen grenzen kent en dan zien dat we, in vergelijking daarmee, op dit moment duidelijk ontevreden en beperkt zijn. Als we die visie omarmen, nemen we eigenlijk de

eerste stap om onszelf met afgrijzen terug te sturen en een goed functionerende, menselijke individualiteit te eisen.

Wanneer ontevredenheid geen gewone humeurigheid is maar een echte en creatieve stemming van innerlijke opstand, is het een positieve en krachtige impuls. Zo'n stemming is het beginpunt. Misschien ben je ontevreden met de kwaliteit van je relaties, met je werk, met je vrijetijdsbesteding - en misschien, vaker wel dan niet, heb je ook meer dan genoeg van jezelf. Je gaat om je heen kijken voor een nieuwe richting. Mogelijk hoor je iets over boeddhisme, over het boeddhistisch centrum en over meditatie cursussen. Je begint naar deze cursussen te gaan en naar lezingen te luisteren. Misschien ga je zelfs naar een weekendretraite. En als resultaat hiervan begin je te veranderen.

Zo'n verandering is opmerkelijk. Ik heb het vele keren zien gebeuren. Je ziet mensen bijna zichtbaar voor je ogen veranderen - en je kunt zeggen dat dit een wonder is: dat mensen kunnen veranderen, niet alleen een beetje maar van top tot teen. De Boeddha zelfs verwees hier inderdaad naar als het grootste van alle wonderen.[xliii] Over het algemeen veroordeelde hij het laten zien van zogenaamde wonderen of supernormale krachten. De oude Indiërs waren erg geïnteresseerd in dit soort dingen, en zelfs nu nog hebben mensen de neiging om op te leven en opmerkzaam te worden zodra dit onderwerp genoemd wordt. De Boeddha werd vaak gevraagd om wonderbaarlijke krachten te laten zien. Soms deed hij dat als hij daar goede redenen voor had. Maar voor hem waren ze volledig onbelangrijk. Als hij dacht dat ze te serieus genomen werden, weigerde hij om er ook maar iets mee van doen te hebben. Hij ging zelfs zover om te zeggen: 'Ik veroordeel en verafschuw ze, ik kijk op ze neer.' 'Dit' zei hij, 'zijn geen echte wonderen. Het echte wonder is wanneer iemand die het donkere pad gevolgd heeft, verandert en het heldere pad begint te volgen, het pad van vaardig handelen, het pad van het spirituele leven: dat is het echte wonder.'

Het is een wonder wat zich blijft voordoen - vaak lijkt het wel tegen alle verwachtingen in. Mensen komen langs, letterlijk van de straat, ze zien er hopeloos en terneergeslagen uit, alsof ze alle zorgen van

de wereld op hun schouders dragen. Ze beginnen te mediteren, ze worden meer gewaar, en in de loop van een paar weken, soms zelfs tijdens een weekendretraite op het platteland, zie je dat ze helder en blij gaan kijken. Ze beginnen iets van de visie van de Boeddha over het bestaan te zien en ze veranderen. Je zou denken dat het te laat is wanneer iemand tientallen jaren lang over dezelfde oude route gereisd heeft. Maar dat is een foute redenering. Als je de juiste vorm van aanmoediging vindt en de juiste condities, kun je op elk tijdstip van je leven veranderen.

Nadat deze initiële positieve verandering plaatsgevonden heeft, word je misschien overvallen door een diepere ontevredenheid. Je begint misschien te voelen dat je niet meer op dezelfde manier door kunt blijven gaan. Je gaat merken dat je oude relaties en het oude werk je erg beperken. Kortom je ervaart iets van wat de Boeddha zelf ervaarde toen hij de beslissing nam om voort te gaan. Op dat moment besluit je misschien om in actie te komen - om bijvoorbeeld een aantal weken in een lokale boeddhistische woongroep te gaan wonen om te zien wat het inhoudt, of een proefperiode te gaan werken in een boeddhistisch ethisch werkverband.

Het hele proces - van de eerste ontevredenheid tot aan voortgaan – duurt misschien maar twee of drie maanden, maar het is realistischer te denken dat het een aantal jaren duurt. Het verschilt nogal van persoon tot persoon. Maar wanneer de overgang van de oude maatschappij naar de nieuwe uiteindelijk gemaakt is, ben je van nu af aan onderdeel van de nieuwe maatschappij, en je kracht als individu versterkt die nieuwe maatschappij. Vanaf dan leef je in een situatie die jouw ontwikkeling als mens ondersteunt, één waarin het mogelijk is om oneindig te groeien. En dat is inderdaad een zeer zeldzame mogelijkheid. Zoals ik uit eigen ervaring weet, kom je zelden zo'n mogelijkheid tegen in het boeddhistische Oosten. Tot vrij recent, met het opzetten van een aantal effectieve spirituele gemeenschappen, was er niet veel hoop om het ooit in het Westen tegen te komen. Na zo'n context gevonden te hebben, is men goed op weg om een waar individu te worden. Het is de aard van ware individualiteit waar we nu verder naar gaan kijken.

deel 2: het ware individu

Introductie

Ben ik een individu of alleen maar een sociale eenheid? Dit is in wezen de centrale vraag in ons leven. Het is ook een vraag die we onszelf moeten blijven stellen en proberen dieper te doorgronden. Zoals we gezien hebben, is het ook de sleutel voor de ontwikkeling van een sangha, de spirituele gemeenschap. Geen individuen, geen sangha. Elke beschouwing van wat sangha is, houdt dan ook een zo volledig mogelijk begrip in van wat een individu is. Dus - wat is een individu? We hebben al gezien dat het echte individu gedefinieerd kan worden in traditionele boeddhistische termen als iemand die de eerste drie ketenen gebroken heeft en op die manier het betreden van de stroom heeft bereikt. We zijn ook getuige geweest van het ontstaan van het individu in de context van de geschiedenis van de mensheid. In de volgende hoofdstukken gaan we individualiteit bekijken vanuit verschillende andere gezichtspunten.

Als eerste behandelen we in het kort de specifieke kwaliteiten van een individu. In hoofdstuk 9 breiden we dit uit door de ontwikkeling van individualiteit te bekijken, niet alleen vanuit de recente geschiedenis, maar vanuit de context van de evolutie van het bewustzijn als geheel. Na onze visie uitgebreid te hebben met een dergelijk gedurfd en verheven perspectief, kunnen we onze focus vernauwen om een vraag te behandelen die misschien al bij je opgekomen is. Is het vanuit de boeddhistische leer legitiem om te spreken van het ‘individu’? Is boeddhisme niet beroemd om zijn leer over ‘niet-zelf’? Het is de moeite waard om tijd te nemen om te verhelderen waarom het geschikt - en ongeschikt - is om over het spirituele leven te denken in termen van de ontwikkeling van individualiteit. Dit zullen we doen in hoofdstuk 10, ‘het geïntegreerde individu.’ En in hoofdstuk 11 en 12 zullen we onze groeiende opvatting over individualiteit relateren aan twee andere terreinen: westerse filosofie, in de vorm van de gedachten van Friedrich Nietzsche, en kunst. Vanuit de kunst gezien onderzoeken we of het wel of niet geschikt is om de kunstenaar als een waar individu te beschouwen.

Maar om mee te beginnen, wat zijn over het algemeen de eigenschappen van het ware individu? Ik moet al meteen zeggen dat er natuurlijk allerlei kwaliteiten zijn waarvan het individu de neiging heeft om die te ontwikkelen. Geen enkele opsomming zal ooit allesomvattend zijn. Individualiteit kan niet gemeten, gewogen of geschat worden als een aantal kwaliteiten of eigenschappen. Individualiteit is onpeilbaar en onuitputtelijk. Hetzelfde kan gezegd worden van haar kwaliteiten en eigenschappen. Er zijn echter bepaalde kwaliteiten van het individu die speciaal relevant lijken te zijn in de ervaring en het gedrag van veel mensen. Om een individu te zijn, heb je misschien wel, meer dan ooit, objectiviteit, helderheid en intelligentie in de ruimste zin van het woord nodig. Je dient bewust te zijn van het feit dat acties consequenties hebben, dat je verantwoordelijk bent voor je handelingen en daarom ook verantwoordelijk voor de consequenties ervan. Dit is een *absolute voorwaarde*, zonder dit kun je niet verder gaan. Je dient ook ontvankelijk te zijn, anders loop je weer vast. Maar naast deze grondbeginselen kan van de volgende positieve eigenschappen gezegd worden dat ze samen de aard van het individu vormen.

Als eerste ben je als een individu vrij – althans relatief vrij – van groepsconditionering en je probeert voortdurend verder te kijken dan je eigen conditionering. Je bent je gewaar van de wereld, hoe de wereld zich gevormd heeft, hoe de wereld geworden is tot wat het nu is, en van de geschiedenis. Eén manier waarop dit soort gewaarzijn ontwikkeld kan worden, is natuurlijk door te reizen. Het proces van uit je vertrouwde omgeving stappen die je zienswijzen bevestigt en de zeer verschillende groepsconditionering te ervaren die ergens anders geldt, kan genoeg zijn om de absolute deugdelijkheid van de manier waarop je gewend bent om naar de wereld te kijken, nog eens te bezien. Veel mensen hebben dit ontdekt.

Als tweede heb je zelf-gewaar zijn ontwikkeld – niet op de puberachtige manier van je het hoofd breken over het idee dat iedereen naar je kijkt, maar gewaar zijn van wat je doet en waarom. Ik gebruik hier het woord ‘ontwikkeld’ met opzet. Het vereist discipline en inspanning om zelf-gewaar zijn te ontwikkelen. Veel van de traditionele boeddhistische beoefeningen zijn juist bedoeld

om dit te ontwikkelen. De primitieve mens was bewust maar niet zelfbewust, niet gewaar. Maar al te vaak geldt hetzelfde voor de moderne, ‘geciviliseerde’ mens. Maar als een individu ben je gewaar.

In zijn algemeenheid heeft dit gewaar zijn vier aspecten: gewaar zijn van zelf, van de natuur, van andere mensen en van de realiteit.[xliv] De eerste van deze aspecten, gewaar zijn van zelf, is veel omvattend. Eerst en vooral ben je gewaar van je fysieke lichaam - de houdingen en de bewegingen. Ook ben je gewaar van je emoties, positief of negatief, en van je gedachten - van denkbeelden, concepten, reflecties en redeneringen. Je bent gewaar van je conditionering – je opvoeding, je omgeving, je vroege ervaringen, je omgang met anderen, je vaardigheden en neigingen, je sympathieën en antipathieën. Je bent gewaar van je eigen basis motieven – je bent in staat om redelijk objectief te zijn over jezelf, om vrij nauwkeurig een mening over jezelf te vormen.

In wezen ben je je gewaar van je eigen uniek-zijn, gewaar dat ‘universeel bewustzijn’ zich in jou heeft geconcentreerd en dat je, als één van een oneindig aantal mogelijke vormen van dat bewustzijn, onvervangbaar bent. Je bent intens, helder gewaar. Je voelt de zuivere vibratie van je eigen individuele bestaan. Je bent gewaar van jezelf als duidelijk verschillend, onderscheiden van de rest van de natuurlijke wereld. Je bent gewaar van het feit dat er maar één rondloopt zoals jij – of dat er door alle eeuwen heen, in honderden miljoenen jaren, nooit meer iemand zoals jij zal zijn.

Als tweede: gewaar zijn is gewaar zijn van de natuur. Je bent gewaar van de natuur als iets dat volstrekt anders is, iets wat anders is dan jezelf, ook al ben je eruit ontstaan en eruit voortgekomen. Je bent gewaar van je fysieke omgeving, je leefwereld.

Het derde aspect verwijst naar gewaar zijn van andere mensen, en dan met name van anderen die zelf ook gewaar zijn. Je bent gewaar van wat ertussen jou en anderen gebeurt – dat wil zeggen dat je gewaar bent van de aard en kwaliteit van je relaties.

Als laatste cultiveer je vooral het vierde aspect van gewaar zijn: gewaar zijn van de realiteit. Je bent gewaar van de mysterieuze, ongrijpbare eenheid die door alles heen loopt. Dat wil zeggen dat je gewaar bent - of ernaar streeft om gewaar te worden - van de absolute werkelijkheid, van wat soms het transcendentale genoemd wordt. Je hebt een directe, persoonlijke relatie met de diepere realiteit van de dingen. We kunnen zelfs op een enigszins poëtische manier zeggen dat het individu iemand is waarin de diepere realiteit van de dingen, de waarheid achter alle verschijningsvormen in de wereld, zichtbaar is of aanwezig is. Het universele wordt zichtbaar in het individu: in feite vallen het individu en het universele samen.

Als je een individu bent, weet je wat je doet. Je bent niet reactief, mechanisch, of dwangmatig. Je wordt niet gedreven, of meegesleept door blind instinct. Je bent niet het slachtoffer van je eigen onbewuste driften. Je bent spontaan en vrij.

Als derde, en volgend uit dit zelf-gewaar-zijn, ben je als je een individu bent, gescheiden van de massa van de mensheid. Je bent niet langer ondergedompeld in de massa, in de groep. Je bent jezelf. We kunnen zelfs zeggen dat ieder individu een specifieke soort is. In de Tibetaans tekst '*De Voorschriften van de Goeroes*' worden 'tien kenmerken van de superieure mens' opgenoemd. Het negende luidt als volgt: *Verschillen van de massa in elke gedachte en handeling is het teken van een superieur mens.*[xlv]

Dat wil niet zeggen dat je probeert anders te zijn. Een individu is niet noodzakelijkerwijs excentriek. Ook moet een individu niet verward worden met een individualist, of met iemand met een opgeblazen ego die ze graag aan anderen willen opdringen. Het is dat je voor jezelf denkt en dat je daardoor, onvermijdelijk, nogal anders denkt dan anderen. Mogelijk respecteer je de gedachten van anderen en maakt er zelfs gebruik van. Maar je overweegt zorgvuldig de werkelijke deugdelijkheid van de gedachten van anderen.

Het verlangen om anders te zijn dan anderen komt niet in je op. Het is niet zo dat je je van de massa wilt onderscheiden. Ook plaats je

jezelf niet boven de massa. Een individu is zeker niet iemand die aan de top van de sociale groep staat, zoals koningen, ministers, miljonairs, filmsterren, enzovoort. Een individu is gewoon anders, verschillend in kwaliteit van anderen. Je verschilt van anderen door gewoon jezelf te zijn.

Als vierde ben je niet psychologisch afhankelijk van anderen. Je hebt de goedkeuring van de groep voor je eigen gemoedsrust niet nodig. Het maakt je niet uit dat je anders bent dan anderen, het maakt je niet uit dat je gedachten hebt waar anderen niet eens van dromen. Je voelt je niet verplicht om je aan te passen vanwege afkeuring van de groep. Indien nodig, ben je bereid om het in je eentje te doen. Dit betekent niet dat je het in je eentje doet vanuit principe - integendeel, de behoefte om gezien te worden als onafhankelijk van anderen is weer een andere vorm van afhankelijkheid. Ook zal je de hulp van anderen niet afwijzen om onafhankelijk over te komen: oudere mensen weigeren vaak om hun eigen objectieve beperkingen te accepteren door te zeggen: 'ik ben altijd onafhankelijk geweest'. Maar op die manier laten ze geen echte onafhankelijkheid zien. Echte onafhankelijkheid is onafhankelijkheid van geest: je bent autonoom, je maakt je eigen keuzes.

Creativiteit gaat samen met deze vorm van vrijheid en zelfbeschikking. Men zou kunnen zeggen dat de primitieve mens reproductief is, de moderne mens productief is (d.w.z. het produceren van materiële zaken - voeding, huizen, kleding, kunstvoorwerpen) en het individu is creatief. Met andere woorden, wat je als een individu creëert, ook al is het iets materieels, heeft een spirituele betekenis. Of je nu muziek, literatuur, filosofie of religie, of wat dan ook creëert, je bent eigenlijk jezelf aan het creëren. Het individu is zijn of haar eigen grootste kunstwerk. Dit is duidelijk in het geval van mensen zoals de Boeddha, Confucius, of Socrates. Maar in latere tijden zien we dit, misschien op een kleinere schaal, in het geval van bijvoorbeeld Goethe. Hij is de grootste dichter van de Duitse taal, maar we kunnen desalniettemin zeggen dat zijn leven zijn grootste gedicht is. Deze toewijding aan zijn eigen ontwikkeling als individu is heel duidelijk in zijn *Conversatie met Eckermann*. In

dezelfde geest waarmee hij zijn literaire werk creëerde, werkte hij zeer bewust, aan zijn eigen karakter, zijn eigen persoonlijkheid, zijn eigen leven.

De Franse theaterdirecteur Antonin Artaud (1896-1948) drukt eenzelfde toewijding uit in zeer gepassioneerde termen in zijn 'Punten':

> *Ik haat en verloochen als lafaard elk wezen dat ermee instemt om geschapen te zijn en niet de wens heeft om zichzelf herschapen te hebben, d.w.z. dat akkoord gaat met het idee van een God als de oorsprong van zijn wezen, als de oorsprong van zijn gedachten.*
>
> *Ik haat en verloochen als lafaard elk wezen dat ermee akkoord gaat niet zichzelf gecreëerd te hebben en erkent en instemt met het idee dat zijn reeds gecreëerde lichaam een aftreksel is van de matrix van de wereld.*
>
> *Ik stem er niet mee in mijn eigen lichaam niet gecreëerd te hebben en ik haat en verloochen als lafaard elk wezen dat ermee instemt te leven zonder eerst zichzelf herschapen te hebben.*
>
> *Ik haat en verloochen als lafaard elk wezen dat niet erkent dat zijn leven enkel aan hem gegeven is om zijn gehele lichaam en organisme te herscheppen en opnieuw te construeren.*[xlvi]

Als vijfde ben je als individu mogelijk impopulair en je accepteert dat dit misschien het geval is. Impopulariteit is natuurlijk geen kenmerk van een waar individu. Het is iets wat hij of zij vaak ondervindt. De Boeddha zelf (voordat hij de Boeddha werd) diende bereid te zijn om de vriendschap en het respect van zijn vijf volgelingen op het pad van ascetisme te verliezen, toen hij besloot dat zelfkwelling zinloos was en weer vast eten tot zich nam.[xlvii] Zelfs na zijn Verlichting was hij helemaal niet populair bij sommige mensen, omdat hij de gevestigde belangen van een verankerd erfelijk

priesterschap uitdaagde. Gelukkig zijn de Indiërs over het algemeen vrij tolerant. Andere prominente individuen hebben niet zoveel geluk gehad. Socrates werd ter dood veroordeeld. Confucius werd opgejaagd van de ene staat naar de andere en stierf bijna van uitputting in een sloot. De profeten van Israël konden elk moment gestenigd worden. De creatieve kunstenaars van tegenwoordig kunnen zich nog steeds de woede van het gepeupel op de hals halen.

Als zesde, zal het individu emoties ontwikkelen die positief en verfijnd zijn. Iedereen is natuurlijk tot positieve emoties in staat - zelfs Stalin was blijkbaar van tijd tot tijd een vriendelijk man. Dit voorbeeld maakt echter wel duidelijk dat je er niet op kunt vertrouwen dat je natuurlijke menselijke warmte zich uit in de vorm van mededogen, gevoeligheid, vrede en vreugde. Of ze nu positief of negatief zijn, menselijke emoties hebben de neiging om grof te zijn, zelfs gewelddadig. Een positieve, verfijnde, gefocuste, emotionele aard dient dan ook bewust ontwikkeld te worden. Je dient volledige verantwoordelijkheid te nemen voor je eigen mentale staten. Je erkent dat je zelf je eigen emoties creëert.

Als zevende stroomt je energie vrijelijk en spontaan, zuiver en harmonieus. Er zijn geen blokkades, geen remmingen, geen obsessies. Al je energie is altijd beschikbaar. Je bent daarom in staat creatief te zijn in alles wat je doet.

Als achtste: je bent alleen. Om een individu te zijn te midden van mensen die geen individuen zijn, is alleen zijn. Om te creëren te midden van mensen die alleen maar produceren of reproduceren, is alleen zijn. Als een individu kun je dit zeer intens beleven - en je weet niet of je er blij of verdrietig om moet zijn. Je bent blij omdat je, jezelf opnieuw gecreëerd hebbende, iets ervaart wat je nog niet eerder ervaren hebt. Je vindt het echter jammer omdat, naar mate je ervaring groter is, het des te moeilijker voor je is om het met anderen te delen. De Boeddha zelf ervaarde ongetwijfeld eenzaamheid, in het bijzonder in de periode tussen het verlaten van zijn huis op 29-jarige leeftijd en het bereiken van de Verlichting aan de voet van de bodhiboom zes jaar later. En zelfs daarna, totdat hij zijn ervaring van Verlichting kon gaan delen, heeft hij zijn eenzaamheid nog intenser

ervaren. Op de een of andere manier is dit altijd de situatie waarin het individu zich bevindt.

Je doel is echter niet om alleen te zijn. Het laatste kenmerk van het individu waar ik hier de aandacht op wil vestigen, is dat je anderen aanmoedigt om op hun manier individuen te zijn. Je bent bereid om in elke situatie waarin je je bevindt verantwoordelijkheid te nemen en te helpen het tot een creatieve situatie te maken, zowel voor jezelf als voor anderen. Zoals we gezien hebben is dit de basis waarop individuen een spirituele gemeenschap creëren.

Op al deze manieren accepteer je verantwoordelijkheid voor jezelf, voor je eigen individuele groei, voor je eigen leven en voor het effect dat je leven heeft op het leven om je heen. En je handelt overeenkomstig, omdat je ziet dat een dergelijke ontwikkeling het belangrijkste is in het leven van anderen. Je wijdt jezelf daarom volledig aan het proces van individuele ontwikkeling. In meer traditionele, meer boeddhistische termen: als een echt individu wijd je jezelf aan de drie juwelen.

Hoofdstuk 9: De evolutie van het individu

Wie wil er op basis van bovenstaande beschrijving nu niet een waar individu zijn? Tegelijkertijd hebben we ook al gezien dat individuen zeer zeldzaam zijn. Dit suggereert dat het niet gemakkelijk is om er één te worden. Hoe word je een individu? Hoe wordt *iemand* een individu? Welk proces is daarvoor nodig? We hebben gezien hoe mensen zich voor het eerst in individuen ontwikkelden tijdens wat Jaspers het axiale tijdperk noemt. Maar hoe gebeurde dat? We kunnen dit onderzoeken door een concept, dat op velerlei manieren het meest belangrijke begrip is op het terrein van het moderne denken: evolutie.

De *locus classicus* van evolutie als een concept is natuurlijk de bekende theorie van Darwin van natuurlijke selectie en het ontstaan van de soort. Evolutie dient echter niet beperkt te worden tot een specifieke wetenschappelijke toepassing. In algemene termen verwijst het naar de manier waarop alle processen, hoezeer ze aan de oppervlakte ook vast lijken te zitten in hun vormen en functies, geconditioneerde en vergankelijke aanpassingen zijn of diverse omstandigheden die uit eerdere omstandigheden of minder goed georganiseerde aanpassingen voortgekomen zijn. Dit is misschien het meest belangrijke gebruik van de term evolutie gezien vanuit een boeddhistisch perspectief.

Als algemeen principe kan evolutie op bijna alles toegepast worden. Het stelt ons in staat om het gehele bestaan te begrijpen - van de vorming van de planeten tot het centrale darwinistische concept van biologische evolutie, helemaal tot aan de menselijke instituties, en zelfs ideeën. We kunnen het dan zien als een proces van een bepaalde manier van ontvouwen, van een bepaalde vorm van groei. We kunnen zeggen dat het universum één gigantisch proces van 'wording' is. En wij zijn onderdeel van dat proces.

Het evolutiemodel dat we het beste kennen is dat van een blind, toevallig en meedogenloos zoeken naar steeds succesvollere aanpassingen aan steeds veranderende omstandigheden. Als één soort een nieuwe genetische configuratie ontwikkelt, waardoor het een voorsprong krijgt op zijn omgeving, dan moeten andere soorten hun eigen aanpassingen ontwikkelen om aan die uitdaging tegemoet te komen. Zelfs het zo genoemde zelf kan verklaard worden als een min of meer succesvolle manier waarop een bepaalde groep organismen zich aangepast hebben aan hun omgeving. Je zou kunnen zeggen dat het een ontwikkeling is die van onderaf gestuurd wordt.

Dit model is in essentie een mechanisch model en het laat allerlei belangrijke vragen onbeantwoord. Sommigen zouden zelfs zeggen dat het verstandig is om ze onbeantwoord te laten met als argument dat geen enkele verklaring de essentiële mysterie van dingen kan wegnemen, en zeker niet het mysterie van bewustzijn en van het zelf. Door zich in te laten met dit mysterie komt soms een ander, heel verschillend model te voorschijn. Volgens deze manier van denken, wordt evolutie niet zozeer gestuurd van onderaf maar van bovenaf. Natuurlijk, over het algemeen gesproken zijn zulke gedachten het terrein van religie, die meestal een vitalistisch of teleologisch perspectief op het gehele principe van evolutie heeft. Het feit dat evolutie begint te reflecteren op zijn eigen werking wijst erop dat het een proces van vooruitgang is, en dat het tot op zekere hoogte van bovenaf of van buiten gestuurd wordt. Dat wil zeggen, dat wanneer vooruitgang wordt waargenomen binnen het proces van evolutie, er vanuit gegaan wordt dat deze vooruitgang plaats vindt in relatie tot het een identificeerbaar doel, waarde, of principe boven of voorbij dat hele proces.

Geen van deze modellen zijn op zich bevredigend, maar ze hoeven niet tegenover elkaar geplaatst te worden. Als je niet al te rigide bent over het ene of het andere model en het ook niet al te letterlijk neemt, kan er van elk gezegd worden dat ze relevant zijn voor bepaalde aspecten binnen onze situatie. Aldus kunnen we, ook al is het aarzelend, onvoorziene stappen binnen de evolutieleer van Darwin zien als progressieve manifestaties in de tijd van een

absolute, transcendentale realiteit waarvan de specifieke aanwezigheid het ontstaan mogelijk maakt van de ene nieuwe kwaliteit en eigenschap na de ander, in dat proces van evolutie. Er is dus niet zo iets – althans vanuit een boeddhistisch perspectief - als een voorbestemd groot plan dat achter het gehele proces van evolutie schuil gaat, maar we kunnen misschien zeggen dat deze absolute realiteit een soort reservoir is waaruit evolutie, en dan in het bijzonder de menselijke evolutie, voortdurend put.

Het doel van het inbrengen van evolutie binnen een discussie over boeddhisme is niet zo zeer bedoeld om evolutie in spirituele termen te verklaren maar meer om het idee van evolutie te gebruiken om licht te werpen op de spirituele ontwikkeling van het individu. Het gaat er niet om louter iets wetenschappelijks, historisch of zelfs religieus te suggereren. Het is een manier om een proces in onszelf als individuen te beschrijven. Het gaat om onszelf als voortdurend groeiende - *evoluerende* - wezens, als wezens die inderdaad in staat zijn zich oneindig te ontwikkelen.

Als eerste kunnen we terugkijken op hoe we geëvolueerd zijn. We zijn het product van miljarden jaren van kosmische evolutie, van ongeveer een half miljoen jaar menselijke evolutie en van tien duizenden jaren culturele evolutie. Biologisch gesproken zijn we geleidelijk ontstaan uit lagere, eenvoudige vormen van leven, en antropologisch gezien zijn we geleidelijk geëvolueerd van wreedheden en barbarisme naar beschaafdheid en cultuur, terwijl we ons psychologisch gezien ontwikkeld hebben van onbewust zijn naar eenvoudig bewustzijn, en van eenvoudig bewust zijn naar de rudimentaire beginselen van zelfbewustzijn. Ten tweede kunnen we vooruitkijken naar datgene waarnaar we ons ontwikkelen - niet als een groep, niet als een soort, maar als individuen. De scheidslijn tussen deze twee vormen van ontwikkeling is zelfbewustzijn, of gewaar zijn.

We staan dus op dit keerpunt. Als mensen op hun best zijn - verantwoordelijk, gewaar, intelligent, gevoelig - staan ze op dit keerpunt, het punt waarop een hogere evolutie ontstaat uit een lagere evolutie. Helaas zijn we in staat om ver onder dit punt te zakken,

maar ook om er ver bovenuit te rijzen. Graag zien we onszelf als wezens die volledig menselijke levens leiden, maar, eerlijk is eerlijk, meestal zijn we geneigd tot vastgeroeste dierlijkheid – ons groeps-gewaarzijn – die slechts bij vlagen verlicht wordt door individueel zelf-gewaarzijn. Met andere woorden, echt mens-zijn is een prestatie en niet iets waarmee we geboren worden.

Dit ontkent op geen enkele manier ons mens-zijn wat we gemeen hebben met elkaar. Het herinnert ons eraan wat het betekent om mens te zijn, en wat ons onderscheidt van de lagere evolutie. De hogere evolutie is de evolutie van ons mens-zijn, dat altijd een doorgaand proces dient te zijn. De vrijheid die we verwerven op grond van ons zelf-gewaarzijn geeft ons per definitie de vrijheid om ons aan die vrijheid over te geven. Maar we zijn als individuen ook in staat om voort te bouwen op dat elementaire niveau van menselijkheid. We zijn in staat om te evolueren voorbij het punt van zelf-gewaarzijn naar een ander cruciaal punt. Dit is waar transcendentaal gewaarzijn - direct gewaar zijn van de realiteit - ontstaat. En dit gewaarzijn stuwt ons zelfs verder, naar wat boeddhisten Verlichting noemen. Zo kunnen we zien dat boeddhisme geen religie is in de conventionele en ontwaarde betekenis van het woord, maar dat het een pad van de hogere evolutie is, wanneer mensen zich zelf bewust worden van het volledige evolutionaire proces.

De Russische schrijver Vladimir Nabokov antwoordde het volgende toen hem gevraagd werd wat ons van dieren onderscheidt:

Gewaar zijn van gewaarzijn van zijn. Met andere woorden, als ik niet alleen weet dat ik ben maar ook weet dat ik het weet, dan behoor ik tot het menselijke ras. Al het andere komt hier uit voort: de pracht van het denken, poëzie, een visie van het universum. Vanuit dit opzicht is de afstand tussen aap en mens oneindig veel groter dan die tussen amoebe en aap. Het verschil tussen het geheugen van een aap en het menselijk geheugen is het verschil tussen het 'en-teken' en de bibliotheek van het Britse museum.[xlviii]

Ook al is er enige continuïteit in de ontwikkeling van de lagere evolutie naar de hogere evolutie, toch is er een cruciale onderbreking. De lagere evolutie is collectief: een mutatie moet door een hele groep van organismen gedeeld worden voordat er gezegd kan worden dat er een nieuwe soort is ontwikkeld. Daar staat tegenover dat de hogere evolutie door het individu wordt gedragen, omdat het groeipunt de ontwikkeling van zelfbewustzijn is, gewaar zijn, aandachtigheid. In de mate dat er gewaar zijn is, is er hogere evolutie, en vice versa. Wanneer je een knop ziet aan de kale tak van een boom, weet je dat er vroeg of laat een blad komt, en zelfs een bloem. Op dezelfde manier weet je dat, als je in het leven van iemand een vonk van gewaar zijn ziet, je er zeker van kunt zijn dat hij of zij, vroeg of laat, zich voorbij dat niveau van gewaar zijn zal ontwikkelen.

Als resultaat van het ontwikkelen van gewaar zijn kan één enkel individu uiteindelijk kwaliteiten ontwikkelen die verschillen van welke menselijke kwaliteiten dan ook, niet alleen de mate waarin maar ook het soort kwaliteiten. Hij of zij kan een geheel nieuw soort wezen worden - wat de boeddhistische traditie een Boeddha noemt, een Verlichte. Het is belangrijk om te begrijpen dat het ware doel van elke universele religie (welke duidelijk verschilt van etnische of stammen religies) is om zulke mensen te creëren, en dat zij niet alleen maar hetzelfde oude ding zijn in een nieuw jasje en in een verbeterde editie, maar een geheel nieuw soort wezen, een, bij wijze van spreken, verse ‘meta-biologische’ mutatie.

De hogere evolutie is een zaak van het individu en we moeten er niet aan denken in algemene, maar in specifieke, zelfs in persoonlijke termen. Nu we naar het uitgebreide proces van de evolutie gekeken hebben als door een telescoop, moeten we voor hetzelfde onderwerp een microscoop nemen en onderzoeken hoe het individu geleidelijk ontstaat of zich ontwikkelt. Feitelijk leggen we onszelf onder de microscoop.

Mensen bestaan ruwweg uit de volgende tweedeling: het fysieke lichaam en de geest of bewustzijn. Het lichaam behoort tot de lagere evolutie. We hebben dit prachtige lichaam geërfd van een lange lijn

van dierlijke voorouders, die teruggaat tot verre en donkere tijden. Wat de geest betreft - nou, het zou alles netjes bij elkaar brengen als we konden zeggen dat de menselijke geest hoofdzakelijk tot de hogere evolutie behoort. Maar dat kunnen we niet doen. Aristoteles definieerde de mens als een rationeel dier, maar gewoon rationeel bewustzijn is op zich niet genoeg om boven de lagere evolutie uit te stijgen. Sommige van de hoger ontwikkelde zoogdieren bezitten inderdaad, zij het heel rudimentair, wat we 'de rede' zouden kunnen noemen. Het enige dat we kunnen zeggen is dat de menselijke geest het *potentieel* heeft om zich te begeven op het pad van de hogere evolutie. De ontwikkeling van beide krachten, zowel de fysieke als de mentale, wordt ernstig beperkt door onze evolutionaire genetische erfenis. Maar in de geest ligt de mogelijkheid tot voortdurende ontwikkeling, wat ik hier de hogere evolutie noem. Op een bepaalde manier zijn we meer geest dan lichaam; en als onze toekomst ergens ligt, dan ligt het in de geest. Met andere woorden, de toekomstige evolutie van de mensheid zal hoofdzakelijk, zo niet exclusief, psychologisch en spiritueel zijn.

Voordat we de fases van ontwikkeling van het bewustzijn beschrijven, is het passend om te definiëren wat we met bewustzijn bedoelen. Men moet helaas meteen toegeven dat elke definitie tautologisch van aard zal zijn. Hier is een poging van een woordenboek om een definitie van bewustzijn te geven: 'een karakter, dat tot bepaalde processen of gebeurtenissen in levende organismen behoort, welke beschouwd dient te worden als uniek en daarom als ondefinieerbaar in termen van iets anders, maar wat misschien het beste omschreven kan worden als een zienswijze van deze processen of gebeurtenissen van binnen uit'. Het individu is als het ware binnenin datgene wat er gebeurt - dat is ongeveer zover als we bij een beschrijving, zo niet een definitie, van bewustzijn kunnen komen. Bewustzijn is daarom synoniem met gewaar zijn, wat dat ook mag zijn.

De moeilijkheid waarmee we geconfronteerd worden is het onderscheiden van opeenvolgende fases in de ontwikkeling van iets wat uniek en ondefinieerbaar is. Als bewustzijn op een bepaald moment uniek en ondefinieerbaar is, dan geldt hetzelfde voor elk

ander moment. Hoe kan één uniek en ondefinieerbaar iets onderscheiden worden van iets anders?

De moeilijkheid is meer schijnbaar dan werkelijkheid. Bewustzijn is omschreven als ‘een zienswijze van bepaalde processen of gebeurtenissen in het levende organisme’. Daar waar een zienswijze is, is dus duidelijk iets dat gezien wordt. De fases van ontwikkeling waar bewustzijn doorheen gaat, kunnen daarom onderscheiden worden op basis van hun respectievelijke objecten. Als we dit doen kunnen we vier soorten of niveaus van bewustzijn onderscheiden: eenvoudig bewustzijn, zelfbewustzijn, transcendentaal bewustzijn en absoluut bewustzijn.[xlix]

Dit zijn voorlopige termen - andere zijn net zo goed denkbaar. Deze niveaus kunnen bijvoorbeeld ook zintuiglijk bewustzijn, subjectief bewustzijn, objectief bewustzijn en universeel bewustzijn genoemd worden.

Het eerste niveau - eenvoudig bewustzijn - is synoniem met zintuigelijke waarneming. Het bestaat uit gewaarwordingen die ontstaan door het contact tussen de zintuiglijke organen en de externe wereld. Dit is het niveau van bewustzijn dat we gemeen hebben met dieren. Het verbindt ons met het onmetelijke proces van biologische evolutie, een proces van bijna onvoorstelbare omvang, wat zich uitstrekt van het eenvoudigste eencellige organisme tot de wonderbaarlijke gecompliceerdheid van onze biologische functies als primaten.

Het tweede niveau - zelfbewustzijn - is niet alleen een kwestie van waarnemen, of van bevatten (door het cognitieve zintuig). Je neemt waar dat je waarneemt. Je bent gewaar dat je gewaar bent. Je ervaart niet alleen sensaties, gevoelens, emoties, gedachten en willen, enzovoort. Je ervaart zelf dat je ze ervaart. Je bent niet alleen gewaar van wat er door je zintuigen tot je komt, je bent ook in staat om er als het ware van een afstand naar te kijken, en gewaar te zijn dat je gewaar bent van de dingen die je waarneemt, in plaats van er als het ware in ondergedompeld te worden en je ermee te identificeren.

Het is deze wederkerende vorm van bewustzijn – namelijk een bewustzijn dat omkijkt naar zichzelf – dat ons mens-zijn het meest typeert. Het verbindt ons met de tienduizenden jaren waarin zelf-reflecterend bewustzijn ons geleidelijk aan toegestaan heeft om onszelf te onderscheiden van de rest van de dierenwereld. Hier bevinden we ons in de ware menselijke wereld, de wereld zoals die in de cognitieve en sociale wetenschappen wordt verkend. Dit is het hoogtepunt van de lagere evolutie en het begin van de hogere evolutie. Het is een keerpunt tussen deze twee in en is zodoende van cruciaal belang. Dit is echter niet alles waartoe we in staat zijn: we kunnen zelfs nog verder gaan.

Met de ontwikkeling van volledig zelfbewustzijn zien we onszelf zoals we werkelijk zijn. Met de ontwikkeling van het derde niveau, transcendentaal bewustzijn, zien we de wereld zoals die werkelijk is. Op dit niveau komen filosofie en religie tot hun recht. Hier maken we een bepaalde connectie met de aard van de werkelijkheid, met als hoogtepunt een ervaring van transcendentaal gewaar zijn. Dit is een gewaar zijn van de hogere spirituele werkelijkheid die zowel onszelf als het geconditioneerde bestaan omvat - het gehele evolutionaire proces. Het wordt als transcendentaal beschreven omdat hiermee het onderscheid tussen subject en object overstegen wordt.

In dit stadium wordt een object nog steeds als een object waargenomen. Het is alsof de 'lijn' waar subject en object elkaar ontmoeten en van elkaar gescheiden worden, wordt vervangen door een scheurtje - die zich kan verwijden tot een duidelijke kloof – waar doorheen het licht van absoluut of universeel bewustzijn schijnt. Wat begint als een kleine flikkerende lichtbundel, wordt de flits van inzicht waarin we het licht van het transcendentale waarnemen. En dit licht waar we het transcendentale in zien, is ook het licht waar het transcendentale ons in ziet. Met andere woorden, het gewaar zijn of het bewustzijn waardoor we het transcendentale kennen, is identiek aan het gewaar zijn of het bewustzijn waarmee het transcendentale ons kent.[1]

Het vierde niveau van absoluut of universeel bewustzijn is de geleidelijke bloei tot Boeddhaschap vanuit die ervaring van

transcendentaal bewustzijn. Het is de bevrijding uit de gehele cyclus van leven en dood als mens. Het kan dan ook bovenmenselijk niveau genoemd worden. De scheur verbreedt zich tot een spleet, en de spleet wordt steeds maar groter, breidt zich als het ware oneindig uit. Op deze manier wordt het bewustzijn één met zijn object, en dat is oneindig. Subject en object verdwijnen volledig. En dan zijn er geen woorden meer.

De praktische realiteit van hoe bewustzijn zich ontwikkelt - voorbij de stadia van de lagere evolutie - is duidelijk meer gevarieerd en onzeker dan deze opsomming kan suggereren. Er zijn allerlei soorten tussenliggende fases in de evolutie van het bewustzijn. Ik heb de vier voornaamste beschreven om een heldere, uitvoerige en eenvoudige samenvatting over het onderwerp te kunnen geven.

Er wordt gesuggereerd dat het proces van de menselijke zwangerschap in negen maanden de honderden miljoenen jaren van evolutie in het kort herhaalt die ten grondslag liggen aan de mensheid als geheel. Het kind herhaalt ook in zijn of haar vroege jaren in het kort de evolutie van bewustzijn, van eenvoudig bewustzijn tot zelfbewustzijn, van dierlijke tot primitieve menselijkheid. Bij de geboorte is het kind een dier met enkel dierlijke behoeften. Maar in ongeveer drie jaar tijd ontwikkelt hij of zij verstand, geheugen en taal en een rudimentair zelfbewustzijn dat deze vaardigheden reflecteert en voedt.

De ontwikkeling vertraagt echter dramatisch gedurende deze eerste drie jaar. In de baarmoeder doorkruisen we het equivalent van honderden miljoenen jaren. Vervolgens leggen we slechts een paar miljoen jaren van evolutie af tijdens de eerste drie levensjaren. En daarna is er praktisch geen enkele ontwikkeling meer in vergelijking met de duizelingwekkende ontwikkeling die in deze eerste jaren plaatsvindt. In de resterende jaren die overblijven, leren we lezen en schrijven, we vergaren kennis - zelfs heel veel; misschien leren we schilderen of piano spelen, en we leren bijna zeker auto rijden. Anders gezegd herhalen we in het kort, min of meer vluchtig, de geschiedenis van de beschaving. Maar in termen van bewustzijn

blijven we gedurende ons leven min of meer op de leeftijd van drie jaar steken.

Hoe komt dit? Waarom stoppen we op dit punt van rudimentair zelfbewustzijn? De reden ligt in het onderscheid tussen de lagere evolutie, wat een collectief proces is, en de hogere evolutie, wat een individuele verwezenlijking is. De hogere evolutie kan niet even in het kort herhaald worden zoals de lagere evolutie in het kort wordt herhaald in de ontwikkeling van de foetus. Je kunt eenvoudig bewustzijn van je ouders erven, maar geen zelfbewustzijn – laat staan transcendentaal bewustzijn. Zelfs als je het geluk zou hebben om ouders te hebben die begiftigd zijn met transcendentaal bewustzijn, dan nog moet je zelf van voren af aan beginnen. Het goede nieuws is dat het pad van de hogere evolutie binnen de grenzen van één enkel menselijk leven doorlopen kan worden.

De lagere evolutie brengt ons naar het punt van rudimentair zelfbewustzijn, en laat ons daar achter. Vanaf dat punt is onze ontwikkeling afhankelijk van onze bewuste inspanning. Zonder dat is er geen verdere ontwikkeling mogelijk. Deze hachelijke situatie doet denken aan een andere cruciale periode in de evolutie, toen het leven de zee, waarin het was ontstaan, verliet en zich op het droge land begon te vestigen. Het tij spoelt zeebewoners op de kust die een vermogen ontwikkelen om een beperkt gebruik te maken van de condities op het land - misschien om hun eieren te leggen. Vervolgens, als het tij zich terugtrekt, laat het deze wezens achter op de kust, om zelf hun eigen weg te vinden. De zee kan niets meer bijdragen aan hun ontwikkeling. Onze hachelijke situatie lijkt daar een beetje op. Het leven heeft ons op de oever van zelfbewustzijn doen aanspoelen en heeft ons daar achtergelaten om voor ons zelf te zorgen. De gewone golven en stroming van evolutie kunnen niets meer voor ons doen. Van nu af aan is het aan ons, aan ieder individueel.

Daarom worden we geconfronteerd met een keuze - geen collectieve keuze, geen keuze voor ons als soort, maar een individuele keuze. Het confronteert jou en mij. Wij - d.w.z. jou en ik – kunnen òf stoppen waar we nu zijn òf verder gaan met het proces van evolutie.

En als we besluiten om door te gaan, zal de evolutie waar we aan beginnen één ding betekenen, namelijk de ontwikkeling van bewustzijn.

Als we bovendien het proces van evolutie voortzetten, kunnen we dat alleen maar doen op basis van onze eigen individuele vastberadenheid en inspanning. De natuur -zelfs moeder natuur - zal ons niet helpen. Een menselijk bestaan is - en per definitie moet het zo zijn - een strijd, zelfs een gevecht. Het lijkt soms alsof het leven maar wat voort dobbert, en we kunnen er zonder twijfel in mee dobberen. Sommige aspecten van het leven houden mogelijk een passief volgen van een heersende tendens in, maar dat geldt niet voor de hogere evolutie. Zelfontwikkeling - de ontwikkeling van bewustzijn tot een hoger niveau - is inderdaad een gevecht met heel wat tegenstribbelend materiaal.

Dit komt omdat de meesten van ons, als we er überhaupt over nadenken, meestal bij zelfontwikkeling denken aan lichamelijke of intellectuele ontwikkeling. We kunnen 's-ochtends wakker worden en denken: 'Vandaag ga ik iets aan mijn conditie doen' of 'Vandaag ga ik iets over boeddhisme lezen'. Maar hoe vaak bevatten onze aspiraties de doelstelling van het ontwikkelen van ons bewustzijn - zelfontwikkeling in de volledige en typische -voor-de-mens-kenmerkende betekenis van het woord? Als het antwoord is: ‘niet erg vaak, als we er überhaupt al over denken’ moeten we het feit onder ogen zien dat we er niet in slagen om een echt menselijk leven te leiden.

Men is niet verplicht om het pad van de hogere evolutie te volgen. De meeste mensen zijn zich in feite zelfs niet eens bewust van de mogelijkheid, en de meesten van diegene die het wel doen, nemen niet eens de moeite om profijt te halen uit gewaar zijn. Zelfs de bereidheid om met zo’n vraag bezig te zijn, plaatst je in een minderheidspositie. Elke minderheid bevindt zich in een moeilijke positie. De minderheid die aan het pad van de hogere evolutie begint, heeft de extra moeilijkheid dat het een pad is waar je gemakkelijk weer vanaf kan geraken.

De hogere evolutie is traditioneel gezien een zaak van de universele religies - d.w.z., de religies van het individu, de religies die zich niet alleen tot één specifieke etnische groep richten maar in principe tot alle mensen. Maar vandaag de dag is er weinig voordeel te halen bij het bezoeken van predikanten, priesters en moellahs voor begeleiding bij het ontwikkelen van diverse niveaus van bewustzijn. In de meeste delen van de wereld - inclusief de boeddhistische – zijn de universele religies hoofdzakelijk etnisch van aard geworden. Ze zijn deel van de gevestigde orde geworden en bieden dienstverlening aan de gemeenschap, meer niet. Waarschijnlijk vindt men meer aandacht voor de ontwikkeling van bewustzijn binnen de wereld van de kunsten en in sommige takken van de psychologie dan in meer conventionele pogingen om een spiritueel leven te leiden.

In de *Bhagavad Gita*, de geprezen en populaire Hindoe tekst, is een vers waarin Krishna (waarvan we kunnen zeggen dat hij absoluut bewustzijn belichaamt) de uitspraak doet dat uit duizend mensen er maar één is, die hem zoekt, en dat uit de duizend die hem zoeken, er maar één hem zal vinden.[li] Volgens Krishna zal het doel mogelijk maar door één op de miljoen worden bereikt - en dat is waarschijnlijk een royale schatting.

De *Dhammapada* zegt iets soortgelijks maar dan vanuit een minder dramatisch perspectief. De Boeddha zegt: ‘Het is moeilijk om de menselijke staat te verwerven. Het is moeilijk om de echte waarheid te horen. Het ontstaan van een Verlichte is moeilijk.’[lii] Vrij vertaald kunnen we zeggen dat het moeilijk is om echt mens te zijn - het is gemakkelijker om deze uitdaging uit de weg te gaan en te functioneren op een min of meer dierlijk niveau. Het is moeilijk om zelfbewustzijn te ontwikkelen, en nog moeilijker om transcendentaal bewustzijn te ontwikkelen. Het is moeilijk om een individu te zijn, om voortdurend een inspanning te leveren gewaar te zijn.

De moeilijkheid dient benadrukt te worden, niet om ons te ontmoedigen, maar om ons enige hoop op succes te geven. Zolang als we ons realiseren dat het een moeilijk proces is en die moeilijkheid ook serieus nemen, zullen we in staat om het te overwinnen. Maar als we onszelf niet toestaan te beseffen hoe

moeilijk het zal zijn, als we denken dat het gemakkelijk zal zijn, zullen we het niet redden.

Ook als we alles tegen schijnen te hebben en het doel erg ver weg lijkt, is onze directe taak duidelijk. Het gaat om het ontwikkelen van ons rudimentair zelfbewustzijn tot volledig zelfbewustzijn en ook om het derde niveau van bewustzijn te ontwikkelen, namelijk het transcendentale of objectieve bewustzijn. Alhoewel het derde niveau niet geperfectioneerd kan worden voordat het tweede volledig ontwikkeld is, ontwikkelen de twee zich nagenoeg tegelijkertijd. De volledige ontwikkeling van zelfbewustzijn vervolmaakt ons mens-zijn. De volledige ontwikkeling van het transcendentale bewustzijn maakt dat we de stroom betreden. Een Stroombetreder is iemand in wie de invloed van de hogere evolutie het wint van de lagere evolutie.

Het idee van de hogere evolutie is indrukwekkend en het zal al onze energie vragen. Als we ons ermee bezig willen houden - met de ontwikkeling van bewustzijn - moeten we ons er altijd en overal mee bezig houden. We kunnen niet de helft van onze tijd en energie eraan wijden. Het is alles of niets. Wat voor situatie we ook tegenkomen, wat voor ervaring we ook hebben, wat voor mogelijkheden zich ook aan ons voordoen, we moeten onszelf altijd afvragen: ‘Wat voor invloed heeft dit - direct of indirect - op het hogere doel dat ik mezelf heb gesteld?’ We moeten deze vraag stellen met betrekking tot ons werk, onze persoonlijke relaties, onze sociale, culturele, en sportactiviteiten, onze interesses - de boeken die we lezen, de muziek waar we naar luisteren, de films die we kijken. De vraag is altijd dezelfde: ‘Welk effect zal dit hebben op mijn ontwikkeling als mens?’

Door een religieus of zelfs spiritueel leven op de conventionele manier te leiden, zal onze voornaamste overweging niet noodzakelijkerwijs een positief effect hebben op onze ontwikkeling. Maar als we de ontwikkeling van bewustzijn de primaire motivatie maken bij alles wat we doen, zullen we zeker vooruitgang boeken. En als we dat niet doen - nou, dan zullen we geen vooruitgang boeken.

Hoofdstuk 10: Het geïntegreerde individu

Van nature heeft iedereen het verlangen om te veranderen, te groeien, te ontwikkelen. Dat is wat het betekent om een mens te zijn. En toch is, zoals we gezien hebben, de evolutie van bewustzijn geen automatisch proces. Zoals iedereen die het verlangen heeft gehad om te veranderen wel weet, is het moeilijk om de inspanning te blijven leveren. Hoe geïnspireerd we soms ook zijn, toch merken we maar al te vaak dat het bijna onmogelijk is om die inspiratie vast te houden, of om het te vertalen in een consequente inspanning om een groter gewaar zijn te ontwikkelen.

Hoe komt dat? De reden is dat we niet zozeer één 'zelf' zijn maar veeleer een reeks 'zelven', misschien zelfs een bundel 'zelven'. We vormen geen eenheid, maar bestaan uit een aantal zelven die strijden om de baas te mogen zijn. En er is er slechts één op elk moment de baas. Dit verklaart waarom we zo vaak falen om te doen wat we van plan waren te doen. De aanname achter een besluit om in de morgen vroeg op te staan bijvoorbeeld is dat de persoon die dit besluit neemt en de persoon die het zal uitvoeren een en dezelfde zijn. Wanneer we wakker worden, zullen we al snel merken dat gedurende de nacht een ander 'zelf' operationeel is geworden, een 'zelf' die niet de intentie heeft om op te staan maar het prettiger vindt om uit te slapen. Daar liggen we dan, ons vaag bewust van het besluit dat we de avond ervoor hebben genomen, en ons afvragend wat ermee gebeurd is.

Een individu worden is daarom een proces van integratie. Op de één of andere manier moeten we een manier vinden om de verschillende zelven die in ons zitten te verenigen, om ons totale wezen te integreren, bewust en onbewust, intellectueel en emotioneel. Naast deze integratie, die we 'horizontale' integratie kunnen noemen, is echter ook de noodzaak tot 'verticale' integratie: een integratie met ons eigen niet gerealiseerde, hogere potentieel. Dit wordt bereikt

door onszelf toe te staan om onze hoogtes en onze dieptes te ervaren. Door in deze termen over het leven als boeddhist te denken, kunnen we zien dat het toewijden aan het naleven van ethische principes ons kan helpen om op zo'n manier te leven dat we menen wat we zeggen en doen wat we van plan zijn te doen. Met andere woorden: we ontwikkelen integriteit. De traditionele boeddhistische beoefening van gewaar zijn in al zijn vormen helpt bij het integreren van onze vele 'zelven' omdat we de inspanning leveren om voortdurend gewaar te zijn tijdens de activiteiten van ons dagelijks leven. Meditatie kan beschreven worden als een directe methode om onszelf te integreren. Ten eerste veroorzaakt het horizontale integratie doordat onze verstrooide zelven langzaam bij elkaar gebracht worden door ons te focussen op het object van concentratie. Vervolgens kunnen we, op basis van die horizontale integratie, ons gaan bezighouden met het proces van verticale integratie door in meditatie te reflecteren op in toenemende mate hogere waarheden en die ook te ervaren. Devotionele oefeningen en dharma studie helpen ons ook om in de richting van deze vorm van verticale integratie te komen.

Maar zelfs wanneer we de noodzaak begrepen hebben om gewaar zijn in elk opzicht te ontwikkelen en misschien een begin gemaakt hebben met dergelijke methoden te ontwikkelen, is het nog steeds niet zeker dat we het op de juiste manier zullen ontwikkelen. Het gevaar bestaat dat we in plaats daarvan, wat ik vervreemd gewaar zijn noem, zullen ontwikkelen. In een tijdperk van verandering, wanneer er geen stabiele, universeel geaccepteerde waarden meer zijn waarop we ons leven kunnen baseren, verliezen veel mensen elk degelijk gevoel van identiteit. Voor veel mensen is het de kop indrukken van hun lichamelijke sensaties, in het bijzonder de seksuele, een sterke conditionering en ook het verdringen van negatieve emoties, om te voelen wat ze zouden moeten voelen in plaats van wat ze echt voelen. Dus om diverse redenen vinden velen van ons het onmogelijk, of voelen er niets voor, om onszelf te ervaren, in het bijzonder onze gevoelens en emoties. Het gevolg hiervan is dat, wanneer we proberen om gewaar zijn te ontwikkelen, we ons gewaar worden van onszelf zonder het echt te ervaren. We zijn dan eigenlijk gewaar van een ervaring van onszelf die er niet is.

Dit nalaten om onszelf te ervaren is rampzalig omdat het de neiging heeft om een scheiding te creëren tussen het bewuste en het onbewuste, tussen dat deel van onszelf dat we onszelf voortdurend toestaan te ervaren, en dat deel waarvan we er onbewust voor gekozen hebben om het niet te ervaren en dat we daarom alleen bij tussenpozen en gedeeltelijk ervaren, of helemaal niet.

Maar weigeren om een bepaald deel van onszelf te ervaren betekent niet dat dat specifieke deel niet langer bestaat. Misschien is dat deel dan wel niet erkend, het is nog steeds erg levend en niet alleen levend, maar het laat zich ook horen. Op de één of andere manier zal het zich doen gelden, onder het mom van een bepaalde stemming. Opeens voelen we ons depressief, of boos, of angstig. De stemming lijkt bezit van ons te nemen, en we weten niet echt waarom. We zeggen zelfs soms, 'ik voel me niet echt mezelf vandaag', of, 'ik weet niet wat er vandaag met me aan de hand is', bijna alsof we voelen dat we iemand anders zijn zolang de stemming aanhoudt.

Helaas is die pijnlijke staat van vervreemd gewaar zijn in het verleden soms verergerd door bepaalde oosterse spirituele leraren die allerlei dingen beweerd hebben die geen rekening hielden met de verschillen tussen de moderne westerse mentaliteit en de traditionele oosterse manier van dingen zien. Boeddhistische leraren bijvoorbeeld, en velen van hun westerse discipelen, staan erom bekend te beweren dat we geen zelf hebben, of dat het zelf een illusie is, en ze laten zich daarbij voorstaan op de autoriteit van de Boeddha en zijn leer van *anatta*. Ondertussen zullen Hindoeïstische leraren vertellen dat je niet het lichaam bent, dat je niet de geest bent, dat je niet je gevoelens of emoties of gedachten bent; dat je in feite God bent.

Echt gewaar zijn, geïntegreerd gewaar zijn, ontwikkel je door te leren jezelf meer volledig te ervaren, door meer gewaar te zijn van de ervaringen in je fysieke lichaam, en van je gevoelens en emoties, in het bijzonder die gevoelens waarvan je graag denkt dat je ze niet ervaart. Eén van de fundamentele en erg belangrijke functies van de sangha is om een veilige omgeving te creëren waarin we onszelf aan anderen kunnen laten zien - waarin onze ervaringen erkend worden

door anderen - en we geleidelijk leren om ze zelf ook meer en meer te erkennen.

De sangha speelt ook een grote rol bij het helpen om ons gewaar te worden van wat er gebeurt. Het is blijkbaar erg moeilijk voor ons te herkennen of er aspecten zijn in onze ervaring die we onszelf niet toestaan om gewaar van te zijn, omdat het probleem een gebrek aan gewaar zijn zelf is. Maar onze spirituele vrienden kunnen veel beter dan wijzelf zien wat er aan de hand is en zullen manieren vinden – vriendelijke en sympathieke manieren – om onze aandacht erop te vestigen. En natuurlijk kunnen wij hetzelfde voor hen doen.

Dit alles roept onvermijdelijk bepaalde vragen op. Als gewaar zijn een kwestie is van jezelf ervaren, hoe moet de term ‘jezelf’ dan begrepen worden? Is het zelf identiek met bewustzijn? Wat is de relatie tussen het zelf en individualiteit? Zijn dat twee dingen of één en hetzelfde? En dan, wat is persoonlijkheid - en hoe zit het met het ego? Er is over al deze onderwerpen in de spirituele tradities al veel gezegd, en ook in de context van filosofie, zowel vroeger als nu, en in de moderne psychologie. Het zijn variaties op de meest fundamentele vraag, 'wie ben ik?'

Ik stel niet voor om in deze context een discussie te beginnen over de aard van het zelf, hoe interessant en belangrijk het onderwerp ook is. Ik wil hier alleen nog een eenvoudige opmerking maken over terminologie. Al deze termen - zelf, individu, persoonlijkheid, ego – worden nogal vrijelijk gebruikt, maar wat ze precies betekenen maakt veel uit. Vragen zoals: ‘wat is het zelf?’ zijn niet alleen een kwestie van semantiek, niet alleen een kwestie van muggenzifterij over woorden. Het zijn eerder semantische vragen en de betekenis van woorden is nu eenmaal van groot praktisch belang, zelfs in het spirituele leven.

Niemand minder dan Confucius getuigde van de waarde van de betekenisleer. In het China van toen (komt ongeveer overeen met de tijd waarin de Boeddha leefde) waren er honderden, zelfs duizenden kleine staten. Iedere staat werd geregeerd door een prins of een hertog. Sommige werden vanzelfsprekend beter bestuurd dan

andere, en dat gaf aanleiding tot bepaalde speculaties en tot het raadplegen van wijsgeren door de meer filosofische leiders over hoe je het beste de staat kunt hervormen. Confucius werd eens gevraagd: 'Als je de ideale staat wilt creëren, wat is dan het eerste waar je voor moet zorgen?' (Natuurlijk hebben ook westerse wijsgeren zoals Plato en Thomas More zich over dezelfde vraag gebogen.) Men kan zich gemakkelijk het soort zaken voorstellen waar de meeste mensen dan aan denken: defensie, inkomsten, landbouw, educatie, wetgeving – zelfs, in het zelfde rijtje, religie of cultuur. Maar Confucius antwoordde: 'de gelijkrichting van woorden'.[liii] Dit komt als eerste. Je moet beginnen met nauwkeurig zijn in wat je zegt, door je woorden te definiëren. Als je dit doet, zullen instructies ondubbelzinnig zijn en handelingen onmiskenbaar.

Dit advies is niet alleen relevant voor de hervorming van de staat, maar ook als we onszelf willen hervormen. En het advies van Confucius is in het bijzonder relevant voor ons in het huidige Westen. Er is zoveel advies waaruit we kunnen kiezen. Er zijn zoveel spirituele leraren en ze gebruiken allemaal dezelfde soort taal - maar ze gebruiken het om nogal tegenstrijdig advies te geven. Eén van hen zegt misschien dat je jezelf moet afvragen: 'Wie ben ik?' Niets meer dan dat. Als je praat, vraag dan jezelf af: 'Wie praat er?' Als je luistert, vraag jezelf af: 'Wie luistert er?' Als je denkt, vraag dan: 'Wie denkt er?' Als je iets ervaart, maak je dan niet druk over het object, houd je alleen bezig met het subject. Vraag jezelf af: 'Wie ervaart dit?' Het gaat erom dat je deze vragen gewoon keer op keer in je geest rond laat gaan.

Maar een andere leraar met dezelfde autoriteit kan zeggen: 'Nee, geef elke gedachte over het zelf op. Het is pure illusie.' Als we onszelf af gaan vragen: 'Wie ben ik?' dan ontstaan allerlei problemen. Weer een andere autoriteit zegt misschien: 'Realiseer het grote zelf, zie dat jouw ware zelf God is, dat jij dat grote zelf bent dat God is.' En iemand anders zal er opstaan dat je met beide benen op de grond moet staan en wat van je leven moet maken, dat je jezelf moet zijn, je eigen persoonlijkheid moet ontwikkelen, je eigen dingen moet doen, jezelf helemaal vanaf de basis moet ontwikkelen. Maar dan zal iemand anders zeggen: 'Nee, je moet het ego bij de

wortel aanpakken en indien nodig opblazen.' Een welbekende Britse boeddhist zei eens in een lezing dat je grote bloedende stukken van het zelf moet afkappen om je lading te verlichten zodat je spiritueel kunt opstijgen.

Op deze manier kunnen we in verwarring geraken over een zeer fundamentele kwestie. We weten niet wie we moeten geloven, en daarom weten we niet wat we moeten doen met het meest essentiële en tegelijkertijd het meest rudimentaire deel van onze ervaring. Als we dit willen aanpakken, ontdekken we dat we ons alleen maar vaag gewaar zijn dat er iets is, en we noemen dat het 'ik' en het 'mij'. Hoe je het ook wilt noemen, we zijn vaak redelijk duidelijk over het feit dat er iets is. En het lijkt erop dat dit iets dat we 'ik' of 'mij' noemen hetzelfde iets is waarnaar termen als 'ego', 'zelf', etc. verwijzen. Maar wat is dat iets waar al onze ervaringen omheen staan te dansen? En wat moeten we eraan doen? We kunnen ontdekken dat er hierover geen duidelijke consensus lijkt te zijn. Maar de ervaring van 'mij' of 'ik' is ongetwijfeld daar, zelfs al zou het er niet behoren te zijn. Zelfs als we onszelf vertellen dat we alleen maar *denken* dat het er is, dat het niet echt bestaat, is de gedachte er nog steeds, hoe verward die ook mag zijn. Als we echt verward willen raken kunnen we zelfs in het denken vervallen dat we alleen maar denken dat we denken dat het er is (d.w.z. dat onze gedachten eenvoudigweg hun eigen staarten najagen).

Maar dan nog blijft de praktische vraag bestaan: wat doen we met dat iets dat we 'ik' noemen (of met de gedachte aan 'ik', want dat komt op hetzelfde neer)? Moeten we het cultiveren, verfijnen, idealiseren of verwerpen? En als we het gaan verwerpen, moeten we het dan met wortel en al uittrekken, of het negeren, het ondermijnen? Of moeten wij er gewoon op een vriendelijke en standvastige manier naar kijken totdat we zien dat het er niet echt is? Tenzij we deze kwestie regelen, is ons spirituele leven min of meer tot stilstand gekomen.

Ik ben zo vrij om voor te stellen dat de politieke oplossing van Confucius - de gelijkrichting van woorden - op deze spirituele impasse toegepast kan worden. Woorden zoals zelf, persoon,

individu en ego hebben allemaal een wat ambivalente betekenis. Elk van deze betekenissen dient òf ontwikkeld òf uitgebannen te worden, afhankelijk van de betekenis waarin het woord wordt gebruikt. In feite kunnen we deze ambivalente betekenissen in afzonderlijke woorden uitdrukken, zodat we duidelijker kunnen identificeren wat er ontwikkeld en wat er uitgebannen moet worden. Op deze manier komen we dan tot termen als ware individualiteit en valse individualiteit, het hogere zelf en het lagere zelf, de persoon en de persoonlijkheid, ego gericht zijn en egocentrisch zijn.

Maar wat dient als basis voor het onderscheid tussen de positieve en negatieve interpretaties van deze woorden? Als we teruggaan naar de vraag van vervreemd gewaar zijn, zullen we zien dat het ontstaat doordat we niet in staat zijn onszelf te ervaren, in het bijzonder onze gevoelens en emoties, en dan met name onze negatieve gevoelens en negatieve emoties.

Uit praktisch oogpunt hoeven we onszelf niet bezig te houden met de realiteit of anderszins met het zelf of het individu in welke metafysische betekenis dan ook. We zijn zelf gewaar en het lijdt geen twijfel dat dit onze ervaring is. De taak die voor ons ligt is het verhelderen en versterken van die ervaring van zelf gewaar zijn, om het hogere zelf, ware individualiteit en ego-gerichtheid te cultiveren en tot volledige integratie te komen.

Dit dan is de basis voor het onderscheid tussen het negatieve en positieve gebruik van de woorden: zelf, individualiteit, persoon en ego. Het heeft te maken met de mate van integratie of eenwording waarnaar ze verwijzen. Ware individualiteit is geïntegreerd, kunstmatige individualiteit is dat niet. Het ene moet ontwikkeld worden, het andere moeten we zien kwijt te raken. Hetzelfde geldt voor het hogere zelf en het lagere zelf, persoon en persoonlijkheid, ego-gerichtheid en egocentrisme. De eerste van elk van deze woorden verwijst naar de ervaring die we door spirituele beoefening proberen te ontwikkelen: een geïntegreerde ervaring van ‘ik’ of ‘mij’. Jung geeft dit goed aan in de volgende definitie van het zelf (samengevat door een van zijn leerlingen): ‘Per definitie omvat het zelf het volledige gebied van een persoonlijkheid, van zijn meest

individuele eigenschappen tot zijn meest algemene houdingen en ervaringen, zowel feitelijk als potentieel. Vandaar dat het de bestaande persoonlijkheid overstijgt. Het archetype van heelheid, of van het zelf, kan daarom beschouwd worden als dominant bij psychische groei.' [liv] We bereiken deze ervaring door het ontdekken en erkennen van welk aspect van onszelf dan ook, dat we geprobeerd hebben te ontkennen, en onszelf toestaan om dit opnieuw te ervaren.

Dit is wat er voor nodig is om een waar individu te worden. Maar je kunt jezelf afvragen of het wel zo’n goed iets is om een individu te worden? Hoe strookt het idee van de ontwikkeling van individualiteit met de belangrijke *anatta* (geen zelf) doctrine van de Boeddha, of met het algemene idee dat een waar spiritueel leven betekent dat men tot op zekere hoogte ‘zelf-loos’ wordt?

De leer van Boeddha over *anatta* is de blijkbaar categorische ontkenning dat er zoiets als een zelf bestaat. Toen ik in Benares Pali, Abhidhamma en boeddhistische logica studeerde, genoot mijn leraar ervan om erop te wijzen dat het woord *anatta (anatman* in het Sanskriet) een samengestelde uitdrukking is, samengesteld uit de woorden *atta (atman)* dat meestal vertaald wordt met ‘zelf’, en het voorvoegsel *an*, dat ‘nee’ of ‘niet’ betekent. Verder zei hij dat, wanneer je de betekenis van de gehele uitdrukking wilde begrijpen, je dat alleen maar kon nadat je de mening van *atta* had begrepen. Je kunt de waarheid van geen zelf niet realiseren tenzij je eerst enig idee hebt wat er bedoeld wordt met 'zelf'. Dit ligt misschien voor de hand, maar het was blijkbaar niet voor iedereen duidelijk. Sommige Theravada-monniken waren boos om deze zienswijze, die hun als volledig ketters voorkwam.

Maar hij had helemaal gelijk. Je kunt niet begrijpen wat er bedoeld wordt met geen zelf tenzij je weet welk specifiek begrip van het zelf wordt ontkend door dat voorvoegsel. Uit de verschillende contexten waarin het woord *anatta* voorkomt in de boeddhistische geschriften is duidelijk dat de Boeddha er veel aan was gelegen om het idee van een blijvend onveranderlijk zelf, dat de brahmanen erop na hielden, te ontkennen (een idee dat heel gangbaar was in die tijd). Hij onderrichtte niet dat onze ervaring van onszelf een volledige en

volslagen illusie is en dat we hier in de realiteit helemaal niet bestaan. Hij onderrichtte dat het empirische zelf, de psyche, geen vaste entiteit is, dat het voortdurend verandert, en dat het, omdat het voortdurend verandert, zich ook kan ontwikkelen. Alles wat we weten, ervaren en benoemen als het zelf, is in een staat van voortdurende verandering - dit is wat er bedoeld wordt met *anatta*. Het doel van de leer van *anatta* is geheel praktisch. Het moet niet gezien worden als een metafysische bewering, maar als een middel om het pad naar verlichting helder te houden. Alleen als we begrijpen, niet enkel met ons intellect maar diep in ons hart, dat er in het centrum van onze ervaring niets vaststaand is, kunnen we evolueren.

Hoofdstuk 11: Het overwinnen van het zelf

Mijn voornaamste doel in het naar voren brengen van mijn eigen favoriete moderne westerse filosoof in deze context is om een concept vanuit zijn denken te introduceren dat de bepalende eigenschappen van het boeddhistische pad verder toelicht. Het lijkt me, sprekend vanuit een boeddhistisch perspectief, dat het werk van Nietzsche het belangrijkste gedachtegoed is dat het moderne Westen heeft geproduceerd. Ik stel daarom voor een korte samenvatting van het leven en werk van Nietzsche te geven en vervolgens zijn belangrijke concept van de supermens of oppermens en aanverwante ideeën, in het bijzonder het idee van een voortdurend proces van evolutie binnen het individu, te vergelijken met boeddhisme als de belichaming of illustratie van dat voortdurende evolutionaire proces

Ik leerde het werk van Nietzsche kennen toen ik achttien was, net in het leger zat en nog steeds in Engeland verbleef. Op een schitterende zomerse dag, gebruikmakend van een vrije dag, ging ik naar Box Hill, een beroemde prachtige plek in Surrey. Daar lag ik op het gras in de stralende zon en las *Aldus sprak Zarathustra.* De combinatie van het diepzinnige gedachtegoed en de prachtige poëzie in dit beroemde en populaire werk van Nietzsche, maakte zo'n ongelooflijke indruk op me dat toen ik naar boven keek het leek alsof de woorden in de blauwe lucht geschreven stonden in scharlakenrode letters. Sinds die dag heb ik de smaak van Nietzsche te pakken, en ben zo nu en dan steeds weer naar hem teruggekeerd.

Nietzsche werd in 1844 in Duitsland geboren als zoon van een Lutherse dominee. (Het was Nietzsche die gezegd heeft dat de Lutherse dominee de vader van de Duitse filosofie was.) Zijn vader stierf in 1849 en Nietzsche bracht de rest van zijn kinderjaren door tussen vrouwen - zijn moeder, zijn zuster, zijn grootmoeder en twee ongetrouwde tantes - totdat hij naar een internaat gestuurd werd. Hij studeerde aan de universiteiten van Bonn en Leipzig waar hij

klassieke filologie (historische en vergelijkende taalwetenschap) studeerde. Op 24 jarige leeftijd werd hij benoemd tot hoofd van de afdeling filologie in Bazel, zelfs nog voor dat hij afgestudeerd was. Dit gebeurde op voordracht van de belangrijke geleerde en filoloog Ritschl, die zeer onder de indruk was van het werk van Nietzsche als nog niet afgestudeerde student. In Bazel begon Nietzsche zich in het bijzonder te interesseren voor de filosofie van Schopenhauer en de muziek van Wagner. In 1872 publiceerde hij zijn eerste boek *De Geboorte van Tragedie,* gevolgd door de publicatie van andere werken. Maar in 1879, toen hij nog maar 35 jaar was, nam hij ontslag uit zijn universitaire betrekking en brak zijn academische carrière af. Hij bracht daarna het grootste deel van zijn actieve leven in Zwitserland en Italië door.

Het was een leven van diepe eenzaamheid. Sterker nog, niemand die over de details van zijn geïsoleerde en met pijn-gevulde leven leest, wordt er niet door geraakt. Hij was bijna helemaal alleen en werd door niemand begrepen met uitzondering van één of twee vrienden waarmee hij correspondeerde. Hij was ook lichamelijk ziek en de pijn was soms ondraaglijk. Hij ging door met schrijven tot 1888 en tussen 1883 en 1885 produceerde hij *Aldus sprak Zarathustra*. Maar voor dit werk kreeg hij nauwelijks enige erkenning. Toen het vierde deel van *Zarathustra* uitkwam, werden er slechts een klein aantal exemplaren van verkocht. Uiteindelijk werd Nietzsche in 1889 krankzinnig - en hij stierf, nog steeds krankzinnig, in 1900 op de 55-jarige leeftijd.

Wat het denken van Nietzsche betreft is de term filosofie een verkeerde benaming. Nietzsche kwam met een aantal verhelderende ideeën die zeker een verband vormen – althans de voornaamste ideeën doen dat. Zijn doel was echter niet om een logisch consistente interpretatie van het bestaan, of het geheel aan ervaringen, te geven. Zijn grote voorgangers – Kant, Hegel, Fichte, Schelling, Schopenhauer – hadden allemaal geprobeerd om een systematische filosofie op te zetten, maar Nietzsche was geen systeembouwer. Hij had niet het verlangen om een op zichzelf staand en gigantisch gedachten-bouwwerk op te richten waarin alles ondergebracht kon worden. Hij hield zelfs vast aan de iconoclastische paradox dat 'het

verlangen naar een systeem een verlangen is naar gebrek aan integriteit.'[lv] Met de uitzondering van *Aldus sprak Zarathustra*, waren alle latere geschriften van Nietzsche enkel aaneenschakelingen van aforismen. Je zou kunnen zeggen dat hij de meester van het aforisme is. Niemand anders lijkt in staat te zijn geweest zoveel in zo weinig woorden te zeggen. Zijn enige mogelijke rivaal, voor zover ik het kan zien, is William Blake, met 'De Spreuken van de Hel' uit *Het huwelijk tussen Hemel en Hel.* Blake is hier misschien zelfs kernachtiger dan Nietzsche zelf. Maar dat was de enige poging van Blake in die specifieke vorm. Hij schreef: 'De Spreuken van de Hel' toen hij erg jong was, en toen hij ouder werd, werd hij breedsprakiger. Nietzsche daarentegen werd bij het ouder worden in toenemende mate aforistisch en briljant, vernietigend en gooide steeds meer heilige huisjes om. Zijn verklaringen werden meer en meer als donderslagen of hamerslagen.

Nietzsche's aforistische en onsystematische benadering is niet toevallig. Hij is aforistisch omdat hij daarvoor koos. Het vormt zelfs de essentie van zijn methode. Sommige van zijn aforismen hebben iets van de kracht van de uitspraken van de zenmeesters uit China en Japan. Elk van hen dringt diep door tot de werkelijkheid van het bestaan vanuit een specifieke zienswijze en elk doet dat vanwege zijn eigen verdienste. De waarheid van een aforisme is niet afhankelijk van de waarheid van een ander; ze zijn niet op die manier logisch verbonden.

Coleridge zei eens over de bekende acteur Charles Kean: 'Hem te zien acteren is als het lezen van Shakespeare bij bliksemflitsen'. Zo is het ook als je Nietzsche leest: je probeert een landschap te onderscheiden - het landschap van het menselijke bestaan – bij de grillige maar prachtige verlichting van bliksemflitsen. Even, in een paar woorden, is het alsof alles overspoeld wordt met licht, en we zien alles duidelijk vanuit die specifieke invalshoek. En dan, absolute duisternis. Vervolgens lezen we een ander aforisme en een andere lichtflits vanuit een andere richting licht een ander deel van de hemel op, zodat alles opnieuw geopenbaard wordt, voor dat de duisternis opnieuw neerdaalt.

Het lijkt alsof bliksemflitsen ons verschillende landschappen tonen. Ergens weten we wel dat ze allemaal hetzelfde landschap zijn, maar het is moeilijk om de vluchtige blikken die de bliksem onthullen, bij elkaar te brengen tot een coherente, allesomvattende visuele compositie. Dat geldt ook voor het literaire werk van Nietzsche: het is inspirerend om te lezen, maar inderdaad erg moeilijk om het systematisch te verklaren.

Dit betekent dat we de aforismen van Nietzsche afzonderlijk kunnen beschouwen zonder ze noodzakelijkerwijs aan de rest van zijn werk te relateren en dit is wat ik voorstel om te doen. De aforismen die ik in dit hoofdstuk zal bekijken zijn diegenen die gaan over zijn idee van ‘de supermens’, ‘zelfoverwinning’ en het ‘Verlangen naar Macht’.

Ik heb het woord ‘supermens’ om twee redenen tussen aanhalingstekens gezet. Ten eerste, om aan te geven dat het geen letterlijke vertaling van de originele Duitse term van Nietzsche is. Ten tweede, als een waarschuwing om aan het concept van Nietzsche niet bepaalde dubieuze bijbetekenissen toe te schrijven die er omheen hangen vanaf het moment dat de nazi’s het voor hun eigen doelen gebruikt hebben (en natuurlijk om het te onderscheiden van de stripheld met dezelfde naam).

De term die door Nietzsche gebruikt werd is *Übermensch*. Letterlijk betekent dit niet supermens maar oppermens (mens van bovenmenselijk formaat) en zelfs over-en-boven-mens. De *Übermensch* is de mens die boven menselijke wezens staat - ze overstijgt - zoals ze op dit moment bestaan. Men kan zelfs van de oppermens spreken als ‘transcendentaal mens’. Met andere woorden de supermens van Nietzsche is niet alleen het huidige mens-zijn in superlatieven, maar een volledig ander soort mens-zijn.

We zitten met het woord supermens als populaire vertaling van de *Übermensch* van Nietzsche opgezadeld zolang het toneelstuk *Mens en Supermens* van George Bernard Shaw in de Engels sprekende wereld de meest prominente culturele uitdrukking is van het concept van Nietzsche. De kans dat het werk van Shaw in dit opzicht

vervangen zou worden, werd min of meer tenietgedaan door het betreurenswaardige feit dat na zijn dood de gehele manier van denken van Nietzsche hopeloos bezoedeld en onteerd werd door het alledaagse gebruik ervan. Als eerste werd het door zijn zus onteerd en daarna door degenen die geprobeerd hebben om de ideeën van Nietzsche te associëren met de nazi-ideologie. Het is slechts recentelijk dat het denken van Nietzsche bevrijd is van de meest grove van deze verkeerde interpretaties, en uiteindelijk accurater geïnterpreteerd is, in het bijzonder door Walter Kaufmann.[lvi]

Om echt de smaak van Nietzsche te pakken te krijgen, moeten we kijken hoe hij zijn materiaal presenteert, wat zeer karakteristiek is, zoals de titel ‘*Aldus sprak Zarathustra*’ suggereert. De Zarathustra van Nietzsche heeft weinig van doen met de Zarathustra - of Zoroaster, zoals hij beter bekend staat - de historische oprichter van het oude Zoroastrische geloof. De Zarathustra van Nietzsche is fictief. Hij is gewoon de spreekbuis voor Nietzsche‘s eigen ideeën. Wat de twee Zarathustra’s echter gemeen hebben is dat ze een boodschap voor de mensheid verkondigen.

Het voorwoord, getiteld ‘De Proloog van Zarathustra’, begint ermee dat hij van een berg afdaalt. Dit is natuurlijk symbolisch en is ook zo bedoeld. Zarathustra is tien jaar op de berg geweest, nadenkend en mediterend, en nu is zijn wijsheid gerijpt en wil hij het met de mensheid delen. Op weg naar beneden wordt hij herkend door een vrome kluizenaar die al lange tijd in het bos aan de voet van de berg woont. Hij herinnert zich dat hij hem jaren geleden gezien heeft toen hij naar boven ging. De kluizenaar probeert Zarathustra ervan te overtuigen om de berg niet te verlaten: ‘Mensen zijn zo ondankbaar en afgeleid. Verspil je tijd niet door naar beneden te gaan, naar hen toe. Het is beter om een kluizenaar te zijn, in het bos te leven met de vogels en de dieren, om de wereld van de mensen te vergeten en eenvoudig God te vereren’. Maar Zarathustra laat de kluizenaar met zijn gebeden in het bos achter. Als hij op weg gaat, zegt hij tegen zichzelf: ‘Kan het zo zijn dat deze oude heilige hier in het bos nog niet heeft gehoord dat God dood is?’[lvii]

De buitengewone observatie dat God dood is, vormt één van de meest belangrijke inzichten van Nietzsche. Dit heeft in de 20e eeuw nagegalmd en leidde tot een hele theologische beweging gericht op de 'dood van God'. Nietzsche was de eerste die zag dat God niet langer hoog in de hemel verbleef. Eigenlijk zag hij duidelijk iets dat veel mensen later ook zijn gaan zien, alhoewel anderen nog steeds verklaren dat hij het volledig bij het verkeerde eind heeft. Hij zag dat de orthodox christelijke leer – met het geloof in een persoonlijke God, een Opperwezen, een Schepper en de doctrines van zonde en geloof, rechtvaardiging en boetedoening, en herrijzenis – dood, afgelopen en irrelevant was. Zijn verklaring luidde het begin in van wat sommige mensen zouden identificeren als een post-christelijk tijdperk. En als God dood is dan is ook het christelijke concept van de mens dood. De opvatting van de mens als een gevallen wezen - een wezen dat ongehoorzaam en zondig is geweest en genade nodig heeft om gered te worden, een wezen dat beoordeeld en misschien gestraft zal worden - is niet langer relevant. Alle oude dogma's zijn geëxplodeerd.

Daarom hebben we een nieuw concept nodig van wie en wat we als mens zijn. We bevinden ons in een universum zonder God – we zijn alleen - en daarom moeten we onszelf opnieuw proberen te begrijpen. We kunnen geen kant en klare antwoorden meer accepteren. We bevinden ons hier en nu, te midden van het universum vol sterren, staande op de aarde, omgeven door andere levende wezens zoals wijzelf, met een geschiedenis achter ons, en misschien een toekomst voor ons, en we moeten allemaal onszelf de cruciale vraag stellen - niet aan iemand anders omdat er geen iemand anders is om het ons te vertellen: 'Wie ben ik? Wat ben ik?'

Nu de oude definities er niet meer zijn, moeten we onszelf opnieuw definiëren, onszelf ontdekken en onszelf leren kennen. Dit is in elk geval wat Zarathustra op te berg gedaan heeft. Hij heeft tien jaar lang nagedacht, gemediteerd en gereflecteerd, en nu weet hij wat de mens is en hij brengt de boodschap van wat hij geleerd heeft naar de mensen toe. Zarathustra komt bij een stad aan de rand van het bos, hij gaat de stad binnen en daar op het marktplein ziet hij mensen die daar samengekomen zijn. Ze zijn niet samengekomen om naar hem

te luisteren - ze wisten niet eens dat hij kwam. Ze zijn samengekomen om naar een rondtrekkende koorddanser te kijken. Maar omdat deze entertainer nog niet is komen op dagen, grijpt Zarathustra zijn kans en spreekt ze toe.

Wanneer hij de mensen op het marktplein toespreekt, en via hen de hele mensheid, is zijn eerste verklaring: 'Ik onderricht jullie over de übermensch. Mens-zijn is iets dat overwonnen moet worden'. Dan vraagt hij: 'Wat hebben jullie gedaan om hem te overwinnen?' Daarmee bedoelt hij: 'Wat hebben jullie gedaan om jezelf te overwinnen?' Met de woorden van Zarathustra in deze proloog maakt Nietzsche duidelijk dat evolutie nooit stopt. Tijdens de evolutie heeft iedere soort wezen iets gecreëerd waardoor het zichzelf voorbij streeft, het leven geschonken aan iets hoger dan zichzelf op de evolutionaire schaal - en er is geen reden te veronderstellen dat dit proces zal stoppen bij de mens. Nietzsche's visie van evolutie is hier nogal primitief, maar om zijn conclusies grote indruk te laten maken hoeft het niet letterlijk genomen te worden.

Zoals de aap de mens creëerde, moeten wij zelf nu een nieuw soort wezen creëren door een nog meer gewaagde en indrukwekkende sprong te maken. We doen dit door onszelf te overwinnen en we beginnen dat te doen, zoals Nietzsche zegt, door te leren om onszelf te verafschuwen, door ontevreden en onvoldaan met onszelf te zijn. Alleen als we beginnen met op onszelf neer te kijken, kunnen we beginnen met boven onszelf uit te stijgen en hoger en groter en nobeler te worden dan we waren.

Het moet opnieuw benadrukt worden dat de übermensch van Nietzsche lang niet lijkt op het product uit de evolutieleer van Darwin. Wat Nietzsche betreft is de übermensch geen automatisch product, niet het resultaat van het doorgaans blind functionerende evolutionaire proces. Nietzsche maakt een duidelijk onderscheid tussen wat hij de Laatste Mens en de übermensch noemt. De Laatste Mens is gewoon het laatste menselijke product van het algemene, collectieve evolutionaire proces; het is geen hoger type mens. Daarmee vergeleken is de übermensch het product van de

inspanning van de individuele man of vrouw om boven zichzelf uit te stijgen, zich te verheffen. Vanwege dit onderscheid tussen de Laatste Mens en de übermensch is Nietzsche in staat zich te distantiëren van de oppervlakkig 19-eeuwse ideeën over menselijke vooruitgang als een voortdurende collectieve sociale ontwikkeling. Wat Nietzsche betreft, moeten we er zelf iets aan doen, door onze eigen individuele keuze.

Nietzsche is op dit punt niet altijd expliciet, maar hij lijkt te zeggen dat de evolutieleer van Darwin collectief is en deze hogere evolutie, zo als ik het noem, een individuele zaak is. Hij heeft een dramatische visie op het mens-zijn: een touw of brug die over een afgrond gespannen is tussen het beest aan de ene kant en de übermensch aan de andere kant. [lviii] Hij zegt eigenlijk dat er een risico-element verbonden is aan echt mens zijn. We zijn een soort 'overgang', in plaats van een vast eindpunt. Daarom moeten we leven met een element van onzekerheid, zelfs gevaarlijk leven. We moeten niet hunkeren naar behaaglijk comfort. We moeten leven voor iets anders dan onszelf, als we echt onszelf willen zijn. Dit andere, in het belang waarvan elk en ieder individu zal en moet leven, is de übermensch.

Het keerpunt voor Nietzsche, het grote keerpunt van het evolutionaire proces, ligt niet tussen dier en mens, maar tussen de mens die nog steeds een dier is en de mens die een waar mens is. Dit is een scherp onderscheid. De zienswijze van Nietzsche op het mens-zijn is in feite te radicaal en veeleisend voor een boeddhist om ze te kunnen onderschrijven. Hij zegt in feite dat de meerderheid van de mensen helemaal geen mens is maar dieren.

Gezien vanuit het boeddhisme bevat de menselijke wereld een breed scala aan ontwikkelingsstadia in termen van zelfbewustzijn, of gewaar zijn. De meeste mensen schommelen tussen hun dierlijke aard en geestestoestanden gekenmerkt door menselijke sympathieën en soms zelfs de fijnere, geïntegreerde staten van de geest die traditioneel geassocieerd worden met de godenwerelden. Nietzsche's definitie van mens-zijn is heel wat beperkter en duidelijk niet erg vleiend voor de gemiddelde persoon. Mensen houden er niet van te horen dat ze tekortschieten in hun mens-zijn.

Daarom is het niet verwonderlijk dat wanneer Zarathustra tegen de mensen op het marktplein over de übermensch praat, ze er om lachen en meer interesse hebben voor de koorddanser. Voor Nietzsche bestaat de categorie van echt mens-zijn, de ware mens, alleen uit filosofen, artiesten en heiligen. En blijkbaar staat de übermensch daar nog boven. Wanneer Kaufmann een toelichting geeft op Nietzsche, zegt hij over hem: ‘Hij beweert in feite dat de kloof, die Plato van de gemiddelde mens scheidt groter is dan de spleet tussen de gemiddelde mens en een chimpansee.’[lix]

Nietzsche onderscheidt in feite drie categorieën. De eerste is de dierenwereld, inclusief de meerderheid van mensen – ere-mensen kunnen we zeggen. De tweede categorie bestaat uit de echte menselijke wereld. En de derde is de categorie van de übermensch. Nietzsche praat ook over wat hij de ‘voorbereidende (preliminaire) mens’ noemt, die tussen de wereld van de mensen en die van de übermensch in zit. Zij zijn diegenen die vastbesloten zijn om in alles te zoeken naar dat aspect van zichzelf dat overwonnen dient te worden. Hij is echter niet erg duidelijk over hoe ze eventueel verschillen van de reeds beperkte categorie van de ware mens. Als de übermensch het ideaal van Nietzsche is, lijkt de ware mens diegene te zijn die ernaar verlangt en zich bezighoudt met het proces van zelfoverwinning - dat wil zeggen, artiesten, filosofen en heiligen.

Je doet dit, je overwint jezelf, door vorm te geven aan je eigen karakter.[lx] Hiermee bedoelt Nietzsche niet accepteren dat je pasklaar bent. Hij klaagt dat de karakters van de meeste mensen geen specifieke stijl hebben, bijna alsof ze op de één of andere manier in een fabriek gemaakt zijn, of zelfs niet meer zijn dan het ruwe materiaal waaruit een ware individuele stijl gevormd zou kunnen worden. Maar hij verkondigt de houding om je leven en karakter te behandelen als zijnde zulk ruw materiaal en er is iets van te maken.

Gewoonlijk zien we ons karakter, ons temperament, onze persoonlijke eigenschappen of kwaliteiten als een gegeven. We veronderstellen dat we voor de rest van ons leven vastzitten aan wie we zijn. Als we de neiging hebben om snel boos te worden, dan is

dat zo en zitten we er aan vast. Als we gevoelig of verlegen zijn dan is ook dit hoe we zijn - het is in principe niets anders dan lang of kort zijn. Maar volgens Nietzsche komen we dan misschien wel uit een lange productielijn, bestaande uit onze genetische erfenis en ouderlijke invloeden, onze algemene sociale en opvoedkundige conditionering, maar we hebben nog steeds een lange weg te gaan. We zijn geen eindproduct. Het is in feite slechts het product waar we mee beginnen.

Nietzsche zegt eigenlijk dat we aan onszelf moeten werken, onszelf moeten creëren wat de omstandigheden ook zijn waarin we ons bevinden, net zoals een pottenbakker iets moois maakt uit een homp klei. Net zoals het mogelijk is om een zware, kleverige massa te nemen, je vingers er in te steken en er iets van te maken, kan je zo ook jezelf vorm geven. Als je begint met eerlijk naar jezelf te kijken en toegeeft dat je min of meer als mens ongevormd bent, kun je beginnen deze onordelijke, vormloze, deegachtige massa te vormen tot iets beters.

Als voorbeeld van iemand die vorm gaf aan zijn karakter, citeert Nietzsche Goethe. Goethe, die van 1749 tot 1832 leefde, was de allergrootste Duitse dichter, een vooraanstaand dramaticus en romanschrijver, als ook een denker, wetenschapper en mysticus. Maar Nietzsche bewonderde hem vooral om deze specifieke kwaliteit - hij probeerde voortdurend om iets van zichzelf te maken. Hij was - zoals we al eerder opgemerkt hebben - een individu. Uit biografieën, en uit zijn conversaties die opgetekend zijn, blijkt duidelijk dat hij tijdens zijn lange leven, meer dan tachtig jaar, altijd aan zichzelf aan het werken was, net zoals men aan een gedicht, een roman, of een wetenschappelijke beschouwing kan werken. Voor zijn tijdgenoten was dit ook evident. Toen Napoleon Goethe voor de eerste keer zag, zei hij spontaan: ‘Kijk, hier is een man!’ Gezien het feit dat Napoleon Europa had veroverd en de politieke status van Goethe te verwaarlozen was (hij was slechts oud-minister van een kleine Duitse deelstaat), suggereert dit dat Goethe succes boekte met het voornaamste doel in zijn leven. Uit de weinig belovende bundel van losbandige passies en wilde ideeën die zijn jeugdige zelf

vormde, creëerde Goethe een man in de meest volledige en zuivere betekenis, zoals Napoleon zag.

We hebben gezien hoe Nietzsche tot het concept van de übermensch kwam door een beschouwing over de algemene aard van het evolutieproces. Volgens zijn begrip van de aard van het bestaan, is het leven - niet alleen het menselijke leven, maar elk leven - iets dat altijd zichzelf moet overwinnen. Het is nooit tevreden met zichzelf. Het moet ononderbroken, op elk niveau, zichzelf overtreffen. We kunnen zeggen dat het leven een zichzelf-overtreffend proces is.

Nietzsche noemt deze aangeboren drang het Verlangen naar Macht.[lxi] Deze term welke Nietzsche relatief laat in zijn werk introduceert, is net zoals de term übermensch vaak verkeerd begrepen en betreurenswaardig verkeerd geïnterpreteerd alsof het dubieuze politieke of zelfs militaire weerklanken zou hebben. Maar met Macht - met hoofdletter M - bedoelt Nietzsche niets materieels. Het heeft beslist niets met politiek te maken. Het Verlangen naar Macht is het verlangen naar een manier van zijn die weldadiger, nobeler en subliemer is, een kwalitatief, dimensioneel verschillend leven. Het is voornamelijk het verlangen om de übermensch te realiseren.

Nietzsche benadrukte dat deze hogere staat van zijn alleen bereikbaar is in de mate waarin de lagere staat van zijn achtergelaten wordt, tenietgedaan en zelfs verwoest wordt. Dit brengt ons bij een essentieel aspect van het Verlangen naar Macht, en de benadering van Nietzsche in het algemeen. Het houdt namelijk een onbuigzaam omver schoppen van heilige huisjes in. Nietzsche onderzocht gemeenschappelijk geaccepteerde waarden en algemeen geldende ideeën over goed en kwaad. Hij riep op ze categorisch en vol overtuiging als afval weg te gooien. Anders kan de übermensch, zo zei hij, niet tot stand gebracht worden.

Nietzsche is daarom volslagen meedogenloos en compromisloos in zijn veroordeling van de gemiddelde mens en zijn minder-dan-menselijke behoeften. We zijn gewend om de Hebreeuwse profeten - bijvoorbeeld Amos, Jeremia, en de tweede Jesaja – te zien als erg

genoeg in hun heftig uitvaren tegen de leegheid van mensen, maar ze zijn vergeleken met Nietzsche de mildheid zelf. Hij is voor het aan diggelen slaan - zoals hij het zegt - van alle oude stenen tafelen van de wet. Hij heeft helemaal geen tijd voor alles in de moderne beschaving en cultuur. Nietzsche is bijna zeker de meest verwoestende - in de volledige, letterlijke betekenis van de term - criticus van het menselijk ras, die het ooit heeft voortgebracht. Zonder onderscheid te maken en zonder toe te geven veroordeelt hij de mensen zoals we ze kennen, in al hun doen en handelen. Hij zegt eenvoudig dat ze allemaal moeten verdwijnen - niet zomaar vanuit persoonlijke negativiteit, maar gewoon omdat ze in de weg zitten. Ze moeten overtroffen worden; ze moeten ruimte maken voor de übermensch.

Voor het iconoclasme van Nietzsche is het van wezenlijk belang dat het ontkennen van bestaande waarden en denkwijzen geen kwestie is van het ontkennen van iets buiten onszelf. Het is niet het ontkennen van de waarden van andere mensen maar die van jezelf. Jijzelf dient overwonnen te worden. Het is met jezelf dat je meedogenloos de strijd aan dient te gaan. Nietzsche‘s voorliefde voor de terminologie van oorlog voeren heeft eveneens geleid tot misverstanden, maar de vijand is altijd jezelf.

In de *Dhammapada* spoort de Boeddha zelf ons aan om deze vastberaden strijd aan te gaan: ‘Al zou men een miljoen man in de strijd verslaan, degene die meester wordt over zichzelf is de grootste overwinnaar.’[lxii] Maar hoe ver kunnen we nog gaan om een overeenkomst te vinden of zelfs een vergelijking te maken tussen de leer van Nietzsche en die van de Boeddha? Nietzsche wist iets van boeddhisme maar in zijn tijd waren er erg slechts weinig boeddhistische teksten vertaald. Hij wist niet genoeg om in staat te zijn er een gebalanceerde uitspraak over te doen. Hij had bijvoorbeeld weinig notie van de positieve inhoud van het ideaal van Boeddhaschap en er zit weinig positiviteit in zijn opvatting over de übermensch. Dat is geen verrassing als je ziet dat de übermensch van Nietzsche het product is van denken. Het is het product van een briljant intellect, doordringend tot het punt van intuïtieve genialiteit, maar het blijft een intellectuele intuïtie en niet het product van

transcendentale realisatie. Dus is het concept van de übermensch niet gelijk aan de Boeddha - of de Verlichte mensheid.

Het begrip übermensch duidt echter ongetwijfeld in dezelfde algemene richting. Nietzsche's koord is gespannen over de kloof tussen het beest en de übermensch en dus komt het in het algemeen overeen met het boeddhistische pad, omdat wij dit pad zijn. We zijn geen statische wezens maar evoluerende, zich ontwikkelende wezens. Volgens zowel het boeddhisme als Nietzsche, volgen we dit pad door voortdurend onszelf te overstijgen en opeenvolgende, hogere niveaus te bereiken.

Als we stoutmoedig willen zijn, kunnen we zelfs zeggen dat het Verlangen naar Macht in het algemeen overeenkomt met de Wil tot Verlichting. Beide zijn actief. Beide zijn krachtige drijfveren. Beide zijn niet alleen bezig met het denken over het hoogst realiseerbare ideaal maar met het feitelijk realiseren ervan. Het ene is het ideaal van de übermensch, terwijl het andere natuurlijk het ideaal van Boeddhaschap is, hoogste Verlichting voor het welzijn van alle levende wezens. En het bereiken van beide idealen vereist het overwinnen van onze geringere identiteiten, onze lagere zelven, onze lagere waarden, basale ideeën van welke aard dan ook.

Nu we deze duidelijke overeenkomst vastgelegd hebben, kunnen we twee even ondubbelzinnige verschillen onderscheiden. De Wil tot Verlichting, de *bodhicitta*, is meer altruïstisch, meer anderen betreffend, meer kosmisch.[lxiii] Het is de manifestatie in het individu van een universeel, kosmisch principe. Natuurlijk wil de figuur van Zarathustra, die bedoeld is als voorbeeld van de übermensch, zijn wijsheid delen met de mensheid – vermoedelijk als een essentieel aspect van zijn realisatie. Maar het Verlangen naar Macht is wezenlijk meer individualistisch dan de Wil tot Verlichting.

Het tweede verschil tussen de leer van Boeddha en het gedachtegoed van Nietzsche heeft te maken met methode. Nietzsche toont de noodzaak om ontevreden met onszelf te zijn en om onszelf te overwinnen zodat de übermensch gecreëerd kan worden. Hij doet dat met een verblindende helderheid, veel meer dan welke andere

westerse filosoof of denker dan ook. Maar hij faalt armzalig - hoewel op grootmoedige wijze - met ons te laten zien hoe dat te doen. Hij zegt: ‘Overwin jezelf’ maar hij zegt niets over hoe je dat moet doen. Er zijn geen praktische instructies - we blijven achter met een nietszeggende aansporing. Boeddhisme is echter een oude spirituele traditie en heeft veel methoden, technieken en oefeningen om tot zelfoverwinning te komen.

Dit is een groot verschil. Het is niet zo moeilijk om te zien dat iemand ziek is, maar alleen een bekwaam arts kan de methode van genezing voorschrijven die nodig is om beter te worden. Nietzsche schildert zeker een akelig en levendig beeld van de ziekte van de moderne mens, de ziekte die, tot op zekere hoogte, het mens-zijn *is* en hij geeft ons ook een vlijmscherpe diagnose. Vervolgens schildert hij een enthousiast en inspirerend beeld van de patiënt wanneer die weer perfect gezond is. Maar er wordt niets aangeboden dat deze twee beelden bij elkaar brengt. Nietzsche staat hierin niet alleen. Bijna de hele moderne westerse filosofie lijdt aan dezelfde ontbrekende schakel. Het is rijk aan abstract denken, en sommige van die gedachten, zoals die van Nietzsche, zitten vol intellectuele energie maar meestal ontbreekt het aan enige praktische inhoud.

Gelukkig vinden we in boeddhisme niet alleen het abstracte ideaal maar ook praktische middelen om het te realiseren. Er wordt een manier van leven voorgeschreven. Desondanks kunnen boeddhisten veel leren van Nietzsche's compromisloze visie op menselijke mogelijkheden, indien juist begrepen. De krachtige visie van Nietzsche tezamen met het heldere boeddhistische pad van beoefening en de ondersteunende condities (de sangha) geven ons de mogelijkheid tot volledige transformatie van het mens-zijn waarnaar Nietzsche zo verlangde. Dit is één van de manieren waarop westerse filosofie en oosterse spirituele tradities vruchtbaar kunnen samen werken.

Hoofdstuk 12: De kunstenaar als het echte individu.

In de laatste paar hoofdstukken zijn we begonnen om geleidelijk naar een beeld van het echte individu toe te werken. We hebben het ontstaan van het individu gezien in de context van evolutionaire groei en verandering. We hebben ook twee contrasterende, zelfs schijnbaar tegenovergestelde fases in de groei van het individu waargenomen. Als eerste de noodzaak van erkennen en integreren van alle aspecten van jezelf inclusief van diegenen die we liever **niet** willen erkennen. En vervolgens, op de basis van die integratie, de behoefte om te beginnen voorbij jezelf te gaan - ‘je zelf overwinnen’, zoals Nietzsche het zegt. Bovendien hebben we gezien dat het boeddhisme beschouwd kan worden als het pad van de hogere evolutie en dat het specifieke methoden en beoefeningen aanbiedt waardoor het individu hemzelf of haarzelf kan vormen.

Het kan vreemd lijken om zoveel nadruk te leggen op de kwaliteiten van het individu in een boek over de spirituele gemeenschap. Zoals we echter gezien hebben gaat de sangha in zijn essentie niet over organisaties of geestelijke status, maar louter en alleen over communicatie tussen individuen. Het is daarom van het grootste belang dat we de aard van individualiteit begrijpen.

In het laatste gedeelte van het boek zullen we ons gebied van onderzoek gaan uitbreiden om de soorten relaties te verkennen die een essentieel deel van het leven van iedere boeddhist zijn - een beschouwing van sangha in de ruimste betekenis.

Maar voordat we dit gaan doen wil ik een laatste aspect van individualiteit introduceren. We hebben gezien dat een echt individu gekenmerkt wordt door zelfbewustzijn of gewaar zijn, positieve en verfijnde emoties, onafhankelijke denkwijze en vrijheid van groepsconditionering, creativiteit en vrij stromende energie, alleen kunnen zijn en onpopulair. Het valt me op dat deze eigenschappen

gedeeld worden met iemand die over het algemeen niet geassocieerd wordt met spirituele zaken: de kunstenaar.

Zoals we gezien hebben was het de kunstenaar (samen met de filosoof en de heilige) die Nietzsche identificeerde als degene die in staat is om zichzelf te overstijgen. Maar waarom? Wat is de verbinding tussen kunst en spirituele groei? (De term kunst moet in deze context opgevat worden als elk gebied van de beeldende kunsten omvattend: schilderkunst, beeldhouwkunst, poëzie, muziek, architectuur, enzovoort.) Ik wil suggereren dat de kunstenaar een specifiek aspect of manifestatie van de hogere evolutie vertegenwoordigt, en ook een relatie met het spirituele leven heeft door de productie van kunstwerken met een sacrale betekenis. Het wil natuurlijk niet zeggen dat men een kunstenaar moet zijn om aan de hogere evolutie deel te nemen. Maar je kan geen authentieke kunstenaar zijn zonder tegelijkertijd deel te nemen aan de hogere evolutie, aan het spirituele leven.

Dit kan op een verheerlijking van de kunstenaar lijken, wat nogal moeilijk te slikken is. Veel mensen zien niet dat kunst en kunstenaars waardevol zijn in vergelijking met wat zij als belangrijke of serieuze activiteiten zien. De kunsten worden soms gezien als aantrekkelijke maar onbeduidende activiteiten - 'niet het werk van een echte man' - of als de mysterieuze luxe van een geprivilegieerde elite met weinig relevantie voor de rest van ons. Er moet gezegd worden dat een beschouwing van de levens van verschillende artistieke kringen in het verleden en heden, deze zienswijze ondersteunen. Zo was er bijvoorbeeld de multi-getalenteerde Sitwell familie, die een literaire groep op zichzelf gevormd leek te hebben. Dit is vastgelegd in de vele boekdelen tellende autobiografie waarvoor Osbert Sitwell wijd en zijd bekend is. Zijn opvoeding in een briljante en excentrieke familie in een enorm oud landhuis waar je in kon verdwalen, verschafte hem verschillende goede verhalen om te vertellen en hij vertelt ze erg goed. Maar één van zijn kleine verhalen verduidelijkt hoe vervreemd het werk van de kunstenaar geworden is van de waarden van de meeste gewone mensen.

Het schijnt dat Osbert in één vleugel van dit landhuis woonde terwijl zijn zuster Edith in een andere woonde, met een halve mijl aan gangen tussen de twee, die regelmatig door een klein regiment van bedienden doorkruist werd. Op een morgen belde hij zijn dienstmeisje en gaf haar een bericht om aan zijn zuster te geven 'mits ze niet druk is'. 'Maar', waarschuwt hij het dienstmeisje, 'als zij iets doet, stoor haar dan niet. Breng dan het bericht gewoon naar me terug'. Ongeveer vijftien minuten later keert het dienstmeisje terug zonder het bericht. Osbert vraagt haar: 'Was mijn zuster niet bezig?' Het dienstmeisje antwoordt: 'Ja inderdaad meneer, ze deed helemaal niets; ze was gewoon aan het schrijven'.

Ondanks het verleende respect aan bepaalde bekende kunstwerken van het verleden, telt voor de meeste mensen creatief werk als 'helemaal niets doen' en de activiteit van de kunstenaar wordt daarom niet begrepen. Ik geloof dat zelden wordt begrepen dat kunst deel is van het spirituele leven en dat de kunstenaar een echt individu is of tenminste kan zijn. Maar even nadenken wijst uit dat de grote kunstenaars inderdaad de eigenschappen delen die we geïdentificeerd hebben als aspecten van individualiteit.

Als eerste is de kunstenaar levendiger dan andere mensen. Het bewijs hiervoor ligt in de gevoeligheid van de kunstenaar in de beste betekenis van het woord. De schilder is zich bijvoorbeeld scherper gewaar van verschillen van vorm, contour en kleur dan andere mensen. Als je in het gezelschap van een kunstenaar een wandeling in de natuur maakt, zal je opmerken dat hij meer lijkt te zien dan jij. Hij zal je aandacht vestigen op de contouren van een boom tegen de lucht, de precieze kleur van een gevallen blad, of van een verwelkte bloem, de blauwe schaduwen die een boom op het gras maakt. De schilder maakt ons scherper gewaar van onze omgeving en van wat er in de buitenwereld van verschijningen, vormen en kleuren gebeurt.

De musicus heeft een overeenkomstig scherp oor. Hij of zij kan verschillen opsporen in muzikale toonhoogte en ritme die nauwelijks voor de rest van ons te horen zijn. De subtiliteiten bijvoorbeeld van het spelen van de tabla in Indiase muziek kan verbazingwekkend

moeilijk te volgen zijn, zelfs voor een getraind oor. De drum kan gespeeld worden met zo'n ongelofelijke gevoeligheid en verfijndheid dat het op fluisterende stemmen lijkt, die af en toe in een soort gebrom overgaan, doorweven met andere, scherpere stemmen. Als men de training en gevoeligheid heeft om het te horen, kan men de indruk hebben dat de drum spreekt, communiceert, terwijl het voor iemand zonder die mate van gevoeligheid van het gehoor onmogelijk is om zijn taal te horen.

De dichter is natuurlijk op dezelfde manier gevoelig voor de verschillende tonen en ritmen van woorden. We gebruiken allemaal voortdurend woorden maar we neigen er toe ze op een nonchalante, grove manier te gebruiken, zonder ons volledige gewaar te zijn van hun betekenissen en zinnelijke kwaliteiten, hun bouw. Edith Sitwell beschreef bijvoorbeeld de verschillende waarden van woorden op een manier die haar buitengewone gevoeligheid ervoor onthulde. Sommige woorden, zegt ze, waren 'grof' of 'riskant', of 'zwaar', terwijl andere 'glad' en 'licht' zijn. Zo'n gewaar zijn van de onderscheidende kwaliteiten van woorden gaat ruim voorbij ons bereik.[lxiv]

Niet alleen zijn kunstenaars zich direct gewaar van de externe wereld met zijn zintuiglijke indrukken; ze zijn zich in het bijzonder gewaar van hun eigen reacties op al deze dingen, van hun eigen mentale en emotionele staten. Het is niet alleen dat zij meer op deze staten reflecteren dan andere mensen - ze ervaren ze eigenlijk veel intenser. Bovendien is de kunstenaar zich gewoonlijk meer gewaar van andere mensen. Dit is op grafische wijze vormgegeven in het werk van bekende portretschilders, dramatici en romanschrijvers, waar mensen echt in lijken te leven. Er zit een soort spirituele biografie in een mooi portret. Het beroemde schilderij bijvoorbeeld van paus Innocentius de tiende door Velasquez is een gedetailleerde lezing van een erg slecht man. Je voelt dat je in dat gezicht - in zijn koude ogen, de structuur van de huid, de vorm van zijn mond en zijn onverbiddelijke, onbuigzame uitdrukking - alles kan zien wat hij ooit gedaan heeft. Zo'n gezicht kan alleen maar aan iemand toebehoren die door corruptie zo geworden is. En toch kun je ook zien dat zijn pad van vooruitgang opgebouwd is uit een rijkdom van andere

menselijke kwaliteiten en tekortkomingen. De schilder heeft dit allemaal gezien en heeft dit op het canvas overgebracht.

In de stukken van Shakespeare en de gedichten van George Elliott wordt hetzelfde vermogen gevonden om met een dergelijke intensiteit te zien en daardoor met absolute overtuiging het leven van andere mensen te doorzien. Als we ons kort richten naar een kunstenaar die ergens tussen een schilder en een dichter inzit, moet ik bekennen dat ik, toen ik veel jonger was, me over de serie afbeeldingen van Hogarth over het leven in Londen in zijn tijd, zoals 'the Rake's Progress' en 'Marriage a la mode', inbeeldde dat het karikaturen waren, die hij in zijn satires voor het effect overdreef en het er wat dik oplegde. Maar nadat ik iets meer van het leven gezien had en mensen om me heen had geobserveerd, kwam ik tot de conclusie dat Hogarth uiterst nauwkeurig was, en dat mensen echt zo waren. Hij zag mensen zoals ze waren en zoals ze waren beeldde hij hen in zijn schilderijen en gravures met schrikwekkende openhartigheid af.[lxv]

De kunstenaar is daarom gewaar van de externe wereld, van hemzelf of haarzelf en van andere mensen. En de kunstenaar is ook gewaar van iets voorbij al deze dingen. Hij of zij is op een onbegrijpelijke manier gewaar van de realiteit zelf - niet in de zin van het beschouwen van het concept van de realiteit met een hoofdletter R, maar in de betekenis van diep en weerklinkend gevoelig zijn voor de betekenis en mysteries van het bestaan. De kunstenaar voelt de aanwezigheid van dit mysterie van het bestaan, hetzij kosmisch of menselijk.

Als gevolg van deze verhoogde en ontwikkelde gevoeligheid en gewaar zijn is de kunstenaar befaamd om positieve en verfijnde emoties, vooral een vermogen om met anderen mee te voelen, en om zijn of haar eigen meest vluchtige en subtiele mentale indrukken op te merken.

De echte kunstenaar is ook een onafhankelijke geest en grotendeels vrij van groepsconditionering. Kunstenaars aarzelen niet om hun eigen weg te gaan, om zichzelf te zijn. In feite zijn ze al lange tijd

berucht om het negeren van conventies, om het veroorzaken van opschudding, weigeren om te conformeren, om te doen wat er van ze verwacht wordt, of wat de minste ophef zal veroorzaken. Door deze houding zijn ze niet alleen maar excentriek, pervers of moeilijk. Ze proberen eenvoudig hun eigen leven te leiden en zichzelf te zijn.

Natuurlijk is de kunstenaar ook creatief. Dat is vanzelfsprekend. Het meest belangrijke is dat de kunstenaar creatief is met nieuwe waarden, welke nog niet bestonden of die nog niet eerder ervaren waren. Kunstenaars zijn gewoonlijk nogal productief, en in het geval van erg bekende artiesten, enorm productief. Hun energie stroomt met uitzonderlijke vitaliteit. Hoeveelheid lijkt samen te gaan met de hoogste kwaliteit (ofschoon niet vice versa natuurlijk). Shakespeare, Goethe, Lopez de Vega waren allemaal vruchtbare schrijver. De aloude Griekse toneelschrijvers produceerden veel meer stukken dan degenen die intact bewaard zijn gebleven. Bach, Händel, Haydn, Mozart en Schubert produceerden allemaal een niet te stoppen lawine van muziek, terwijl Titiaan, Rubens en Rembrandt elk een enorm aantal schilderijen achtergelaten hebben.

Als je over het leven van iedere bekende kunstenaar leest, wordt je getroffen, soms in verwondering gebracht, door het schouwspel van deze doorlopende stroom van creativiteit. Je vraagt je af hoe het mogelijk is dat zij het klaarspeelden om al dat werk in te passen, in veel gevallen zoals dat van Mozart, in een erg korte tijdspanne. Of een ander geval, zoals dat van Bach die vader werd van twintig kinderen en een erg druk leven had. Of in het geval van al die kunstenaars die in nogal ongunstige huiselijke omstandigheden verkeerden. Hoe je er ook naar kijkt zo'n creativiteit brengt heel veel hard werken met zich mee. Deze kunstenaars zaten niet duimen draaiend te wachtend totdat ze inspiratie kregen. Zij gingen er gewoon mee door, in de ochtend, middag en avond. Ze zaten aan hun schrijftafels of stonden voor hun ezels bij zonsopgang en ze werkten alle uren die hun andere aangelegenheden hen toelieten, elke dag, in sommige gevallen vele jaren zonder een pauze en tot op hoge leeftijd.

Ten slotte zijn kunstenaars in wezen alleen, geïsoleerd van de massa vanwege hun groter gewaarzijn, hun grotere individualiteit en zelfs hun grotere creativiteit. Maar al te vaak kunnen gewone mensen niet begrijpen waarom de kunstenaar het zichzelf zo moeilijk maakt met woorden, met geluiden, met lijnen, kleuren en vormen. Elke woord of kleurschakering zal toch net zo goed zijn als een ander nagenoeg vergelijkbaar woord of schakering - waarom zoveel moeite doen? Doet het nauwgezette detail van die muzikale reeks er echt toe, in het grotere geheel van dingen? Als je die komma toevoegt of die punt verwijderd, wat voor verschil zal dat echt maken? Is het niet allemaal een beetje kleinzielig en dierbaar? Maar voor de kunstenaar zijn deze dingen van het hoogste belang.

Als resultaat van het bijna totale gebrek aan sympathie en begrip dat gewone mensen hebben voor wat hij of zij aan het doen is, is de kunstenaar meestal niet populair en wordt soms helemaal niet erkend. Op de ene of andere manier lopen de grootste kunstenaars vooruit op hun tijd, zelfs vooruit op andere vergelijkbare doorsnee kunstenaars. Soms duurt het eeuwen voordat de rest van de mensen het gaat zien. Maar al te vaak zien we dat de kunstenaar door zijn of haar eigen generatie veroordeeld wordt om vervolgens geprezen te worden door de generaties die na hem komen. Het lijkt alsof de stem van gewone mensen de kunstenaar alleen kan vereren nadat hij of zij dood is, alsof de enige goede kunstenaar een dode kunstenaar is. Dit is zo bekend dat het niet nodig is om het te benadrukken. De kunstenaar zal zich vaak meer alleen voelen dan het religieuze genie of de mysticus.

Als we kijken naar wat een echte individu uitmaakt, zien we dat de echte kunstenaar in wezen dezelfde eigenschappen lijkt te hebben. Maar wat definieert iemand als een kunstenaar? De definitie zal natuurlijk afhangen van datgene dat hij of zij creëert. Om ons meteen maar in één van de meest heikele en betwiste vragen in de geschiedenis van het westelijk denken te storten - wat is kunst?

Deze vraag is ook in het oosten besproken, in het bijzonder in India, maar het debat daar heeft zo'n verschillende lijn gevolgd dat men het zelfs niet kan beginnen te vergelijken met de westerse

argumenten over dit onderwerp. Het is een vraag die veel van mijn eigen tijd en energie in beslag nam in de dagen voordat ik verantwoordelijkheden op me nam die een beperking legde op de hoeveelheid reflectie die ik aan zulke onderwerpen kon geven. Ik merkte dat er ontelbare definities van kunst zijn, sommige hiervan zijn buitengewoon. De beroemde kunstcriticus Herbert Read kwam met: 'Kunst is een poging om aangename vormen te creëren'. Zelfs beknopter is de definitie van Clive Bell, zelfs erg beroemd in zijn tijd, en het onderwerp van zijn best bekende werk: 'Kunst is betekenisvolle vorm'. Wat betreft de bekende Italiaanse criticus en staatsman, Benedetto Croce, lijkt zijn inbreng een beetje vaag: 'Kunst is intuitie'. Alle definities die ik vond lijken inderdaad allemaal onbevredigend te zijn - te ruim, te bekrompen, of gewoon onvolledig. Daarom besloot ik uiteindelijk om er zelf één te formuleren. Ik schreef mijn eigen korte werk over het onderwerp, de religie van kunst, aan het begin van de jaren vijftig, toen ik in Kalimpong woonde. Hierin definieerde ik kunst als volgt: 'Kunst is de ordening van zintuiglijke indrukken die de gevoeligheid van de kunstenaar uitdrukken en aan zijn publiek een besef van waarden overbrengen die hun levens kunnen transformeren'.[lxvi] De reden waarom ik deze definitie in het bijzonder bevredigend vind is dat het een specifieke spiritueel perspectief op kunst geeft. Het is vanuit dit perspectief in het bijzonder dat ik het hier in iets meer detail wil onderzoeken.

De primaire verklaring - 'kunst is de ordening van zintuiglijke indrukken' - zal duidelijk genoeg zijn maar is nog steeds waard om te maken. Een boek over poëzie dat ik raadpleegde begon met te zeggen dat we nooit moeten vergeten dat poëzie uit woorden bestaan (en als er mensen zijn die dit vergeten, is het goed dat deze auteur ze eraan helpt herinneren.) Maar laten we iets verder gaan: als poëzie uit woorden bestaat, waaruit bestaan woorden dan? Wat is het ruwe materiaal voor poëzie? Woorden bestaan uit geluiden, trillingen in de lucht, geluiden die op verschillende manieren samenhangen - en soms alleen marginaal - met conceptuele betekenis. Het ruwe materiaal voor schilderen is eenvoudig visuele indrukken: vorm en kleur, licht en schaduw. Zo is muziek gemaakt uit gehoor indrukken: geluid en ritme, hard of zacht, harmonieus of dissonant. Alle kunsten

hebben inderdaad zintuiglijke indrukken als hun ruwe materiaal, hun fundamentele materiaal. Dit is waar kunst begint, met de indrukken die voortdurend door onze vijf lichamelijke zintuigen (waaraan de boeddhistische traditie mentale activiteiten als een zesde toevoegt) in ons binnen komen.[lxvii]

De kunstenaar ordent deze chaos van indrukken in een patroon, een vorm, als een geheel, en hierdoor creëert hij een wereld, wat het kunstwerk is. Er zijn verschillende manieren om zintuiglijke indrukken te ordenen, sommige eenvoudig, anderen hoogst gecompliceerd. Het belangrijkste punt is dat het resulterende kunstwerk niet los van de kunstenaar bestaat. Het hangt niet ergens in de lucht om het zo te zeggen. De vormgeving van zintuiglijke indrukken van de kunstenaar drukt zijn of haar gevoeligheid uit. Je zou kunnen zeggen dat kunstwerken het gewaar zijn van de kunstenaars uitdrukken of belichamen, hun ervaring van het leven als geheel, hun ervaring van zichzelf, van andere mensen en zelfs van de realiteit.

De gevoeligheid die uitgedrukt wordt in het kunstwerk reflecteert het niveau van gewaar zijn van de individuele kunstenaar. Niet alle kunstenaars hebben toegang tot bepaalde hogere niveaus van gewaar zijn. Maar zelfs eenvoudige volkskunst - zelf maken en bouwen van dingen, hoofdzakelijk volgens traditionele patronen - drukt de grondslagen van een artistieke gevoeligheid uit op een manier die in massa geproduceerde goederen niet doet. En van maar een paar kunstenaars kan zelfs gezegd worden dat ze, tenminste zo nu en dan, voorbij het uiterste bereik van gewoon menselijk bewustzijn doordringen, in de ervaring van transcendentale wijsheid.

De echte kunstenaar heeft toegang tot hogere niveaus van bewustzijn, gewaar zijn en zelfs inzicht, dan de gewone persoon. Hij of zij is verder gevorderd in de evolutionaire ontwikkeling van de mensheid en dit is één van de redenen waarom hij of zij een kunstenaar is. Ik verwacht dat op dit punt sommige lezers hun hoofd met verbijstering zullen schudden door de boute stelling dat de echte kunstenaar een hoger type van mens-zijn vertegenwoordigt dan de gewone, fatsoenlijke burger. Zij zullen zeggen dat mijn rooskleurig

getinte beeld van de kunstenaar fictie is en dat maar al te vaak de kunstenaar verdorven, ontaard en egoïstisch is. Misschien moeten we op deze vraag iets verder ingaan.

Schilders, dichters, en musici kunnen best moeilijk zijn om mee te leven. Ik denk dat dit vaak komt doordat kunstenaars zich terecht zorgen maken over hun privacy en werkcondities en deze voor indringing willen beschermen. Er zullen altijd wel goedbedoelende mensen zijn die zullen proberen om de kunstenaar zich aan te laten passen, zodat ze zich gedragen, kleden, er uitzien, spreken en zelfs schrijven of schilderen zoals andere mensen. Het is normaal dat in zulke omstandigheden de kunstenaar zal rebelleren - soms zelfs gewelddadig - tegen de inspanningen van aardige mensen die alleen maar willen dat ze gelukkig en succesvol zijn. Nogal ondankbaar zal de kunstenaar erop staan om zichzelf te kunnen zijn.

Ook gaat de kunstenaar vaker meer dan niet tegen conventionele moraliteit in. Dit is in het bijzonder opvallend in het geval van een dichter zoals Shelley die de morele norm van zijn tijd afwees en hierdoor uitgestoten werd. De echte vraag is niet of de kunstenaar immoreel is maar of het afwijzen van conventionele moraliteit verkeerd is. Maar al te vaak is het duidelijk dat conventionele moraliteit zelf fout is. De weigering van de kunstenaar is eenvoudig een uitdrukking van zijn of haar eigen gezondere en meer gebalanceerde geestelijke houding.

Niet dat de kunstenaar natuurlijk altijd ‘gebalanceerd’ is, zeker niet. We hebben gezien dat we allemaal de neiging hebben om - tenminste tot dat we begonnen zijn aan het proces van integratie - niet een verenigd zelf, maar een bundel van zelven te zijn. Dit is maar al te waar voor de kunstenaar. De kunstenaar is inderdaad maar al te vaak een diep verdeeld persoon en soms lijkt het dat hoe bekender de kunstenaar is, hoe dieper verdeeld hij in zichzelf is. Deze diepe kloof in de diepten van zijn eigen wezen kan hem gevoelig en onevenwichtig maken, zelfs grenzend aan waanzin. Van de kunstenaar kan gezegd worden dat hij meer toegang heeft tot hogere staten van bewustzijn dan bijna ieder ander, maar dit

betekent niet dat hij er voortdurend toegang toe heeft. Zoals Shelly zegt in zijn ‘Lied’: ‘zelden, zelden, komt u, geest van verrukking’.

Deze geest van verrukking - de ervaring van een hogere staat van zijn en bewustzijn - bezoekt de creatieve kunstenaar inderdaad maar al te zelden. De kunstenaar ervaart zulke staten niet voortdurend en hierin verschilt hij van de echte mystici, die geneigd zijn om er voortdurend in te verblijven. Door het voortdurend wisselen tussen deze hogere staten en meer gewone geestestoestanden kan het lijken alsof de kunstenaar twee mensen is. Het is een trieste maar helaas alledaagse ervaring om een prachtig boek te lezen en dan te merken dat de schrijver helemaal niet zo’n geweldig mens is als zijn boek doet geloven. Uiteindelijk ga je hem ontmoeten en je benadert hem vol dankbaarheid en bewondering met het gevoel, dat bepaalde boeken je geven, dat de schrijver al bijna een vriend is en dat hij zijn ziel al aan je heeft bloot gegeven. Maar dan wordt je geconfronteerd met een droog, verschrompeld, schriel mannetje en het berouwt je dat je hem ooit tegengekomen bent, je bent zo teleurgesteld.

Het is alsof de kunstenaar twee gescheiden identiteiten heeft - een artistiek zelf en een gewoon zelf. Vandaar het idee dat de inspiratie van een kunstenaar vanuit het hogere tot hem komt, dat het niet zijn eigen werk is. De 18de-eeuwse componist Haydn had blijkbaar precies deze ervaring. Luisterende naar een uitvoering van zijn oratorium: ‘De schepping’, geschreven op hoge leeftijd, roept hij uit: ‘Niet ik, maar een macht van boven heeft dit gecreëerd’. Nu hij in zijn gewone staat van bewustzijn terug was, moest de gewone persoon Haydn het resultaat van Haydn de kunstenaar ontkennen.

Dit is ook één van de redenen waarom we traditioneel naar de kunstenaar - en iedereen die afhankelijk is van een bepaalde vorm van hogere macht - als een genie verwijzen. Het woord genie betekent oorspronkelijk ‘je beschermende geest’ wat in christelijke termen vertaald wordt als beschermengel. Een genie vertegenwoordigt de hogere krachten die je overschaduwen en je richting geven en je daden richten. Om het anders te zeggen: het vertegenwoordigt je eigen hogere zelf, opgevat als een onafhankelijke of quasi onafhankelijke persoonlijkheid die een bron

van richting en inspiratie voor je gewone zelf is. Dezelfde opvatting omvat het klassieke concept van de Muzen. Aan het begin van de *Ilias* bijvoorbeeld roept Homerus de godin aan om 'van de verderfelijke woede van Achilles te zingen'. Evenzo begint de *Odyssee:* 'vertel me, Muze, van de mens met vele listen...'. Voor elke klassieke dichter was dit de gebruikelijke opening. Volgend in hun voetsporen doet Milton hetzelfde aan het begin van: 'Paradise lost' behalve dat hij de hemelse muze aanroept, welke hij van de heidense muze onderscheidt. Maar het idee is hetzelfde. Je roept een zekere hogere macht aan welke van buiten jezelf lijkt te komen, maar die in werkelijkheid je eigen hogere zelf is, waarvandaan elke echte artistieke creatie voortvloeit.

Tegenwoordig wordt het woord genie erg vrij gebruikt, zonder gewaar zijn van zijn originele betekenis, en wordt toegepast op elke middelmatig begaafd persoon. Toen de dichter Vladimir Nabokov gevraagd werd of hij zichzelf als een genie zag antwoordde hij: *het woord 'genie' wordt nogal royaal gebruikt, vind je niet? In ieder geval in het Engels, omdat het Russische equivalent,* geniy, *een term is die tot barstens toe met een soort eerbied gevuld is en alleen gebruikt wordt bij een erg klein aantal schrijvers - Shakespeare, Milton, Poesjkin en Tolstoj. Aan zulke geliefde schrijvers als Toergenjev en Tsjechov kennen de Russen de zwakkere term* talant *toe - talent, niet genie. Het is een bizar voorbeeld van semantisch verschil - hetzelfde woord is in de ene taal belangrijker dan in een ander. Ofschoon mijn Russisch en mijn Engels praktisch gelijkwaardig zijn, voel ik me nog steeds ontsteld en verward als genie toegekend wordt aan elke belangrijke verhalenverteller zoals Maupassant of Maugham. Genie betekent voor mij nog steeds, in mijn Russische pietluttigheid en eerbied voor bewoordingen, een unieke, verblindende gave - het genie van James Joyce en niet het talent van Henry James.*[lxviii]

Of men het nu wel of niet eens is met zijn inschatting van Henry James, de kracht van het onderscheid dat hij maakt tussen talent en genie is grotendeels in overeenstemming met de soort herwaardering van wat kunst betekent en wat het betekent om een kunstenaar te zijn, zoals ik hier met mijn eigen definitie van kunst poog te doen.

Wij hebben gezien dat kunst de ordening van zintuiglijke indrukken is die de gevoeligheid van de kunstenaar uitdrukt (op wat voor niveau van verfijning dat ook is). De definitie gaat verder: 'en communiceert aan zijn publiek een besef van waarden dat hun leven kan transformeren'. Hoe gebeurt dit? En wat wordt bedoeld met: 'een gevoel van waarden dat ons leven kan transformeren?'

Als we ermee eens zijn dat de kunstenaar een hoger niveau ervaart, te weten een veelomvattender en krachtiger mate van gewaar zijn dan gewone mensen, dan drukt het kunstwerk die mate van gewaar zijn uit. Het drukt het niet alleen uit maar communiceert het ook zodat als de communicatie slaagt, we een tijdje die staat van bewustzijn ervaren. Niet in de mate waarin de kunstenaar het kunstwerk produceerde, maar minder. Dit is de communicatie van de artiest. We worden, al is het tijdelijk, naar zijn of haar niveau verheven, worden een echt individu. Tijdelijk delen we zijn of haar besef van waarden en inzichten en dit kan ons leven veranderen.

Dit is uiteindelijk waar de evolutie van onze menselijkheid over gaat. Transformatie **is** evolutie. Het is niet een oppervlakkige verandering maar een verandering van niveau. Kunstenaars zijn daarom niet alleen zelf hoger ontwikkeld maar door de kunst waarmee zij hun ervaring van zichzelf communiceren, dragen ze bij aan de hogere evolutie van andere mensen.

Genieten van grote kunstwerken verdiept en verbreed ons eigen bewustzijn. Als we luisteren naar een fantastisch muziekstuk, een fantastisch schilderij zien of een geweldig gedicht lezen - als we het echt ervaren, ons toestaan dat het ons doordrenkt - gaan we voorbij ons gewone bewustzijn. We worden vrijgeviger met onze genegenheid. Ons gehele leven is subtiel maar diep gewijzigd. Als we verder gaan in het navolgen van een interesse in de kunsten kan onze hele staat van zijn beïnvloed worden en ons hele leven kan zelfs getransformeerd worden.

Traditionele religies zoals het christendom hebben tegenwoordig hun onbetwiste greep op de geest van de westerse mens verloren. De verbazingwekkende architectonische monumenten van het

christendom bestaan nog steeds. Maar hoe glorieus sommigen ervan ook moge zijn, voor de meeste mensen zijn het lege hulzen. Voor de overgrote meerderheid van de mensen is orthodoxe religie niet langer een wijze van genade. Wij halen er niets uit. Het betekent niets voor ons. Het beurt ons niet langer op, of raakt ons, of transformeert ons en verandert ons nog minder in iets mooiers. Mensen zijn er zelfs niet meer tegen.

Zoals de titel van mijn eigen boek over kunst bedoelt te suggereren, is voor veel mensen de plaats en functie van religie overgenomen door kunst. Ik denk dat dit één van de redenen is voor de immense populariteit van de beeldende kunsten - want ondanks alle gemopper over het verval van cultuur, zijn de beeldende kunsten nog nooit zo populair geweest. Vroeger was het genieten van een kunstwerk het privilege van weinig mensen. In Engeland zouden 500 jaar geleden de meesten van ons in miserabele hutten geleefd hebben. Wij zouden nooit enig schilderij gezien hebben behalve misschien één of twee in de plaatselijke kerk, en we zouden weinig muziek van enige kwaliteit gehoord hebben. Wat betreft lezen, bijna niemand las voor het plezier, als ze al lazen. Genieten van hogere cultuur was het privilege van niet meer dan een paar rijke geestelijken en aristocraten. Hoeveel mensen hadden tot in de achttiende eeuw het werk van Bach, Haydn of Mozart horen uitvoeren? En paar tienduizenden op z'n hoogst - en soms alleen een paar honderd zich vervelende aristocraten.

Maar tegenwoordig ligt de artistieke erfenis aller tijden binnen het bereik van bijna iedereen. De muziek van de grote componisten kan keer op keer door miljoenen mensen over de gehele wereld gehoord en van genoten worden. De hogere cultuur is op een niet voor te stellen schaal verspreidt. Wat voor resultaat dit zou kunnen hebben, kunnen we alleen maar raden. Maar het kan zijn dat de plotselinge grote beschikbaarheid van hogere cultuur een langzame maar gestadige verfijnende invloed op een aanzienlijke en invloedrijk deel van de bevolking zal uitoefenen.

Als het waar is dat de kunsten de plek van religie hebben ingenomen dan komt dit omdat zij een wezenlijk deel, niet van religie in de

bekrompen betekenis, maar van het spirituele leven vormen. En als mijn analyse juist is, moeten we alle beeldende kunsten aanmoedigen als een integraal deel van het spirituele leven en de evolutie van de mensheid.

Een laatste vraag blijft over om te stellen en die gaat over de psychologie van artistieke creatie. Hoe en waarom komt het dat voor de kunstenaar de productie van kunstwerken een middel moet zijn - zelfs **het** middel - van hogere evolutie? Wat gebeurt er als de kunstenaar creëert?

Om kort te zijn: als kunstenaars creëren dan objectiveren ze. En als je objectiveert kun je assimileren. Dit lijkt op wat er gebeurt in het proces van traditionele boeddhistische visualisatie oefeningen. Als we bijvoorbeeld in meditatie de Boeddha visualiseren, sluiten we onze ogen en zien we - we proberen werkelijk te zien in plaats van er alleen over te denken - als eerste een groene uitgestrektheid, met een blauw lucht erboven. Er tussen is een bodhiboom. Dan zien we aan de voet van de bodhiboom de figuur van de Boeddha in een oranje gewaad. We zien de uiterst vredige kenmerken, de gouden teint, de vriendelijke glimlach, het gekrulde zwarte haar en de kleuren van zijn aura. We zien dit allemaal zo helder alsof de Boeddha zelf voor ons zit. En in wat we visualiseren herkennen we de spirituele kwaliteiten van de Boeddha. In zijn gezicht zien we wijsheid, mededogen, kalmte, onbevreesdheid enzovoort. Als we langzamerhand dichterbij het gevisualiseerde beeld komen, en zo naar deze kwaliteiten, voelt het alsof het gevisualiseerde beeld dichter naar ons toe komt. We voelen dat we de kwaliteiten van de Boeddha in onszelf opnemen.[lxix]

Als we volhouden met deze beoefening, als we het niet alleen maar een paar dagen doen, maar maanden, zelfs jaren, zal er uiteindelijk een tijd komen dat we volledig deze kwaliteiten van de Boeddha opgenomen hebben en in die meditatie-ervaring één met hem worden. Als dat gebeurt, is het niet-verlichte wezen getransformeerd in het Verlichte Wezen en realiseren wij onze eigen Boeddha natuur. Maar gedurende deze beoefening, in het proces van deze beoefening, wat is er echt gebeurd?

Wat er gebeurde, is dat ons eigen potentieel - d.w.z. Boeddhaschap - wat er al voortdurend was, onbekend en niet herkend, in het hart van ons eigen wezen, in de diepte van onze eigen aard, werkelijkheid is geworden; het is gerealiseerd. Maar het is gerealiseerd doordat het geobjectiveerd werd, door het 'buiten ons te zien' (hoewel het 'binnenin' ons is). Doordat het op deze manier geobjectiveerd wordt, is het geleidelijk meer en meer opgenomen, totdat we er één mee geworden zijn.

Hetzelfde gebeurt met een artistieke creatie. Als we zeggen dat de kunstenaar uit zijn of haar ervaring van een hoger niveau van zijn creëert, is het niet zo eenvoudig en ongecompliceerd als het lijkt. Het is niet zo dat de kunstenaar de ervaring zelf volledig, perfect en compleet heeft voordat er iets gecreëerd wordt. Iemand die het zo zou doen zou helemaal geen kunstenaar zijn maar een mysticus, wat iets anders is, in potentieel iets hogers. Het uitgangspunt van de kunstenaar is een vaag besef van iets dat hij of zij in het proces van het creëren van het kunstwerk verheldert en intensiveert. De oorspronkelijke creatieve ervaring van de kunstenaar is als zaad die barst van het leven maar zijn aard wordt alleen volledig onthuld als de bloem in bloei staat, als het kunstwerk zelf compleet en perfect tot stand is gebracht. Maar hoe voortreffelijk de objecten die men creëert ook zijn, wat hun transformerende kracht ook is, het hoogste doel van elke kunstenaar moet hetzelfde zijn als van elk menselijk wezen. Ieder van ons moet tot doel hebben om ons eigen voortreffelijkste kunstwerk te zijn, om 'stijl aan ons karakter te geven' in de woorden van Nietzsche - d.w.z. om een echt individu te worden.

deel 3: het netwerk van persoonlijke relaties.

Introductie.

Sommige verzen die ik eens voor de inwijding van een boeddhistische schrijnruimte schreef, bevatten de aspiratie: ‘Moge onze communicatie met elkaar Sangha zijn’.[lxx] Dit geeft het grote belang weer, dat in het boeddhisme aan de kwaliteit van communicatie gegeven wordt, zowel tussen leden van de sangha als in de context van alle relaties welke een individuele boeddhist met andere mensen heeft. De Boeddha had veel over communicatie te zeggen - over het belang van eerlijke, vriendelijke, zinnige en harmonieuze spraak, en over de noodzaak om aandacht te geven aan je relaties in het algemeen en er zeker van zijn dat je met anderen omgaat op een manier die met je boeddhistische principes overeenstemt.

De reden hiervoor is duidelijk. Mens zijn betekent met andere menselijke wezens verbonden zijn. We kunnen niet in isolatie leven. Wat voor inspanningen we als individu ook doen om ons te ontwikkelen, ze worden voortdurend in het vuur van onze relatie met andere mensen getest. Hoe kalm, vriendelijk en verstandig we ons ook mogen voelen in de beslotenheid van ons eigen hart of schrijnruimte, de echte test van hoe volledig we deze kwaliteiten hebben ontwikkeld komt als we oog in oog staan met de realiteit van het leven zoals weergegeven in de uitdagingen die ‘andere mensen’ voor ons zijn.

De eerste mens met wie we verbonden zijn, is natuurlijk onze moeder. Die relatie is erg intiem, en heeft een groot effect op ons in ons verdere leven. Hierna komt onze vader in beeld, en misschien ook broers en zussen, samen met grootouders als we geluk hebben. Iets later kunnen we ons ook bewust worden van tantes, ooms en neven en nichten. Dit is meestal het bereik van onze familiekring. Maar daarna zijn er buren - naast ons, in de straat, aan de overkant - en vanaf de leeftijd van vier of vijf zijn er leraren, schoolkameraden en vrienden. Later kan er een echtgenoot of vrouw zijn en misschien

kinderen. Boven op deze relaties zullen we waarschijnlijk relaties hebben met werkgevers en collega's, misschien zelfs werknemers. En we zullen ook, vroeger of later op de een of andere manier relaties hebben met regeringsambtenaren, bureaucraten, zelfs regeerders, in ons eigen land of in het buitenland. Tegen de tijd dat we volwassen zijn, bevinden we ons midden in een heel netwerk van relaties met enorm veel, misschien honderden mensen. Indirect of op afstand zijn we met nog meer mensen verbonden.

Dit netwerk van relaties is het onderwerp van een boeddhistische tekst die bekent staat als de Sigalaka soetra, uit de Digha-Nikaya, de 'verzameling van de lange leerredes', in de Pali Canon.[lxxi] Het is een relatief vroege tekst. De inhoud ervan gaat terug naar de Boeddha zelf, daar kunnen wij redelijk zeker van zijn. Het wordt de Sigalaka soetra genoemd omdat het een leerrede is die door de Boeddha aan een jongeman genaamd Sigalaka gegeven is. Eén vertaler beschrijft de soetra als: 'advies voor leken'. Hierin verklaart de Boeddha een patroon van verschillende soorten relaties en legt hij uit hoe met ze om te gaan. Dit wordt allemaal met zo'n helderheid en beknoptheid uiteengezet dat het ook vandaag enorm interessant blijft - en we zullen het gebruiken als het raamwerk voor deze laatste sectie van onze beschouwing van de vraag: wat is de sangha?

Sigalaka is een jonge brahmaan. Dit betekent dat hij tot de priesterkaste behoort, de hoogste en meest invloedrijke kaste van de Indiase samenleving. De introductie tot de soetra vertelt dat de Boeddha Sigalaka op een vroege ochtend toevallig ontmoet. De kleren en het haar van Sigalaka druipen nog steeds van zijn zuiverende rituele bad. (Dit is iets dat je tegenwoordig nog steeds kunt zien - brahmanen die bij Varanasi in de heilige rivier de Ganges staan, zich onderdompelend in het water en mantra's reciterend.) Na zijn bad genomen te hebben voert Sigalaka de aanbidding van de zes richtingen uit: noord, zuid, oost, west, het zenit en het nadir.

Hij doet dit, zoals hij de Boeddha vertelt, uit gehoorzaamheid aan het uitdrukkelijke bevel van zijn stervende vader, om zich te beschermen voor enig kwaad dat uit één van de zes richtingen kan komen. De Boeddha zegt daarop tegen Sigalaka dat hoewel het goed

en juist is om de zes richtingen te aanbidden, hij dat niet op de juiste manier doet als hij wil dat zo'n aanbidding hem effectief beschermt. Hij gaat dan verder met uitleggen wat de zes richtingen echt betekenen.

'Het oosten,' zegt hij 'betekent moeder en vader (in de Indiase taal komt moeder voor vader) omdat men van ze afstamt net zoals de zon - of de dag - in het oosten opkomt.' De eerste relatie waar de Boeddha dus naar verwijst is die tussen ouder en kind. Wat betreft de andere richtingen, zij verwijzen naar de andere voornaamste relaties in het leven: het zuiden naar de relatie tussen leerling en leraar. Het westen naar die tussen man en vrouw. Het noorden naar vrienden en kameraden. Het nadir naar de relatie tussen meester en bediende (werkgever en werknemer in moderne termen). En het zenit naar de relatie tussen leken en asceten en brahmanen.

'Echte aanbidding van de zes richtingen,' verklaart de Boeddha 'bestaat uit het uitvoeren van je plichten met betrekking tot deze zes soorten relaties. Zulke ethische activiteit is vanzelfsprekend geluk brengend en het is in deze zin dat men zichzelf beschermt door dit soort aanbidding.' Hier plaatst de Boeddha het individu in het centrum van een netwerk van relaties, waaruit hij er zes opnoemt. De Boeddha lijkt gelijke nadruk te geven aan deze zes voornaamste relaties, die een redelijk ruime reikwijdte van menselijke interacties weergeven en in dit opzicht is hij kenmerkend voor zijn cultuur, die van noordoost India in de zesde eeuw voor onze jaartelling.

Maar de meeste andere culturen benadrukken de ene vorm van menselijke relaties meer dan de ander. Een vergelijkbare lijst met degene die de Boeddha aan Sigalaka gaf kan bijvoorbeeld gevonden worden in het Confucianisme, waar er vijf standaard relaties zijn: tussen heerser en onderdaan (soms beschreven als prins en minister), tussen ouder en kind, tussen man en vrouw, tussen broeder en broeder en tussen vriend en vriend. Maar in het oude China werd altijd specifieke nadruk gelegd op de relatie tussen ouders en kinderen en in het bijzonder op de plichten van kinderen naar hun ouders. Volgens sommige Confuciaanse schrijvers is respect voor de ouders de grootste van alle deugden, en in de klassieke tijd werden

zonen en dochters die opmerkelijke voorbeelden hiervan waren officieel door de regering met een titel, een beurs of een groot stuk land geëerd, of er werd een monument ter ere van hen opgericht. Het hele idee kan voor ons in de huidige tijd alleen maar heel vreemd lijken omdat wij nu in een hele andere tijd leven, waar onafhankelijkheid van onze ouders voor de meeste mensen het doel is.

Richten we ons naar de oude Grieken dan vinden we geen specifieke lijst van veelbetekenende relaties. Als we echter het Plato's verslag van de leringen van Socrates nemen, als het hoogste ideaal van de Grieken vertegenwoordigend, is het duidelijk dat voor hen de relatie tussen vriend en vriend het meest belangrijke was. De ontroerende beschrijving van de dood van Socrates plaatst deze nadruk in een sterk perspectief. Enige tijd voor zijn dood zien wij hem nogal formeel afscheid nemen van zijn vrouw en kinderen, die niettemin beschreven worden als bitter huilend. Dan stuurt hij ze weg en zijn laatste uren wijdt hij aan filosofische discussie met zijn vrienden.[lxxii]

Tijdens de Middeleeuwen in Europa, aan de andere kant, werd de nadruk gelegd op de relatie tussen meester en bediende, in het bijzonder die tussen de feodale heer en de vazal. De centraliteit van deze relatie was zo belangrijk dat er een heel sociaal systeem omheen gebouwd was. In het feodale systeem was trouw de grootste deugd, in het bijzonder aan de persoon direct boven je in de sociale pikorde. Als je een landheer was, zou het de koning zijn. Als je een kleine landeigenaar was, zou het de lokale landheer zijn. Als je een gewone bediende of lijfeigene was, zou het je ridder zijn. En je zou bereid zijn om voor je feodale superieur te sterven.

In het moderne Westen zien we natuurlijk dat de belangrijkste nadruk op de seksuele of romantische relatie ligt. Men kan natuurlijk van één zo'n relatie naar een andere gaan, maar uiteindelijk blijft hun huidige seksuele relatie desondanks voor de meeste mensen de centrale relatie, die betekenis en kleur aan hun leven geeft. De romantische relatie is het voornaamste onderwerp van films, romans, toneelstukken en gedichten en als een ideaal is het allesomvattend - geliefden verklaren gewoonlijk dat ze niet zonder elkaar kunnen

leven, zelfs dat ze bereid zijn om voor elkaar te sterven. Dus is voor de meeste mensen in onze cultuur de seksuele/romantische relatie de centrale en meest belangrijke relatie - een idee dat mensen van de oude beschavingen waarschijnlijk belachelijk gevonden zouden hebben. Dat wil niet zeggen dat zij het noodzakelijkerwijs juist hadden, maar we kunnen tenminste onszelf eraan herinneren dat mensen niet altijd gevoeld hebben wat wij vandaag voelen.

In het moderne westen neigen andere relaties er vaak toe oppervlakkig te zijn omdat ze eenvoudig niet hetzelfde gewicht krijgen. Wij hebben de neiging om onze relatie met onze ouders en onze vrienden te verwaarlozen. We nemen het nauwelijks serieus zoals we dat met onze romantische verhouding wel doen. Dat, denken we, is zoals de dingen zijn. We hebben de neiging te denken dat de enorme waarde die we aan deze specifieke relatie geven, vergeleken met de mindere waarde die wij aan andere geven, volstrekt normaal is. We zijn geneigd om aan te nemen dat het overal in de wereld altijd zo geweest is.

Maar dat is, zoals we gezien hebben, echt niet het geval. Integendeel, onze positie is duidelijk abnormaal - geen andere samenleving heeft de seksuele relatie zo hoog boven alle anderen verheven.

Los van de verwaarlozing van andere relaties, heeft onze houding het onfortuinlijke resultaat dat het de romantische relatie overbelast. Wij zijn veel meer van onze seksuele partner gaan verwachten dan hij of zij kan geven. Als we niet zorgvuldig zijn, verwachten we dat hij of zij alles voor ons is: seksuele partner, vriend, maat, moeder, vader, adviseur, raadgever, bron van veiligheid - alles. We verwachten dat deze relatie ons liefde geeft, veiligheid, geluk, vervulling en de rest. We verwachten dat het betekenis aan ons leven geeft en op deze manier wordt het een elektriciteitskabel waar een veel te grote spanning opstaat. Het resultaat is dat de arme, onfortuinlijke seksuele relatie heel vaak opgeblazen wordt - het gaat kapot onder de druk. De voor de hand liggende oplossing is om te werken aan de ontwikkeling van een grotere spreiding van relaties,

welke allemaal belangrijk voor ons zijn en waaraan we allemaal veel zorg en aandacht geven.

Maar men kan het ook op een andere manier zien. Zowel het bijdragen aan het verval van andere relaties, als het tegenwoordig centraal stellen van de seksuele of huwelijks relatie weerspiegelen ook het feit dat andere relaties moeilijker zijn geworden of geneigd zijn in onbruik te geraken. Leraar - leerling, werkgever - werknemer en heerser - onderdaan relaties zijn allemaal onpersoonlijk geworden, vaak worden ze in feite niet gezien als relaties die sowieso enig persoonlijk element moeten bevatten. Maar dit was niet het geval in de oudere samenlevingen. Eeuwen geleden - in sommige gebieden van Europa pas 150 jaar terug - zou je waarschijnlijk met je meester onder hetzelfde dak geleefd hebben als je een bediende of een leerling was. Je was een deel van zijn dagelijkse bestaan, at hetzelfde voedsel aan dezelfde tafel, alsof je een deel van het gezin was, ofschoon je je plaats wist. Onder het traditionele leerling systeem kon een erg nauwe persoonlijke relatie tussen meester en leerling of bediende groeien, of in moderne termen, tussen werkgever en werknemer.

De romans van Dickens, die gedateerd zijn tussen 1840 en 1850 in een tijd dat het industriële tijdperk al begonnen was, konden nog steeds de relatie tussen meester en bediende beschrijven in duidelijke feodale termen, omdat deze termen voor veel mensen nog steeds een realiteit waren. Als in 'The Pickwick Papers' Sam Weller, de trouwe bediende van de heer Pickwick, wil gaan trouwen, biedt de heer Pickwick vanzelfsprekend Sam vrijstelling van zijn diensten aan. Sam verklaart zijn intentie om bij de heer Pickwick te blijven waarop die zegt: 'Mijn goede vriend, je wordt geacht om de jonge vrouw ook in beschouwing te nemen'. Maar Sam zegt dat zij gelukkig op hem zal wachten. 'Als ze dat niet wil doen, is zij niet de jonge vrouw die ik dacht dat ze was en dan geef ik haar met gemak op'. Zijn plicht, zegt hij, is om de heer Pickwick te dienen.

Op deze manier ging hij (Dickens)terug naar de situatie waar je een feodale heer diende die je in de strijd aanvoerde, die machtiger was dan jij, die je beschermde, en aan wie je onvoorwaardelijk loyaal

was. Deze toewijding maakte het een echte persoonlijke relatie en meestal de meest belangrijke relatie in het leven van een man, zelfs op een emotioneel niveau, en één waarvoor andere relaties desnoods opgeofferd werden.

Deze houding bestond in het oosten eigenlijk nog steeds toen ik er in de jaren vijftig was. In Kalimpong moest ik soms Tibetaanse of Nepalese koks, klusjes mensen of tuinders in dienst nemen en het was merkbaar dat zij snel erg loyaal werden. Ze waren niet alleen in het geld, dat ze aan het eind van de maand kregen, geïnteresseerd . Sommigen van hen wilden zelfs niet voor geld werken. Ze waren veel meer geïnteresseerd in een goede relatie met een goede baas.

Tegenwoordig, of het nu goed of slecht is, is dit aan het verdwijnen door de geleidelijke aanname van westerse waarden. Het woord 'meester' maakt mensen tegenwoordig enigszins ongemakkelijk. Het resultaat is dat je over het algemeen geen echte persoonlijke relatie met je werkgever kunt hebben. Je werkt niet voor een 'meester' maar voor een afdeling in een bedrijf en je werk wordt gecontroleerd door mensen die meer macht hebben dan jij, maar geen trouw of verplichting aan jou hebben. Alleen in echte archaïsche situaties, zoals een leger regiment, waar trouw en toewijding aan plichten de sleutel voor succes zijn, vind je nog steeds iets van dit soort relaties. We hebben ook een afstandelijke, onpersoonlijke relatie met diegenen die onze belangen zouden moeten beschermen en we denken zeker niet in termen van ze dienen. Je kunt, één of twee keer in je leven, in de gelegenheid komen om handen te schudden met je lokale parlementslid of congreslid, maar meestal is dat het meest dichtbij dat je bij hen kunt komen.

Men kan denken dat de relatie tussen leraar en leerling van nature persoonlijk zal zijn. Dat kan zeker het geval zijn in het onderwijs systeem van sommige universiteiten. Over het algemeen echter is onderwijs tegenwoordig een bedrijfsmatig proces waar leerlingen van de ene naar de andere leraar doorgeschoven worden in de hoop dat een gebalanceerde opname van feiten het resultaat zal zijn. In het gebruikelijke les systeem moet een leraar soms bijna veertig leerlingen onderwijzen en gaat dan verder om een andere grote

groep leerlingen te onderwijzen. Een relatie is noodzakelijkerwijs een individueel iets, en het is praktisch onmogelijk om onder zulke omstandigheden een dergelijke relatie met elke leerling die aan je zorg toevertrouwd is te ontwikkelen. Ook kun je geen favorieten hebben, omdat dit tot wrok zal leiden.

In elk geval komen de meesten van ons alleen in contact met leraren als we relatief jong zijn, zodat elke relatie die we met een leraar zouden kunnen hebben nooit een kans krijgt om te groeien. We denken over het algemeen niet in termen van iets leren voorbij het punt waarop we stoppen kwalificaties te vergaren, dat is voor ons het einde van de leraar - leerling relatie. Bepaalde relaties kunnen later een onofficieel mentorschap element met zich meebrengen, wat een diepgaand effect op onze ontwikkeling kan hebben.

In het moderne leven zijn relaties tussen vrienden, zeker in het geval van mannen, niet bedoeld om diep te gaan en problemen te veroorzaken. We neigen ernaar om zulke relaties op een gemakkelijk, niet te veeleisend niveau te houden omdat waarschijnlijk in de gedachten van veel mensen de angst voor homoseksualiteit bestaat. Elke sterke emotionele relatie tussen twee mensen van hetzelfde geslacht, in het bijzonder tussen twee mannen, wordt in onze tijd met achterdocht bekeken. (Noot van de vertaler: De schrijver duidt op de homofobie in de UK in die tijd (2000) wat de vorming van diepere vriendschappen tussen mannen bemoeilijkte).

We kunnen ook zeggen dat relaties tussen broers en zussen veel minder belangrijk zijn dan vroeger. Een voor de hand liggende reden hiervoor is dat sommigen van ons geen broers of zussen hebben. Het komt maar al te vaak voor dat je enig kind bent - heel verschillend van de grote families van vroeger (in het bijzonder voor de komst van de welzijnsstaat) toen er van de familieleden verwacht werd dat ze voor elkaar zorgden.

Het feit dat deze verschillende soorten relaties oppervlakkiger geworden zijn, betekent dat er maar één of twee effectieve persoonlijke relaties overblijven in ons huidige leven. De oude

Indiërs hadden er zes, de oude Chinezen hadden er vijf, maar wij hebben er om allerlei praktische redenen twee: de ouder - kind relatie en de man - vrouw of vriend - vriendin relatie. En van deze is de tweede voor de meeste mensen het meest belangrijk.

Er zijn natuurlijk verschillende ingewikkelde factoren in seksuele relaties, de meest voor de hand liggende is seks zelf. Onder de condities van het moderne leven zijn seksuele behoeften niet alleen biologisch maar ook psychologisch. Een man heeft bijvoorbeeld tegenwoordig de neiging om de uitdrukking van zijn mannelijkheid minder te associëren met zijn activiteiten in de wereld dan met zijn seksuele activiteit, in het bijzonder als zijn werk weinig betekenis heeft en niet veeleisend is.

Een andere complicerende factor is dat de man - vrouw relatie geïnstitutionaliseerd is, zoals in de meeste beschavingen, - als huwelijk of als samenwonend. Naast de ouder - kind relatie (die op een geheel andere basis stoelt) is het huwelijk de enige van onze relaties die we op deze manier gelegaliseerd en geïnstitutionaliseerd hebben. Het is niet alleen een persoonlijk verband tussen twee mensen, het brengt een legale verplichting met zich mee, die onder bepaalde omstandigheden zelfs door een rechtbank opgelegd kan worden. Het is vaak niet gemakkelijk om veranderingen aan te brengen in zo'n relatie en dit kan tot moeilijkheden leiden.

Als er een conflict ontstaat tussen onze behoefte om ons als individu te ontwikkelen aan de ene kant en onze seksuele relatie aan de andere kant, kan de psychologische druk oplopen en een intense spanning creëren. Elke persoonlijke relatie heeft inderdaad het potentieel om onze poging om spiritueel te groeien in de weg te staan. Er is hier iets van een schijnbare tegenstrijdigheid. Aan de ene kant zijn persoonlijke relaties absoluut noodzakelijk voor menselijke ontwikkeling. Aan de andere kant, als we toegewijd zijn aan spirituele ontwikkeling, is het veel gemakkelijker om een persoonlijke relatie te onderhouden met iemand anders die ook een spiritueel leven probeert te leiden. Problemen zullen waarschijnlijk ontstaan - in het bijzonder in de context van een seksuele relatie - wanneer één van de twee zich met spirituele beoefening wil bezig

houden en de andere niet. Zulke problemen zijn moeilijk op te lossen omdat we toch al niet volledig met hart en ziel ons toewijden aan het spirituele leven. Bij wijze van spreken zal een deel van ons waarschijnlijk de kant van de andere persoon kiezen tegen onze spirituele aspiratie in, zodat we het ermee eens zullen zijn dat bijvoorbeeld tijd reserveren om te gaan mediteren gewoon egoïstisch is.

Sommige mensen merken dat zodra zij zich gaan bezighouden met spirituele beoefening het belang van hun oude persoonlijke relaties afneemt, zeker voor een tijd. Dit kan moeilijk zijn om te accepteren. Het lijkt ondraaglijk hardvochtig om te zeggen dat als je groeit, je je familie en vrienden min of meer achter moet laten. Maar eigenlijk is dit te verwachten. Het spiritueel leven omvat een element van voortgaan, zoals we al gezien hebben. Als je geïnteresseerd bent in dingen waar je vrienden en familie weinig of geen kennis van of interesse in hebben, kan het niet anders dan dat je min of meer contact met hen verliest.

Veel mensen merken echter dat als zij in hun spirituele beoefening rijpen, dat hun toenemende positiviteit, gevoeligheid en gevoel van waardering ze veel diepere en intieme relaties opleveren, in het bijzonder met hun familie. Dit is heel erg te verwelkomen en hier is inderdaad bewust aan gewerkt. De Boeddha herinnerde Sigalaka eraan dat onze ouders ons dit leven gaven en dat we meer en meer voelen hoe vol betekenis en waardevol dit is. We zijn hen hiervoor veel liefde en respect verschuldigd, ongeacht wat er nadien gebeurd is. Aan de andere kant, als we dieper gaan in onze spirituele beoefening, zullen we nieuwe persoonlijke relaties met andere mensen vormen die ook een spiritueel leven proberen te leven – anders gezegd zullen we waarschijnlijk toetreden tot, of helpen met het formeren van een spirituele gemeenschap.

In de volgende hoofdstukken zullen gaan kijken naar elk van de zes relaties die de Boeddha Sigalaka vroeg met de zes richtingen te associëren. Elk hoofdstuk kijkt naar de relatie in kwestie vanuit een specifieke hoek, dit is dus niet bedoeld als een allesomvattende opsomming (wat overigens sowieso moeilijk zou zijn), maar

eenvoudig om een gelegenheid te geven achtereenvolgens bij de aard van elke relatie stil te staan en te reflecteren. Na over alle zes relaties gereflecteerd te hebben, zullen we iets beschouwen dat met allemaal te maken heeft en ook een kwaliteit is van het echte individu: dankbaarheid. We zullen afsluiten met twee hoofdstukken die een aantal gedachten zullen formuleren over de individuele boeddhistische relatie met de wijdere wereld. In tegenstelling tot wat sommige mensen aannemen is het boeddhistische leven geen rationalisatie voor egoïsme en kan het alleen volledig geleefd worden in het licht van onze wederzijdse verbondenheid met al het leven, en de toewijding om met mededogen en energie vanuit die basis te handelen.

Hoofdstuk 13: Een boeddhistische ouder zijn.

Eén van de zes relaties die vereerd en gerespecteerd moet worden, volgens het advies van de Boeddha aan Sigalaka, is die tussen ouders en kinderen. We krijgen de indruk dat dit iets was waar Sigalaka al iets over wist omdat hij de zes richtingen aanbad uit respect voor de wensen van zijn vader. Er kan echter veel gezegd worden over de plichten van kinderen naar hun ouders. Hier zal ik me echter focussen op de plichten van ouders naar hun kinderen.

Ik ben zelf geen ouder maar ik heb zeker de gelegenheid gehad om de aard van ouderschap te observeren, door mijn communicatie met vrienden en volgelingen die ouders zijn, door mijn observaties van wat er om mij heen gebeurt, en door mijn lezen en contact met de media in het algemeen. Misschien is het gezegde dat de toeschouwer het meeste van het spel ziet hier relevant. Op basis van die ervaring - zij het indirect - zoals ik die had, durf ik het aan om een lijst van punten aan te bieden die elke boeddhistische ouder in overweging zou moeten nemen. Ik ga niet op de vraag in of men wel of niet kinderen moet hebben. Het is eenvoudig een gegeven feit dat veel mensen, inclusief veel boeddhisten, ze hebben en dat er daarom een behoefte is om te overwegen hoe met deze belangrijke relatie om te gaan.

De opmerkingen die ik wil maken - veel er van zijn gewoon gezond verstand - worden uitgedrukt in vijftien punten. De eerste hiervan is:

1. Bedenk dat je als eerste boeddhist bent en als tweede een ouder.

Als men zowel een boeddhist als een ouder is, is het belangrijk om jezelf als een boeddhist te zien die een ouder is, in plaats van een ouder die ook nog boeddhist blijkt te zijn. Er is een groot verschil

tussen deze twee standpunten. Door dit te zeggen wil ik zeker boeddhisten niet aanmoedigen om hun kinderen op de tweede plaats te stellen. Als je op retraite wilt gaan en je zoon of dochter blijkt ziek te zijn, suggereer ik niet dat je hem of haar aan de goede zorgen van iemand anders over laat om zelf op retraite te gaan. Helemaal niet. Boeddhisme komt als eerste in de zin van dat het vanuit boeddhisme is dat je de principes ontleent van waaruit je probeert om een boeddhistische ouder te zijn en niet zo maar een ouder.

Mensen delen ouderschap met bijna alle dieren. Een ouder worden is geen grote prestatie en bijna alle mensen worden het. Ook al is het gemakkelijk om een ouder te worden, om een goede ouder te zijn is veel moeilijker. Een boeddhistische ouder zijn is zelfs nog moeilijker, omdat het betekent het toepassen, of proberen toe te passen, van boeddhistische principes in je relaties met je kinderen. Dit punt vormt de basis van alle andere die ik wil maken.

2. Wees niet bang om je kinderen het boeddhisme te leren.

Tegenwoordig is er heel wat verwarring over wat kinderen geleerd moet worden. Mensen zeggen vaak dat we het denken van anderen niet moeten beïnvloeden. We moeten mensen aanmoedigen om voor zichzelf te denken. Kinderen moeten niet geïndoctrineerd worden maar moeten toegestaan worden om met een open, vrije en bijna lege geest op te groeien. Als ze oud genoeg zijn, kunnen ze voor zichzelf beslissen of ze een christen, boeddhist, agnosticus, moslim of hara krishna willen zijn, of wat ze ook aantrekkelijk vinden.

Deze manier van denken is volledig onrealistisch. Terwijl jij zorgvuldig ervan afziet om je kinderen over het boeddhisme te leren, ervan afziet om ze te indoctrineren, zoals je het kan opvatten, zullen er allerlei andere krachten hard aan het werk zijn om je kinderen te indoctrineren met waarden die verschillen van de jouwe, of je het leuk vindt of niet. Kinderen worden voortdurend geïndoctrineerd: op school of in de peuterklas, door televisie, door films en door de algemene atmosfeer van onze samenleving. Denk niet als je er van

afziet om je kinderen te ‘indoctrineren’, zij volledig vrij zullen zijn om over hun eigen zaken beslissingen te nemen als zij de leeftijd van vrijheid van handelen hebben bereikt, wanneer dat moge zijn (als het inderdaad ooit bereikt wordt).

Wees daarom niet bang om je kinderen over het boeddhisme te leren - of beter gezegd aan hen iets van de geest van de Dharma te communiceren. De samenleving in de ruimste zin zal allerlei soorten andere berichten gaan communiceren, waarvan sommigen een beslist negatief effect op hen zal hebben. Houd je daarom niet in om hen de positieve invloed van de Dharma te laten zien. Je hoeft niet te proberen om ze diepzinnige boeddhistische doctrines te leren zoals de wet van het afhankelijke ontstaan. Je hoeft ze niet zover te krijgen dat ze ‘A Survey of Buddhism’ op een jonge leeftijd lezen. Je kunt jong beginnen door ze plaatjes boeken over het leven van de Boeddha te laten zien, of de traditionele verhalen over de vorige levens van de Boeddha. Elk kind houdt van verhalen en het is niet te hopen dat de televisie thuis als enige verhalen vertelt. Op deze manier kun je hen introduceren tot de wereld van de boeddhistische cultuur en hen iets van het gevoel van het boeddhisme geven.

Iets anders wat je kunt doen en eigenlijk moet doen is een voorbeeld zijn. Als je kinderen ouder worden en je begint om jouw waarden aan hen te communiceren - misschien je toewijding aan ethisch spreken, is het belangrijk dat je zelf die toewijding demonstreert in de manier waarop je leeft. Zoals elke ouder zal weten, wijzen kinderen je snel op tegenstrijdigheden. Het is zinloos om je zoon of dochter te vertellen dat het verkeerd is om te liegen en dan tegen ze te zeggen als er iemand aan de deur komt: ‘Zeg maar dat ik niet thuis ben’.

Je kunt ook aan je kinderen iets van de geest van de Dharma communiceren door de atmosfeer die bij je thuis hangt. Het is belangrijk dat kinderen als ze thuis komen van school of een andere activiteit voelen dat thuis een goede plek is om te zijn: misschien rustig of misschien erg levendig, maar gelukkig en positief, met een atmosfeer van genegenheid en veiligheid. Misschien zullen ze zich uiteindelijk realiseren dat deze atmosfeer iets te maken heeft met het

feit dat je een boeddhist bent en dat je mediteert. Maar of ze deze verbinding wel of niet maken, ze zullen de voordelen ervaren van het leven in een positieve omgeving.

3. Realiseer je dat je er tegenaan moet gaan.

Geen ouder hoeft er aan herinnerd te worden dat als ouder je er tegen aan moet gaan in de zin van: het opvoeden van kinderen is duur, kinderen kunnen moeilijk zijn, je kunt er slapeloze nachten van hebben. Maar je moet er ook tegen aan gaan in een andere betekenis - tegen de wereld in de ruimste betekenis. Als een boeddhistische ouder probeer je kinderen overeenkomstig boeddhistische principes op te voeden. Maar deze principes worden in de buiten wereld meestal niet erkend. Jij zegt als het ware iets tegen je kind, maar de wereld zegt meestal iets heel anders, zelfs bijna het tegenovergestelde.

Elke boeddhist moet op deze manier vechten om zijn principes vol te houden, maar als ouder moet je de strijd zowel in het belang van je kinderen als van jezelf aangaan. Het is een vraag in hoeverre kinderen voor invloeden van buitenaf afgeschermd moeten worden, in het bijzonder als ze erg jong zijn, is een grote vraag. En in elk geval zal het alleen mogelijk zijn om ze min of meer af te schermen. Maar het is belangrijk en behulpzaam om te erkennen dat proberen om kinderen volgens boeddhistische principes op te voeden een enorme uitdaging is, omdat de buitenwereld - bewust of onbewust, opzettelijk of niet opzettelijk - voortdurend een heel verschillende invloed op ze zal hebben en ook op jou.

4. Wordt lid van een ouder - leraar organisatie.

Hier komen we aan iets specifieker. Vroeg of laat zal je kind naar school gaan. Mijn vierde punt is daarom: wordt lid van een ouder - leraar organisatie. Laat het onderwijs van je kinderen tijdens schooluren niet alleen aan hun leraren over. Er kan gezegd worden dat onderwijs te belangrijk is om overgelaten te worden aan leraren,

net zoals er soms gezegd wordt dat politiek te belangrijk is om aan politici overgelaten te worden. De leraren kunnen uitstekend hun werk doen, maar zij moeten er ook tegenaan - een leraar zijn is vaak net zo moeilijk als een ouder zijn.

Als je schoolgaande kinderen hebt, is het daarom een goed idee om contact te maken met hun leraren. Praat met ze over je kinderen en over kinderen in het algemeen op de school en bespreek ook met ze de problemen die zijzelf als leraren tegenkomen. Leraren hebben het tegenwoordig moeilijk. Er zijn meer en meer voorbeelden van leraren die fysiek aangevallen zijn door studenten en dit soort dingen maakt het leven voor hen er niet gemakkelijker op. Als je lid wordt van een ouder - leraar organisatie of vereniging kan je wat inbreng hebben, wat ideeën en suggesties bijdragen, zodat de school een betere plaats kan worden voor alle kinderen die er naar toe gaan. Je kunt zelfs de kans geboden worden om een schoolbestuurder te worden, en daardoor zelfs een grotere gelegenheid hebben om de school op een positieve en creatieve manier te beïnvloeden.

5. Communiceer met je kinderen.

Sommige mensen zullen zeggen dat dit punt meer tot vaders gericht moet zijn dan moeders, maar zo'n onderscheid ga ik niet maken. Als je een ouder bent is het heel belangrijk om met je kinderen te communiceren. Praat serieus met ze – breng ze niet tot zwijgen. Als ze een vraag stellen, neem het serieus. Als je dat doet, kun je verrast zijn hoe moeilijk het is om te antwoorden. Zelfs erg jonge kinderen zijn intelligent en opmerkzaam en kunnen soms met de meest ongelooflijke vragen komen.

Eén van de gelukkigste herinneringen uit mijn kindertijd, aan het einde van de jaren twintig en aan het begin van de jaren dertig, is dat mijn vader pratend tijd met mij doorbrengt. Als hij thuis kwam van zijn werk om ongeveer zes of zeven uur - als hij een baan had omdat dit de periode van werkloosheid was - en naar mijn kamer kwam - ik lag al in bed - ging hij op mijn bed zitten en praatte een halfuur of een uur met mij. Soms werd mijn moeder ongeduldig omdat ze zijn

eten al klaar had en het koud werd, maar hij was meer geïnteresseerd in het met mij praten. Hij sprak meestal over allerlei soorten dingen, in het bijzonder zijn oorlogservaringen - hij was ernstig gewond geraakt in de Grote Oorlog, die slechts een paar jaar eerder beëindigd was. Mijn vader sprak niet alleen tegen mij; toen ik ouder werd, vond ik het erg gemakkelijk ook met hem te praten.

Praat daarom met je kinderen. Deel je diepere gedachten met ze, in de mate dat zij het kunnen begrijpen. Dat betekent tijd vinden om met ze door te brengen. Wees niet te druk om met je eigen kinderen te praten. Reserveer zelfs tijd als je erg druk bent net zoals je tijd reserveert om een vriend te zien. Het is natuurlijk niet zo dat je voor je kinderen gaat zitten en zegt: 'kom op, we gaan even praten'. Je moet ze op het juiste moment aanspreken. Ze hoeven niet altijd zin te hebben om te praten als jij tijd hebt.

6. Beperk televisie kijken.

Het is moeilijk, zo niet onmogelijk, om een heldere en positieve mentale staat gaande te houden - om gewaar te blijven zoals boeddhisten zeggen - tenzij je iets doet om de omvang te beperken van alle stimulerende input van het moderne leven. En tegenwoordig komt er natuurlijk veel input van de televisie. Er is veel discussie of er wel of niet een oorzakelijk verband bestaat tussen geweld zoals het gezien wordt op televisie en geweld thuis en op straat. Sommige experts zeggen dat er geen echt verband is, anderen zeggen dat het er wel is en het is erg moeilijk voor de leek om de waarheid over de zaak te kennen.

Maar vanuit een boeddhistische zienswijze kunnen we van één ding zeker zijn. Of geweld op televisie wel of niet resulteert in feitelijk geweld, het verbetert zeker niet de mentale staat van de kijker. Om elke week vele uren, of zelfs elke dag, programma's te zien die een grote hoeveelheid geweld bevatten, kan alleen maar ten nadele van je geestestoestand zijn, of men nu een volwassene is of een beïnvloedbaar en ontvankelijk kind is.

Sommige mensen zeggen dat kinderen rechten hebben, inclusief het recht om naar televisie te kijken wanneer ze het willen. Zoals ik echter al ergens anders opgemerkt heb, denk ik dat het beter is om niet de taal van rechten te gebruiken, maar in plaats daarvan in termen van plichten te denken. En ouders - boeddhistische ouders in het bijzonder - hebben de plicht om het televisiekijken van hun kinderen te beperken. De beperking moet niet alleen gelden voor dat waar naar ze kijken, maar ook hoeveel tijd ze doorbrengen met voor de televisie te zitten. Onderzoeken hebben geconstateerd dat veel kinderen in het Westen te zwaar zijn. Dit komt gedeeltelijk door een ongezond dieet - dat het onderwerp van mijn volgende punt is - maar ook omdat ze niet genoeg bewegen. En ze bewegen klaarblijkelijk niet genoeg omdat het veel interessanter is om voor een televisie te gaan zitten. Testen laten zien dat kijken naar televisie ook de verbeeldingskracht schaadt - hoofdzakelijk omdat men passief opneemt wat de televisie producent kiest om te presenteren. Men hoeft dan de eigen verbeeldingskracht niet te gebruiken.

Beperken van het televisie kijken zal natuurlijk moeilijk zijn. Een boeddhistische moeder die ik ken zei dat haar kinderen zich iets ontnomen voelden omdat ze thuis geen televisie hadden, en zich daarom anders voelden dan alle andere kinderen op school. Zij konden niet aan een discussie deelnemen over wat zij de vorige avond op televisie gezien hadden. Uiteindelijk moest hun moeder met tegenzin toe geven aan hun voortdurende druk, ook al slaagde ze erin om hun tv kijken min of meer te beperken. Sterke krachten zijn klaarblijkelijk aan het werk. Desalniettemin moet men hierover een sterk standpunt innemen.

7. Geef je kinderen een gezond dieet.

Dit punt kan voor de hand liggend lijken maar ook nu weer gaan hedendaagse condities hier tegenin. Eén van de dingen die ik opmerk, omdat ik in de stad woon en mijn ogen open houd, is dat kinderen op straat eten. En natuurlijk eten ze meestal junk food: chocolade, ijsjes, hamburgers en patat. Ouders moeten doen wat zij kunnen om deze wijdverspreide gewoonte te verhinderen. Er is geen

reden om modern of fanatiek te doen zoals wij in de jaren zestig deden toen we allemaal macrobiotisch waren. Maar wie er ook voor het gezin kookt, moet proberen om het gezin een uitgebalanceerd dieet te geven en de tussendoortjes ontmoedigen.

En kinderen moeten vanzelfsprekend ontmoedigd worden om te roken. Ik zie als ik rondloop dat veel schoolkinderen roken. Ik zie ze als ze direct uit school komen - ze kunnen niet ouder zijn dan twaalf of dertien jaar - ze pakken een pakje sigaretten en steken meteen een sigaret op. Boeddhistische ouders moeten ook nu weer een strakke lijn met hun kinderen aanhouden als zij die specifieke leeftijd bereiken.

Het is heel anders toen ik een kind was. Ik had er niet eens aan gedacht om te gaan roken toen ik jong was, maar toen ik zestien werd zei mijn vader tegen mij: ‘zoon, je bent nu zestien. Nu mag je roken als je wilt’. Ik deed het niet - totdat ik het leger in ging. En zelfs toen rookte ik maar een korte tijd omdat ik er niet van genoot en sindsdien heb ik niet meer gerookt. Het is erg ontmoedigend om zulke kleine kinderen te zien, zowel jongens als meisjes, die al een rookgewoonte hebben ontwikkeld. Ontmoedig daarom alsjeblieft je kinderen om te roken - ontmoedig ze eigenlijk niet, stop ze. Oefen je ouderlijke autoriteit uit. Ik weet dat ouderlijke autoriteit tegenwoordig teruggebracht is tot snippers en flarden, maar wat voor klein beetje residu ook over is, pas het in dit gebied toe.

8. Socialiseer je kind.

Dit is een punt dat ik specifiek wil benadrukken. Je kinderen behoren niet alleen jou toe. Ze zijn niet alleen leden van het gezin. Ze zijn, of zullen, leden van de samenleving zijn, deel van de grotere gemeenschap, en ze moeten op zo’n manier opgevoed worden, zelfs getraind, dat zij op een positieve manier als leden van die samenleving kunnen functioneren. Dit omvat vanzelfsprekend ook nu weer de uitoefening van een zekere mate van discipline. Kinderen moeten bijvoorbeeld opgevoed worden in het respecteren van het bezit van anderen en om met de gevoelens van anderen rekening te

houden. Anders zullen zij later in de wereld een moeilijke tijd hebben. Jij kan misschien woede aanvallen, slecht gedrag en een onnadenkende houding tolereren maar de wereld zal dat niet.

Socialiseer daarom je kinderen. En laat ze andere mensen niet lastig vallen. Men ziet dit ouders doen. Kleine Jimmy of Marie misdraagt zich, en is erg onattent als het over andere mensen gaat, maar de ouders lachen nogal toegeeflijk – 'O, dat is kleine Marie', of: 'Dat is kleine Jimmy'. Van andere mensen wordt verwacht dat ze het accepteren of zelfs denken dat het leuk is. Het feit is natuurlijk dat andere mensen eerder zullen denken: 'Wat een afschuwelijk klein kreng'.

Goede manieren zijn tegenwoordig niet erg populair en worden geassocieerd met burgerlijke waarden, kleinburgerlijke opvoeding, en al dat soort zaken. De neiging is om de baby van de goede manieren met het badwater van sociologische mode weg te gooien. Maar we moeten doen wat we kunnen om de baby te redden. Recentelijk onderzoek heeft zelfs een duidelijke relatie geïdentificeerd tussen slechte manieren en jeugdcriminaliteit, en dit suggereert dat het aspect van socialisatie dat bestaat uit kinderen goede manieren leren niet onderschat moet worden.

9. Wees niet bezitterig.

Je kind is natuurlijk je kind, met alles wat dat betekent, en je bent min of meer wettelijk verantwoordelijk voor hem of haar. Maar vermijdt te denken: 'dit is *mijn* kind'. Ontwikkel niet de houding dat niemand anders toegestaan is om tegen jouw kind te praten, of hem een standje geven als hij zich misdraagt. In een gezonde positieve gemeenschap moet het voor elke volwassene mogelijk zijn om een kind een standje te geven als het zich ergens misdraagt. In de huidige westerse samenleving is dit helaas niet mogelijk. Men ziet het in India gebeuren maar in het Westen lijken mensen het je kwalijk te nemen als je je met hun kinderen bemoeit, zoals zij het noemen.

Boeddhistische ouders zouden natuurlijk niet zo'n houding moeten hebben, enerzijds omdat wij als boeddhisten niet proberen om gehecht te zijn, of onze gehechtheid te beperken, en anderzijds omdat boeddhistische ouders deel uitmaken van de boeddhistische sangha. Je zou het niet erg moeten vinden als een mede boeddhist denkt dat het goed is je kind terecht te wijzen voor een misdraging. Als je samen met je kind een boeddhistisch centrum bezoekt, en jij daar iets anders doet terwijl het kind in het centrum veel lawaai maakt, zou elke mede boeddhist moeten kunnen zeggen: 'kom op Tommy, maak niet zo veel lawaai', zonder dat jij het hen kwalijk neemt of je beledigd voelt.

Een erg belangrijk aspect van niet-bezitterigheid is om je kinderen te laten gaan als de tijd gekomen is om het ouderlijk nest te verlaten en de wijde wereld in te trekken. Je moet ze op zo'n manier opgevoed hebben dat ze vrij, moeiteloos, zonder schuldgevoelens en met zelfvertrouwen weg kunnen gaan, terwijl jij je een beetje triest voelt - dat is onvermijdelijk - maar over het algemeen erg tevreden en gelukkig, zelfs misschien je een beetje opgelucht voelt om ze te zien gaan, en bereid en klaar bent om de voormalige relatie op een nieuwe basis te voort te zetten.

Er is een erg interessant vers over dit onderwerp in het hindoe Manusmriti. Het vers heeft betrekking op vaders en zonen, maar het geldt voor elke ouder-kind relatie. Het zegt: 'Als je zoon zestien is, stop ermee hem als een zoon te zien en behandel hem als een vriend'. En dat wordt natuurlijk meer mogelijk als het kind het huis verlaat. Als je zoon of dochter je komt bezoeken, probeer hem of haar niet als je kind te zien die naar het nest terugkeert voor een beetje gerieflijkheid maar als een goede vriend die je voor een goed gesprek bezoekt.

10. Leer je kinderen juist te spreken.

Als ik buiten ben en andere mensen hoor praten - niet alleen kinderen maar ook volwassenen - dan ben ik verbaasd over de enorme armoede van hun woordenschat. De standaard met

betrekking tot taal en verbale communicatie lijkt in het algemeen steeds lager te worden. Het is daarom erg belangrijk dat kinderen aangemoedigd worden om hun woordenschat uit te breiden en grammaticaal juist te spreken. Spraak is ons voornaamste medium van communicatie met elkaar. Tenzij we het beheersen, zijn we eenvoudig niet in staat om voorbij een bepaald niveau te communiceren.

Verzeker je er daarom van dat de kinderen niet alleen pratend opgroeien, maar hun taal echt **spreken**, correct en elegant, met enige aandacht voor grammatica en het correcte gebruik van woorden. Wees niet bang om ze te corrigeren. Sommige leraren beweren dat kinderen nooit gecorrigeerd moeten worden omdat dit hun zelfvertrouwen zou ondermijnen. Maar het is een erg miezerig zelfvertrouwen dat op deze manier ondermijnd kan worden. Als men niet gecorrigeerd wordt, zal men doorgaan met fouten te maken en deze fouten zullen gewoontes worden. Corrigeer daarom je kinderen als zij niet-correcte uitdrukkingen van schoolvrienden oppikken - en vanzelfsprekend als zij een neiging tonen om grove taal te gebruiken.

Spraak is zo'n fantastisch iets, het is één van de grootste creaties van het menselijke ras. We moeten het gebruiken en onze kinderen leren het te gebruiken, zo volledig, effectief en prachtig als we kunnen. Door onze kinderen te leren om juist te spreken, geef je ze toegang tot iets dat daadwerkelijk waardevol is.

11. Neem je kinderen mee naar geschikte boeddhistische festivals.

Het is het beste om hier een middenweg in te bewandelen. In plaats van je kinderen steeds thuis te laten als er een boeddhistische festival is, of ze steeds met je mee te nemen, probeert uit te zoeken welke festivals of vieringen geschikt kunnen zijn. Niet alles zal dat zijn. Een programma waarin veel gemediteerd wordt bijvoorbeeld is niet geschikt voor kleine kinderen. Het is niet realistisch om te verwachten dat ze lange tijd stil kunnen zitten of zelfs maar een paar

minuten. Maar kinderen vinden het leuk om mee te doen, en ze vinden het leuk om iets te doen, dus als de festiviteit bijvoorbeeld een feestelijke poeja bevat, neem ze dan in elk geval mee, vanzelfsprekend na overleg met diegenen die het festival organiseren. Ik heb gemerkt dat kinderen graag aan de schrijn offeren, dat is iets wat ze kunnen doen, het is eenvoudig en poëtisch en ze genieten ervan. Ze kunnen iets van tevoren voorbereiden, het meenemen en op hun eigen manier offeren.

Dring er niet op aan dat de kinderen aan alles deel kunnen nemen - er zijn bepaalde gelegenheden waarbij het niet geschikt kan zijn - maar wanneer het mogelijk is, neem ze mee. Misschien kan er zelfs zo nu en dan een speciaal kinderfestival zijn.

12. Introduceer je kinderen bij je boeddhistische vrienden.

Dat kan vanzelfsprekend lijken maar het gebeurt niet altijd. Er is een gezegde, specifiek in Engeland, dat het huis van een Engelsman zijn kasteel is en we hebben niet de neiging om de ophaalbrug te laten zakken. Het is deel van ons Engelse karakter dat we de neiging hebben om ons van andere mensen wat afgezonderd te houden en om ons huiselijke leven van ons sociale leven gescheiden te houden. Maar als je kinderen hebt, is het een goed idee om er voor te zorgen dat zij tijd doorbrengen met je boeddhistische vrienden, of in ieder geval wat contact met ze hebben. Vaak gebeurt dit van nature en spontaan maar men moet soms moeite doen om er zeker van te zijn dat het gebeurt.

Het is gedeeltelijk belangrijk omdat het helpt om de kernloosheid van het kerngezin te compenseren. In sommige delen van de wereld - in India bijvoorbeeld - leven de meeste ouders nog steeds als deel van een uitgebreide of gezamenlijke familie van 10 à 15 of meer leden. Maar in Engeland zijn onze kastelen werkelijk erg klein geworden. Het lijkt alsof de kernfamilie elke dag kernachtiger wordt en dat is niet gezond, voor de ouders of ouder, of voor de kinderen of het kind. Sommige gezinnen bestaan tegenwoordig alleen uit twee

mensen: een ouder en een kind - een nogal beperkte, zelfs claustrofobische situatie. Wat helpt om de potentiële claustrofobische aard van de kernfamilie te wijzigen, is om je kinderen in contact te brengen met je boeddhistische vrienden.

Het helpt kinderen absoluut om zelfvertrouwen te ontwikkelen als ze gewend zijn om vanaf een vroege leeftijd volwassenen te ontmoeten van buiten de directe familie kring en dat is klaarblijkelijk een ongelooflijk pluspunt. Eén van de dingen die ik opmerkte toen ik naar het Westen terugkwam, na vele jaren in Azië geweest te zijn, was dat mensen over het algemeen een gebrek hadden aan zelfvertrouwen. Ouders moeten doen wat ze kunnen om er zeker van te zijn dat hun kinderen met genoeg zelfvertrouwen opgroeien - niet het soort vertrouwen dat uitdrukking vindt in antisociale activiteiten, maar zelfvertrouwen van een positieve en zelfs creatieve soort. En het helpt in de ontwikkeling van het zelfvertrouwen van het kind als hij of zij gewend is om met volwassenen van buiten de familie kring om te gaan.

13. Leer kinderen zorg te dragen voor het milieu.

Van kinderen wordt vaak gezien dat ze onbezorgd papiertjes enzovoort op straat gooien, blijkbaar niet gewaar van wat ze doen, of misschien gewend aan de gedachte dat iemand anders het voor ze zal opruimen, dat het niet hun verantwoordelijkheid is om de straten afvalvrij te houden. En dit is natuurlijk symptomatisch voor een houding die in potentie verreikende consequenties voor het milieu heeft.

Zelfs in de groenere dagen van de planeet, in de tijd van de Boeddha, was het milieu een zorg voor de praktiserende boeddhist en de Boeddha zelf had er erg veel over te zeggen. Als boeddhistische ouder zal men kinderen zo op willen voeden dat ze zorg en respect voor het milieu hebben, welk per slot van rekening **hun** milieu is. Als ze ouder worden, kun je milieukwesties met ze bediscussiëren, en ook zaken van een andere aard natuurlijk, maar milieu kwesties hebben een erg directe praktische toepassing.

14. Leer kinderen empathie te hebben.

Dit is erg belangrijk. In de laatste jaren is er in Engeland veel discussie geweest over de verdriet veroorzakende zaak van James Bulger, een kleuter die vermoord werd door twee jonge jongens. In een radiodiscussie na het proces zei iemand dat de reden waarom de twee jongens die afschuwelijke misdaad begaan hadden was dat zij niet opgevoed waren om het verschil te kennen tussen goed en kwaad. Maar er was een psychologe die aan deze discussie deelnam en zij was het er niet mee eens. Ze bracht naar voren dat de twee jongens schuldig bevonden waren aan moord - met andere woorden, er was vastgesteld dat zij het verschil wisten tussen goed en kwaad. En ze ging door met het erg belangrijke punt dat het niet genoeg is om het verschil te kennen tussen goed en kwaad. Men moet het vermogen hebben om met andere mensen, met andere levende wezens empathie te hebben. Zonder empathie zal iemands erkenning van het verschil tussen goed en kwaad hoofdzakelijk abstract en conceptueel zijn en zal niet noodzakelijkerwijs zijn gedrag beïnvloeden.

Je kunt natuurlijk geen lessen geven in empathie. Het kan geen deel gaan uitmaken van het schoolcurriculum. Hier komt het opnieuw op het voorbeeld van de ouders aan. Je kunt kinderen leren om voor andere mensen empathie te voelen, en ook voor dieren, ze doen inzien dat dieren pijn voelen net zoals zij. Er is een voorval in de Pali Canon waar de Boeddha een paar jongens ziet die een kraai kwellen en tegen ze zegt: ‘als jullie op dezelfde manier gekweld worden, hoe zou je dat dan vinden’? Ze zeiden natuurlijk dat ze dat niet prettig zouden vinden. En de Boeddha zei: ‘als je pijn zou voelen als je op dezelfde manier behandeld wordt, denk je dan niet dat de kraai ook pijn voelt’? En zij moesten toegeven dat het zo is. Zij begonnen, met andere woorden, empathie met de kraai te hebben.[lxxiii]

In de welbekende series gravures door Hogarth, ‘de vier stadia van wreedheid’, laat de eerste gravure een aantal jongens zien die een hond en een kat kwellen. In het volgende stadium begaat één van de

jongens een moord. In het derde stadium wordt de jongen die de moord begaan heeft, opgehangen. En in het laatste stadium wordt zijn lichaam door een aantal chirurgen ontleed. Hogarth lijkt te zeggen dat dit leven van geweld, dat eindigt met de opgehangen man die zelf geweld ervaart, begint met het kwellen van dieren vanwege een gebrek aan empathie met andere levende wezens.

Sommige mensen zijn zo gevoelig dat zij zelfs met planten empathie voelen en het niet prettig vinden om bloemen te plukken omdat zij voelen dat de plant op de ene of andere manier beschadigd wordt. Niet iedereen voelt empathie tot op deze hoogte maar we zouden enige empathie kunnen hebben met dieren en met andere menselijke wezens. Dit is een van de meest belangrijke dingen die we onze kinderen kunnen leren.

15. Voel je niet schuldig als je fouten gemaakt hebt.

Het is niet gemakkelijk om een ouder te zijn. Ook al ben ik geen ouder, ik weet dit heel goed, omdat ouders me dit soms in vertrouwen vertellen, en ik houd mijn oren en ogen open. Het is erg moeilijk om een ouder te zijn, of je nu een moeder of een vader bent – in de huidige tijd, op een bepaalde manier, veel moeilijker dan ooit tevoren. Er zijn zoveel variabelen, zoveel beslissingen die je moet maken zonder dat je alle relevante factoren kunt weten. En dingen kunnen verkeerd gaan, ondanks de goede intenties.

Kinderen zijn individuen. Zij brengen hun eigen karma met zich mee. Je kunt je kind goed opvoeden en toch kan hij of zij een monster worden. Je kunt ze slechts opvoeden en ze kunnen zich heel erg goed ontwikkelen. Ik heb dit gezien. Ik heb nu lang genoeg geleefd om te kunnen zien hoe karma van de ene generatie op de andere overgaat. Ik heb bijvoorbeeld kinderen gekend die erg slechts opgevoed werden maar die zelf erg goede ouders zijn.

Er moet dus met karma rekening gehouden worden. Los van chromosomen weet je niet wat voor karma je kinderen met zich

meebrengen. Dingen kunnen heel anders uitpakken dat je verwacht had dat ze zouden doen. Zelfs dat terzijde gelaten, ben je zelf een feilbaar menselijk wezen. Je bent niet alwetend. Misschien moet je je kinderen dit niet te vroeg vertellen, maar zelfs ouders weten niet alles en zij kunnen fouten maken.

Aannemende dat je echt je best voor je kinderen gedaan hebt en in elke fase gedaan hebt wat je op dat moment voelde dat de beste beslissing was, als dingen dan verkeerd lijken te gaan, probeer ervan te leren, maar verwijt jezelf niet teveel. Voel je niet schuldig. Als later in het leven je kind iets afschuwelijks doet, worstel er niet mee. Denk niet dat als jij alleen maar dit of dat niet gedaan had, het er anders uit zou zien. Je weet het niet. Je kunt het niet oplossen. Je kunt alleen maar het beste doen in het moment, hier en nu. De rest is karma, toeval, omstandigheden en samenleving. Voel je daarom niet schuldig als blijkt dat je fouten gemaakt hebt. En wees zelfs niet te snel om te denken dat wat er gebeurd is vanwege **jouw** fouten komt. Misschien is het niet zo. Je weet het niet. Maar hoe dan ook geef jezelf niet de schuld. Je deed toen je best. Dat moet voor jou en voor anderen genoeg zijn.

Sommige ouders voelen dat zij zich bij hun kinderen moeten verontschuldigen voor de manier waarop ze opgevoed zijn. Als je iets specifieks onbetwistbaar fout gedaan hebt wat het kind heel duidelijk heeft doen lijden, wel, oké, zeg dat het je spijt als het kind oud genoeg is om het te begrijpen. Maar behalve dit, houd in gedachten dat zodra je kinderen volwassenheid bereikt hebben, zij voor hun eigen levens verantwoordelijk zijn. Als iets fout gaat, of als je zoon of dochter iets verkeerd doet, kan hij of zij het jou niet kwalijk nemen. Je kinderen zijn voor zichzelf verantwoordelijk net zoals jij verantwoordelijk bent voor je zelf. Je bent alleen in beperkte mate voor ze verantwoordelijk en voor een beperkte periode.

Dit zijn alleen een paar dingen die overwogen moeten worden over de relatie tussen ouders en kinderen vanuit een boeddhistische zienswijze. Het spreekt vanzelf, hoop ik, dat al deze overwegingen begrepen moeten worden binnen het allesomvattende begrip dat je als een boeddhistische ouder met liefde en zorg met je kind omgaat,

en dat alles wat je probeert te doen - inclusief de tijden dat je enige discipline moet gebruiken - gedaan wordt vanuit die liefdevolle geest.

Hoofdstuk 14: Is een goeroe noodzakelijk?

De tweede relatie die ‘de zes richtingen beschermd’, zoals de Boeddha aan Sigalaka vertelt, is de relatie tussen leerling en leraar. Hier zullen we voornamelijk de relatie bekijken tussen de volgeling en de spirituele leraar, vaak beschouwd als een ‘goeroe’. Is een goeroe echter noodzakelijk? Deze vraag sluit aan bij één van onze eerdere overwegingen of het noodzakelijk is om je spirituele leven in de context van een spirituele gemeenschappen te leven. Het is niet aannemelijk dat deze vraag bij Sigalaka of bij één van zijn tijdgenoten opkwam. De eerste vraag die je iemand in die tijd zou stellen was: ‘Wie is je leraar?’ en niet: ‘Denk je dat een leraar noodzakelijk is?’

Maar deze vraag zal onvermijdelijk vroeger of later opkomen bij iedere moderne westerling die zich echt als een individu probeert te ontwikkelen, om echt zichzelf te zijn. Het is waarschijnlijk dat die vraag ontstaat als iemand specifiek en bewust dat, wat we het spirituele pad noemen, probeert te volgen. Het zal een meer dwingend antwoord vereisen als men dat spirituele pad in een van de oosterse vormen probeert te volgen.

Voordat we echter de vraag zelf behandelen, moeten we de sluier van de denkbeeldige associaties uitbannen die om het magische woord ‘goeroe’ hangt. We moeten helaas het visioen van briljante blauwe luchten verjagen, van prachtige wit besneeuwde toppen, en van net boven de sneeuwgrens de beschutte kleine grotten welke in de populaire verbeeldingskracht de natuurlijke omgeving van dat zeldzame wezen, de goeroe, zijn. We moeten vanuit deze ontoegankelijke valleien van Shangri-la waarin vriendelijke en wijze oude mannen met lange witte baarden en starende ogen het geheim van de hoogste leringen doorgeven aan een paar toegewijde volgelingen terug komen. We moeten meedogenloos iedere gedacht aan deze gelukkige volgelingen opgeven, die moeiteloos lijken op te

stijgen naar Nirvana, op basis van het bemachtigen van de meest geavanceerde technieken die de meest esoterische meester bezit.

We moeten de hele vraag van de goeroe op een terughoudende en nuchtere manier bekijken en proberen te begrijpen wat een goeroe is en wat een goeroe niet is. Op die basis moet het duidelijk worden in hoeverre en op wat voor manier een goeroe noodzakelijk is, als het al zo is. We kunnen ook de houding bekijken die we dienen aan te nemen om een relatie met de goeroe aan te gaan.

Laten we beginnen met te kijken wat een goeroe niet is. Als eerste: een goeroe is niet het hoofd van een religieuze groep. Met een religieuze groep bedoel ik vanzelfsprekend niet een spirituele gemeenschap, maar eerder een aantal niet- individuen die in een machtsstructuur georganiseerd zijn rondom de vormen of overtuigingen van een soort religieuze beoefening. Er zijn vele soorten religieuze groepen - sekten, kerken, kloosters enz. - en ze hebben allemaal iemand als hoofd. Zulke hoofden worden door de andere leden van de groep met grote verering omgeven, maar er is waarschijnlijk iets niet-gefocust of iets vreemds met deze toewijding. Ze worden niet vereerd om wat ze zijn, als individuen, maar om wat zij vertegenwoordigen, waar ze voor staan, zelfs voor wat ze symboliseren.

Het zou duidelijk moeten zijn dat zij voor iets spiritueels staan of symboliseren. Op een oppervlakkige manier doen ze dat ook. Maar feitelijk vertegenwoordigen zij de groep zelf. Dat zij het hoofd van de groep zijn is hun voornaamste betekenis. Het is gemakkelijk om te zien dat dit het geval is. Je hoeft alleen maar te wachten totdat het hoofd van een groep bekritiseerd of zelfs zwart gemaakt wordt, wat op den duur onvermijdelijk zal gebeuren. Groepsleden voelen meestal dat een aanval op het hoofd van hun groep een aanval op hen is. Elk getoond gebrek aan respect voor het hoofd van de groep door anderen buiten de groep wordt door de groepsleden geïnterpreteerd als gebrek aan respect voor de groep zelf.

De Boeddha weigerde iedere neiging hiertoe onder zijn volgelingen goed te keuren. De *Brahmajala* soetra van de *Digha-Nikaya* vertelt

hoe de Boeddha en een grote groep volgelingen eens te voet reisden tussen Rajagaha en Nalanda, en werden vergezeld door een rondtrekkende man, Suppiya, en een volgeling van hem, een jongeman: Brahmadatta. Deze twee begonnen binnen gehoorafstand van de Boeddha en zijn volgelingen te argumenteren en bleven tijdens het lopen argumenteren. Je kunt je voorstellen dat het onderwerp van hun argument sommige volgelingen van de Boeddha behoorlijk overstuur gemaakt kan hebben. Want Suppiya, zo vertelt de tekst ons, sprak over allerlei soorten gebreken in de Boeddha, de Dharma en de Sangha - terwijl Brahmadatta hen net zo sterk prees. Alle reizigers bleven op dezelfde plek overnachten en Suppiya en Brahmadatta bleven doorgaan met argumenteren.

Toen de zon opkwam was het niet vreemd dat de volgelingen van de Boeddha samenkwamen en met elkaar begonnen te praten over dit verontrustende gedrag van hun medereizigers. Toen de Boeddha zich bij hen aansloot vroeg hij hen waar ze net over gesproken hadden en zij vertelden het hem. Tussen de regels door lezend kunnen we afleiden dat ze enigszins overstuur waren, zelfs boos, over wat er gebeurd was. Maar de Boeddha zei: ‘Monniken, als iemand met minachting over mij mocht spreken, over de Dharma, of over de Sangha, moet je door zo’n minachting niet boos of geërgerd zijn. Dat zou alleen maar een hindernis voor je zijn.’ Ook liet de Boeddha hiermee de zaak niet voor wat het was. Hij zei: ‘Als anderen mij, de Dharma of de Sangha minachten, en je bent boos of geïrriteerd, kun je herkennen of wat ze zeggen goed is of niet?’ En de monniken moesten toegeven dat ze in zulke omstandigheden niet in staat zouden zijn om over dingen objectief na te denken.

Daarom zei de Boeddha: ‘Als anderen mij, de Dharma en de Sangha minachten, dan moet je wat niet correct is aangeven als zijnde niet correct door te zeggen: dat is niet correct, dat is onjuist, dat is niet onze manier, dat wordt niet onder ons aangetroffen.’[lxxiv]

Als men op deze episode reflecteert, realiseert men zich dat de Boeddha zijn volgelingen wijst op een neiging die maar al te menselijk is. Als ze boos geworden zouden zijn, zouden ze hebben kunnen denken dat hun boosheid ontstaan was omdat de Boeddha

bekritiseerd werd, maar in feite was het aannemelijker dat de boosheid was ontstaan omdat de groep waartoe zij behoorden bekritiseerd werd en dat **zij** in feite bekritiseerd werden. Een volgeling in die positie kan zeker voelen dat zijn wijsheid om lid van die groep te zijn, en een volgeling van de persoon die bekritiseerd wordt, vragen oproept.

Voorbeelden van zulke gevoeligheid zijn niet alleen beperkt tot de Pali Canon. Ik ben boeddhisten tegengekomen die in studieboeken van vergelijkende religie speuren, woordenboeken van religie en filosofie, e.d., om te zien of zij ongunstige verwijzingen naar het boeddhisme konden vinden. Als zij ze vonden, schreven ze naar de uitgevers en organiseerden openbare bijeenkomsten, protesten en demonstraties. Het leek alsof alleen het ophangen van de onfortuinlijke persoon die verantwoordelijk was voor de beledigende opmerkingen ze kon kalmeren. Het meest interessante aspect van de hele zaak was dat de boeddhisten die zo sputterden en ziedend waren, er steeds meer overtuigd werden dat zij daarmee hun toewijding aan de Dharma demonstreerden. Wat zij echter lieten zien was hun groepsgeest - iets dat niets te doen heeft met het spirituele leven of de leringen van de Boeddha.

Een goeroe is daarom niet het hoofd van een religieuze groep. Ook is hij geen geestelijke superieur, iemand hogerop in de machtsstructuur van een religieuze groep. Als prominente religieuze personen uit het oosten komen, worden ze soms door voorafgaande publiciteit aangekondigd waarin men verteld wordt dat deze uitzonderlijke persoon aan het hoofd staat van een belangrijke groep kloosters, of dat hij de tweede man is van een oude en historische tempel. Soms wordt men in India eenvoudig verteld dat hij erg rijk is. Ik was eens in Calcutta op het moment dat de voorbereidingen getroffen werden voor de aankomst van een monnik uit een beroemde tempel in Sri Lanka. Ik werd door de hoofdmonnik van de tempel, waar ik verbleef, verteld dat ik hem zou moeten gaan zien, omdat hij erg belangrijk en invloedrijk was. Vanzelfsprekend vroeg ik: 'Op wat voor manier is hij belangrijk?' De hoofdmonnik antwoordde: 'Hij is de rijkste monnik in Sri Lanka'. Het was op die basis dat er van mij verwacht werd respect aan hem te betuigen.

Dit is een extreem voorbeeld maar het is representatief voor een algemene verwachting dat men onder de indruk moet zijn van mensen die hoger in de geestelijke structuur staan en die als goeroes beschouwen. Maar een goeroe is helemaal niet zo. Iemand die organisatorisch belangrijk of invloedrijk is, is daarom nog geen goeroe.

Een goeroe is ook geen leraar - een bewering die misschien als een verrassing kan komen. Het is relatief gemakkelijk te begrijpen dat een goeroe niet het hoofd is van een religieuze groep, maar het is gebruikelijk om te denken dat een spirituele leraar is wat men aanneemt dat een goeroe is. Maar wat wordt er bedoeld met een leraar? Een leraar is iemand die informatie overbrengt. Een aardrijkskunde leraar onderwijst feiten en cijfers over de aarde. Een psychologie leraar onderwijst feiten en cijfers over de menselijke geest. Op dezelfde manier kan een godsdienstleraar de algemene geschiedenis van alle verschillende religies van de wereld onderwijzen, of de theologie of het doctrinaire systeem van een specifieke traditie. Maar een goeroe als zodanig onderwijst geen religie. Hij of zij hoeft eigenlijk helemaal niets te onderwijzen.

Mensen kunnen vragen stellen en hij kan deze vragen beantwoorden - of hij het wel of niet doet is aan hem. Maar hij heeft geen gevestigd belang om te onderwijzen. Als niemand hem wat vroeg zou hij niet de moeite nemen om iets te zeggen. De Boeddha zelf maakte dit volslagen duidelijk. Op verschillende plaatsen in de Pali-geschriften wordt gemeld dat hij zegt dat hij geen *ditthi* heeft - geen visie, geen filosofie, geen systeem van denken. 'Er zijn veel andere leraren', zegt hij, 'die dit systeem van denken uiteen zetten, of die filosofie leren, maar ik heb er geen. Ik heb geen 'zienswijze' te communiceren. De Tathagata (Boeddha) is vrij van zienswijzen, bevrijd van doctrines en vrijgemaakt van filosofie'.[lxxv]

Buiten de Pali Canon wordt over de Boeddha gemeld dat hij zegt dat hij geen Dharma heeft om door te geven. De bekende Diamant Soetra beschrijft ontelbare bodhisattvas en volgelingen die zitten te wachten op de Boeddha om hen de Dharma te leren. Maar de Boeddha zegt hen: 'Ik heb niets te onderrichten'.[lxxvi] In een andere

befaamde Mahayana tekst, de Lankavatara Soetra, gaat de Boeddha zelf zo ver te zeggen dat hij nooit iets onderwezen heeft. '*Of je me wel of niet hebt horen spreken, de waarheid is dat vanaf de nacht van mijn Verlichting, gedurende heel de 45 jaar tot aan de nacht van mijn parinirvana, de nacht van mijn heengaan uit de wereld, ik niet één enkel woord geuit heb'*.[lxxvii] Dus de Boeddha, de ultieme boeddhistische goeroe, heeft geen zienswijzen, geen lering om door te geven. Hij is geen leraar.

Iets wat hij ook niet is heeft betrekking op één van de meest opvallende feiten over het gehele menselijke ras. Dit is dat de meerderheid van zijn leden niet volwassen wordt. Mensen ontwikkelen zich natuurlijk lichamelijk en ze ontwikkelen zich ook intellectueel in de zin van dat ze leren hoe ze hun kennis meer en meer samenhangend moeten organiseren. Maar ze groeien niet spiritueel of zelfs emotioneel op. Veel mensen blijven emotioneel onvolwassen, zelfs kinderlijk. Ze willen zich verlaten op iemand die sterker is, iemand die bereid is om hen absoluut en onvoorwaardelijk liefde en bescherming te geven. Ze willen niet echt verantwoordelijk voor zichzelf zijn. Ze willen dat een andere autoriteit of systeem beslissingen voor hen neemt.

Als je jong bent, ben je afhankelijk van je ouders. Maar als je ouder wordt moet je vervanging voor hen te vinden. Veel mensen vinden zo'n vervanging in een romantische relatie. Dit is één van de redenen waarom trouwen zo populair is en ook vaak zo moeilijk. Anderen vinden hun ouder-substituut in het concept van een persoonlijke God. Men kan zelfs Freud volgen door te zeggen dat God een vader-substituut op een kosmische schaal is. De gelovigen verwachten van God de soort liefde en bescherming die een kind van zijn of haar ouders verwacht. Het is kenmerkend dat in het christendom God aangesproken wordt als 'onze vader'.

De rol van vader-substituut wordt vaak door een goeroe vervult - of liever een pseudo-goeroe. Mahatma Gandhi bijvoorbeeld was een bekende Indiase politicus, denker, activist, zelfs revolutionair, maar het is kenmerkend dat hij net als een religieus figuur tijdens zijn leven door zijn volgelingen aangesproken werd als *Bapu*, 'vader'.

Dit soort titel was helemaal niet ongewoon in India. Toen ik daar woonde was ik in contact met een aantal religieuze groeperingen en hun goeroes, waarvan velen aangesproken wilden worden als *Dadaji*, of 'grootvader'. Het leek erop dat hun volgelingen maar al te gelukkig waren om aan hun wensen hierin te voldoen.

Hier had ik veel plezier om en toen ik in Kalimpong was en zelf een paar leerlingen had - de meesten van hen waren Nepalees en geen Indiërs - vroeg ik ze uit nieuwsgierigheid hoe ze mij beschouwden. In die tijd was ik ongeveer dertig, en zij waren tieners en begin twintigers. Dus toen zij hun handen ineenvouwden en met grote hartstocht zeiden: 'oh mijnheer, u bent net als onze grootvader', was ik nogal verrast.

In India ontmoette ik ook een aantal vrouwelijke goeroes, en zij werden allemaal aangesproken met *Mataji*, 'moeder', of zelfs *Ma*, wat 'mammie' betekent.[lxxviii] Een van deze goeroes was van middelbare leeftijd toen ik haar leerde kennen. Ze was omgeven door jonge mannelijke volgelingen en de meesten ervan, zoals ik later ontdekte, hadden hun moeder verloren. In de avonden kwamen ze samen in de ontmoetingsruimte om naar 'Mammie' op te kijken en in koor het woord Ma te zingen - niets anders, alleen het woord 'Mammie' - vergezeld van drummen en cimbalen. Gewoonlijk hielden ze dat twee of drie uur per keer vol: 'Ma, Ma, Ma, Ma, Ma'. Zij geloofde dat wat zij 'Ma-isme' noemden een radicale nieuwe ontwikkeling in de religieuze geschiedenis was, en dat de aanbidding van Moeder - deze specifieke moeder in elk geval - de toekomstige religie van de mensheid zou zijn. Ik was helemaal niet verbaasd te zien dat er een intense competitie en jaloezie onder haar volgelingen was, alsof ze allemaal met elkaar wedijverden om de favoriet te zijn, zo niet de enige zoon. Het was ook merkbaar dat zij de neiging hadden om andere groepen te kleineren. Op dezelfde manier dat kinderen zeggen: 'mijn vader is veel sterker/rijker dan jouw vader', of: 'ons huis is groter dan jouw huis', hielden ze vol dat in vergelijking met hun eigen goeroe andere goeroes onbeduidend waren.

Gelukkig heb ik goeroes gekend die wisten hoe ze met hun volgelingen op een veel gezondere manier om konden gaan - in het bijzonder bepaalde Tibetaanse goeroes. Een verhaal over drie bekende lama‘s die ik persoonlijk in Kalimpong kende zal dit toelichten. Alle drie waren vereerde lama‘s met diepe en echte spirituele ervaring en ze hadden allemaal veel volgelingen. Ook al behoorde zij allemaal tot de voornaamste ‘rode hoed’ traditie, hun karakters waren heel verschillend. Eén droeg een rood geverfde mantel van schapenvachten en was altijd onderweg, zodat het moeilijk was om hem te ontmoeten. Een ander leefde met zijn vrouw en zoon en gaf aan duizenden mensen initiaties - initiaties waarvan gezegd werden dat ze bijzonder krachtig waren. De derde was het geleerde hoofd van een belangrijk klooster.

Het verhaal dat door één van hun volgelingen aan mij verteld werd - en ze hadden een aantal volgelingen gemeenschappelijk - was dat er eens onder de volgelingen een discussie ontstaan was wie van de drie goeroes het aanzienlijkste was. Uiteindelijk vond één van de stoutmoedigste van hen de moed en benaderde één van de goeroes. Hij zei: ‘Kijk, er is veel discussie over hoe jullie drieën jezelf ten opzichte van elkaar zouden plaatsen. We hebben allemaal immense verering voor jullie alle drie, maar we zouden het waarderen als jullie dit punt konden verduidelijken: wie van jullie is de grootste? Wie is het verst? Wie is het dichts bij Nirvana?’ Hierop glimlachte de goeroe en zei: ‘Oké, ik zal het je vertellen. Het is waar dat onder ons drieën er één is die veel hoger ontwikkeld is dan de andere twee. Maar geen van jullie zal ooit weten wie dat is’.

Een echte goeroe valt niet in de rol van een vaderfiguur. Dit wil niet zeggen dat mensen een tijdje geen vader-substituut nodig hebben. Zo’n projectie kan noodzakelijk zijn voor hun psychologische ontwikkeling. Men moet ook toestaan dat de functie van de goeroe overeenkomt met dat van een echte vader: de goeroe vervult dezelfde functie op een spiritueel niveau die de vader vervult op het gewone menselijke niveau. Maar de goeroe is geen substituut voor een vader waar de vader in gebreke is gebleven, of waar hij nog steeds vereist wordt.

Een goeroe moet ook niet gezien worden als oplosser van problemen. Dit brengt ons naar een onderscheid, dat ik behulpzaam vind om te maken tussen een probleem en een moeilijkheid. Het verschil is dat een moeilijkheid met inspanning overwonnen of opgelost kan worden, terwijl een probleem dat niet kan. Als je veel inspanning stopt in wat ik een probleem noem, maak je het alleen meer problematisch. Het is zoals het vinden van een knoop in een draad en dan aan de einden trekken om hem er uit te halen. Je kunt net zo hard trekken als je wilt, maar je slaagt er alleen maar in om de knoop vaster te maken. De echte goeroe kan mensen helpen om hun moeilijkheden te overwinnen, maar zal niet proberen om met hun problemen te worstelen.

Er zijn fundamenteel twee soorten problemen: doctrinaire problemen en persoonlijke, meestal psychologische problemen. De problemen van westerlingen neigen van de tweede soort te zijn, terwijl de problemen van de mensen in het oosten vaak doctrinair zijn - ze willen technische vragen oplossen die met Nirvana te maken hebben, de *skandhas*, de *samskara’s* enzovoort. Zulke doctrinaire problemen zijn echter vaak psychologisch gemotiveerd of min of meer psychologisch georiënteerd. Men vraagt zelfs uiteindelijk de meest abstracte theoretische vragen voor persoonlijke psychologische redenen, hoewel men zich hier meestal niet bewust van is.

Als je een probleem hebt, belichaamt het een tegenstrijdige situatie. Het kan niet op zijn eigen voorwaarden opgelost worden. Als je het naar je goeroe brengt, vraag je hem of haar feitelijk om het probleem op zijn eigen voorwaarden op te lossen. Een vrouw komt bijvoorbeeld langs met groot verdriet, zo overstuur dat ze nauwelijks kan spreken. Ze vertelt haar goeroe uiteindelijk dat ze gewoon niet langer met haar man kan samenleven. Ze heeft er genoeg van. Als ze nog meer moet dulden, zal ze knettergek worden. Ze moet hem gewoon verlaten. Maar haar probleem is dat als zij haar man verlaat, ze ook haar kinderen achter moet laten - omdat de kinderen niet weggenomen kunnen worden van hun vader - en de kinderen achterlaten is net zo onmogelijk als verder met haar echtgenoot leven. Ze zal gek worden als zij bij haar man moet blijven, maar ze

zal ook gek worden als ze haar kinderen moet achterlaten. ‘Wat moet ik doen?’ vraagt zij haar goeroe vol verwachting.

Dan komt iemand anders voorbij en klaagt over gebrek aan energie: ‘Ik ben altijd moe’, zegt hij. ‘Ik voel me altijd uitgeput, zit voortdurend in de put, totaal uitgeput. Ik kan niets doen. Ik lijk nergens meer enige interesse in op te wekken. Ik lig gewoon de hele dag als een slap, nat vod in huis. Ik kan een beetje televisiekijken of naar de radio luisteren, maar dat is het. Ik voel me altijd volledig leeg. Er is één ding waar ik van weet dat het me zal helpen: meditatie. Ik kan energie krijgen door meditatie - ik ben er van overtuigd’. Daarop zegt de goeroe: ‘Nou, waarom mediteer je dan niet?’ En de ongelukkige volgeling antwoordt vermoeid: ‘Ik heb er de energie niet voor’.

Maar als de goeroe deze persoon met zijn probleem nog steeds onopgelost weg moet sturen, zijn er meer problemen die achter de coulissen wachten. Om nog een ander voorbeeld te geven: iemand komt langs en zegt dat hij gewoon gelukkig wilt zijn. Dat is het enige wat hij van het leven verlangt. En hij voelt dat hij perfect gelukkig zou zijn als iemand hem een bevredigende reden zou kunnen geven om gelukkig te zijn. Hij heeft alle redenen die door religies, alle filosofieën, en vrienden aangeboden werden onderzocht, maar niets heeft hem echt overtuigd. Kan de goeroe het weten? Als iemand het antwoord weet, zal het zeker de goeroe zijn. Ongetwijfeld is een goeroe er om de antwoorden te geven voor de grote problemen. De goeroe weet vanzelfsprekend erg goed dat elke reden waarmee hij zal komen als niet bevredigend afgewezen zal worden. Maar de man vereist nog steeds een reden. Als je elk van deze mensen vraagt waar ze echt naar zoeken, zullen allen zeggen dat zij voor hun probleem een oplossing willen vinden. Dat is waarom zij naar de goeroe gekomen zijn. Zij geloven vast dat hij hun probleem kan oplossen als hij daarvoor kiest. Maar dit is in feite helemaal niet wat ze willen. Wat deze mensen echt willen is om de goeroe te verslaan. Zij presenteren hun probleem op zo’n manier dat de goeroe het zonder hun goedkeuring of medewerking niet kan oplossen – die zij niet willen geven.

Zulke mensen zijn soms erg slim. In het bijzonder in het oosten zullen zij de goeroe erg vaak met een show van devotie en nederigheid benaderen, cadeautjes meenemend, offeranden makend, buigend en hun onwankelbare geloof in de goeroe verklarend. Zij zeggen: ‘Ik heb dit probleem van mij naar veel andere goeroes gebracht, naar alle beroemde leraren en meesters en geen van hen kon het oplossen. Maar ik heb zoveel over u gehoord en ik ben zeker dat u enige persoon bent die het kan’.

Alleen een goeroe die ervaring mist, of geen echte goeroe is, zal hierdoor ingepakt worden. De echte goeroe zal direct zien wat er aan de hand is en zal weigeren om de rol van oplosser van problemen te spelen zelfs als de persoon met het probleem ontevreden weggaat, wat waarschijnlijk is, en gaat zeggen dat de goeroe geen echte goeroe kan zijn omdat hij niet het praktische en ongekunstelde mededogen heeft om met de problemen van zijn volgelingen om te gaan. Sommige goeroes worden met vernietigende reputaties beloond voor de weigering om dit soort spel te spelen.

Een goeroe is dus niet het hoofd van een religieuze groep, of een leraar, of een vader-substituut of een oplosser van problemen. Dit betekent niet dat hij of zij niet, van tijd tot tijd, op deze manier kan functioneren en op vele andere manieren. Een goeroe kan bijvoorbeeld als een arts, een psychotherapeut, een artiest, een dichter, een musicus of zelfs als een vriend functioneren. Maar hij of zij zal zich niet met één van deze rollen identificeren.

De goeroe kan het hoofd zijn van een religieuze groep, ook al zal dit nauwelijks voorkomen, omdat de kwaliteiten die hem een goeroe maken niet degene zijn die promotie bevorderen binnen een geestelijk systeem. Veel vaker, in het bijzonder binnen de boeddhistische sangha, kan de goeroe een leraar zijn - d.w.z., hij of zij kan naar buiten toe als een leraar functioneren. Maar het blijft belangrijk om de leraar van de goeroe als zodanig te onderscheiden. Sommige goeroes kunnen leraren zijn, maar alle leraren zijn zeker geen goeroes. Een goeroe kan zelfs functioneren als een tijdelijke vader-substituut of probleem- oplosser, maar de nadruk licht op

‘tijdelijk’. Hij zal zo snel mogelijk deze rol verlaten en weer functioneren als goeroe.

Maar als de goeroe niets van dit alles is, wat is een goeroe? Er is gezegd dat er vele verschillende manieren zijn om gemeen te zijn, maar slechts één manier om goed te zijn (wat in de ogen van sommige mensen goedheid saai maakt). Men kan ook zeggen dat er vele misvattingen bestaan over de goeroe, maar slechts één juiste opvatting. Er is daarom veel dat gezegd kan worden over wat een goeroe niet is, maar er is relatief weinig te zeggen wat hij of zij wel is. Dit betekent natuurlijk niet dat het minder belangrijk is. Vanuit een spiritueel oogpunt geldt: hoe belangrijker iets is des te minder kan er over gezegd worden.

Misschien is de goeroe iemand die op een hoger niveau van zijn en bewustheid staat dan wij, die meer ontwikkeld is, meer geëvolueerd is, meer - in één woord - gewaar. Een goeroe is ook iemand met wie we in regelmatig contact zijn. Dit contact kan op verschillende niveaus plaatsvinden. Het kan plaatsvinden op een hoger spiritueel vlak - telepathisch - als het directe contact van geest tot geest. Er kan contact tussen de goeroe en de volgeling zijn in dromen of tijdens meditatie. Maar voor de gewone volgeling vindt het meestal plaats op het fysieke vlak - te weten op het gewone sociale vlak, op de gewone manier. De in verhouding niet ontwikkelde volgeling zal regelmatig en frequent persoonlijk contact met de goeroe nodig hebben. Volgens de oosterse traditie moet hij of zij het liefst dagelijks in contact staan met de goeroe, zelfs onder hetzelfde dak wonen.

Contact tussen de goeroe en de volgeling moet ‘existentieel zijn’ - er moet echte communicatie tussen hen zijn - niet alleen het delen van gedachten, ideeën, gevoelens, ervaringen of zelfs spirituele ervaringen, maar communicatie van zijn, of zo je wilt, actie en interactie van zijn. De goeroe en de volgeling moeten zo volledig mogelijk zichzelf zijn in relatie tot elkaar. De taak van de goeroe is niet om de volgeling iets te leren, maar om eenvoudig zichzelf te zijn in relatie tot de volgeling. Evenmin is het, als de volgeling, jouw taak om iets van hem te leren. Je moet je eenvoudig aan het wezen

van de goeroe laten zien - en aan het effect ervan, en tegelijkertijd jezelf zijn in relatie tot hem.

Over spirituele communicatie, net zoals integratie, kan gedacht worden als horizontaal en verticaal. Horizontale communicatie vindt plaats tussen twee mensen die min of meer op hetzelfde niveau van zijn en bewustzijn zijn. Omdat hun geestestoestand van dag tot dag verschilt, zal soms één van hen in een betere geestestoestand zijn dan de andere, maar de volgende dag kan het andersom zijn. Verticale communicatie, aan de andere kant, vindt plaats tussen mensen waarbij er één van een beduidend hoger niveau is dan de ander, afgezien van enige wisselvalligheden. Het is een dergelijke verticale communicatie die plaatsvindt tussen goeroe en volgeling.

In elke communicatie, horizontaal of verticaal, is er een wederzijdse verandering van zijn. In het geval van horizontale communicatie zal tijdens communicatie elke eenzijdigheid of ongebalanceerdheid in je aard gecorrigeerd worden. Mensen die echt communiceren, ontwikkelen geleidelijk aan een vergelijkbare kijk, reageren op dingen vanuit dezelfde geest. Ze hebben geleidelijk aan meer gemeenschappelijk. Tegelijkertijd, hoe paradoxaal het ook klinkt, worden ze meer en meer zichzelf.

Stel je als voorbeeld voor dat een rationeel persoon in echte communicatie zou gaan met een erg emotioneel persoon. Als zij deze communicatie lang genoeg volhouden, zal de emotionele persoon meer rationeel worden en de rationele persoon meer emotioneel, dit van elkaar overnemend. Maar als jij de rationele persoon bent (om dat voorbeeld te nemen) wordt emotionaliteit niet zomaar van buiten aan je toegevoegd. Door communicatie met de emotionele persoon ben je in staat om je eigen niet-ontwikkelde emotionaliteit te ontwikkelen die er (als het ware) altijd onder de oppervlakte geweest is. Een kwaliteit verschijnt die eerst niet actief was. De communicatie heeft je in staat gesteld meer jezelf worden, meer heel en meer compleet. En het is blijkbaar hetzelfde als jij de emotionele van de twee bent.

Verticale communicatie is anders. De volgeling groeit in de richting van het hogere niveau van zijn en bewustzijn van de goeroe, maar de goeroe wordt niet meer zoals de volgeling. Het principe van wederzijdse verandering van zijn betekent niet dat de goeroe in zijn ontwikkeling teruggaat als resultaat van zijn communicatie met iemand die minder ontwikkeld is. Hij ontmoet de volgeling, als het ware, niet halverwege. In de intensiteit van zijn of haar communicatie met de goeroe is de volgeling min of meer gedwongen om zich te ontwikkelen. Hij of zij heeft geen keuze tenzij ze de relatie helemaal afkappen en een echte volgeling kan zelfs dat niet doen. Er wordt gezegd dat de echte volgeling als een buldog puppy is. Als hem een handdoek aangeboden wordt, zal de puppy het grijpen en niet loslaten, zelfs als het van de grond opgetild wordt met zijn kaken er nog steeds aan vastgeklampt. De echte volgeling heeft dat soort vasthoudendheid.

Als resultaat van deze verticale communicatie met de volgeling zal de goeroe ook spiritueel groeien. De enige goeroe die dit niet doet is een Boeddha, een volledig en perfect Verlichte en zelfs onder goeroes is een Boeddha uitermate zeldzaam. Er wordt soms binnen tantrische kringen gezegd dat volgelingen noodzakelijk zijn voor de verdere ontwikkeling van een goeroe, dat niets een goeroe zo goed helpt als echte goede volgelingen hebben - niet een gehoorzame, volgzame volgeling, maar één die echt in communicatie gaat, één die echt probeert te groeien. Een goede volgeling kan de goeroe heel veel moeilijkheden geven, soms meer moeilijkheden dan alle andere volgelingen samen. Het gebeurt ook zo nu en dan dat de volgeling de goeroe inhaalt, en een verwisseling van rol plaatsvindt. Deze situatie is minder problematisch dan het van de buitenkant kan lijken, omdat de relatie niet één van autoriteit of macht is maar van liefde en vriendschap.

Is een goeroe daarom noodzakelijk? Om spiritueel te groeien zonder enig contact met een goeroe is uitermate moeilijk. In het algemeen kunnen we zeggen dat voor de meeste mensen spirituele groei niet plaats zal vinden zonder dat er ten minste twee factoren aanwezig zijn: de ervaring van lijden en contact met een hoger ontwikkeld persoon of personen. Waarom? Omdat persoonlijke relaties en echte

communicatie noodzakelijk zijn voor menselijke ontwikkeling. We hebben echte communicatie nodig die een verticaal element bevat. Door communicatie met onze vrienden ontwikkelen we horizontaal - we worden meer een eenheid, meer onszelf. Maar de meeste mensen lijken communicatie met een goeroe nodig te hebben om ze in staat te stellen om naar een hoger niveau van zijn en bewustzijn te kunnen stijgen. Net zoals een kind zich ontwikkelt naar volwassenheid hoofdzakelijk door het contact met zijn of haar ouders, is regelmatig contact met tenminste één persoon die hoger ontwikkeld is dan wij noodzakelijk voor onze spirituele ontwikkeling. Het is niet onmogelijk om vooruitgang te boeken zonder met zo'n persoon in contact te zijn, maar dat soort contact zal zeker het hele proces versnellen en meer intens maken.

Maar als een goeroe noodzakelijk is, hoe kies je er dan één? Hoe weet je of iemand verder ontwikkeld is dan jij? Klaarblijkelijk is het belangrijk om hierin geen fouten te maken. Het probleem is dat het inderdaad erg moeilijk is om te weten of iemand echt verder ontwikkeld is - misschien onmogelijk zonder aanhoudend contact. Sommige goeroes in het oosten zeggen dat het niet alleen onmogelijk is voor de volgeling om de goeroe te kiezen, maar dat het erg vooringenomen van de volgeling is om te denken dat hij dat kan doen of dat hij kan weten of iemand verder ontwikkeld is dan hij. Wat er feitelijk gebeurt, zeggen ze, is dat de goeroe de volgeling kiest. Je kunt denken dat je een goeroe kiest, maar de enige keus die je feitelijk kunt maken is die van een religieuze groep (met de goeroe als het hoofd), of een religieuze leraar, een vader-substituut of oplosser van problemen. Als zodanig kies je niet de goeroe omdat je niet kunt zien wie van grotere spirituele kundigheid is.

Als toekomstig volgeling, wat kun je dan doen? Het enige dat je kunt doen is om zelf zoveel mogelijk vooruitgaan te boeken zodat je een spirituele gemeenschap kunt herkennen en er contact mee maken en onderscheiden van een religieuze groep.

Daarna moet je hopen dat een lid van die gemeenschap je als vriend aan zal willen nemen of je naar iemand verwijzen die dat kan. In elk

geval moet je altijd klaar en ontvankelijk zijn voor de komst van de goeroe.

Soms grijpt de goeroe je als het ware bij je nekvel. Je hoeft niet eens over het spirituele leven nagedacht te hebben. Je hoeft helemaal geen interesse in religie te hebben. Je hoeft geen enkel probleem te hebben. Je kunt gelukkig zijn zoals je bent. Maar de goeroe ziet jouw potentieel en neemt je zo aan - hij maakt je hoe dan ook een volgeling, ondanks je protest.

Er is een bekend verhaal van de Boeddha zelf die een volgeling op een dergelijke, gebiedende manier aanneemt. Aan de ontvangende kant, zo te zeggen, was zijn eigen neef, een jongeman die Nanda heette - bijgenaamd Sundarananda, of 'knappe Nanda'.[lxxix] Er was de bruiloft van Nanda met een erg knap meisje, en de Boeddha was voor het huwelijksfeest uitgenodigd. De Boeddha had zijn bedelnap meegenomen en was samen met de anderen bediend. Na het feestmaal bereidde hij zich voor om terug te gaan, diep het woud in. Hij vroeg om Nanda en zei: 'Nanda, zou je het erg vinden om mijn bedelnap een stukje voor me te dragen?' En, nogal vereerd om deze speciale aandacht van zijn vermaarde relatie, volgde Nanda hem en droeg zijn bedelnap.

Terwijl de Boeddha rustig doorliep, volgde Nanda hem minder rustig omdat hij steeds verrukt omkeek naar zijn kersverse vrouw, naar haar lange glanzende haarlokken toen ze naar hem zwaaide. Na een paar honderd meter merkte hij dat hij dieper en dieper het woud inging. Hij werd er een beetje ongemakkelijk van omdat hij allerlei vreemde verhalen over zijn neef gehoord had. Een mijl of zo in het woud werd hij echt bezorgd maar er was teveel ontzag voor de Boeddha om iets te zeggen, daarom strompelde hij gewoon achter hem aan, nog steeds zijn bedelnap dragend. Mijl na mijl gingen ze op deze manier verder totdat zij uiteindelijk bij een open plek uitkwamen waar zij een kring van hutten aantroffen die bezet waren door een groep volgelingen van de Boeddha.

Geen tijd verliezend aan introducties, nam de Boeddha de bedelnap over van zijn neef - die tegen die tijd van angst en verwarring beefde

- en gaf aan de andere monniken de opdracht om hem te ordineren. Dus grepen ze Nanda vast, verplichtten hem op zijn knieën te gaan zitten, schoren zijn hoofd, en verwijderden zijn witte kleren en gaven hem in plaats daarvan gele te dragen. Tenslotte werd hij geïnstrueerd in de regels van de Orde van de monniken en geleerd om te mediteren. Toen werd hij achtergelaten onder een boom om er mee aan de gang te gaan.

Het verhaal heeft echter een goede afloop voor Nanda, in de zin dat na het ondergaan van verdere beproevingen hij uiteindelijk een *Arahant* werd, een Verlichte. Het is dus mogelijk voor een goeroe, als hij weet wat hij doet, zover te gaan dat hij feitelijk iemand ontvoert - een extreem voorbeeld van het basisprincipe dat het de goeroe is die de volgeling kiest en niet andersom.

Eigenlijk kan de goeroe niet overschat worden. Niets kan waardevoller zijn dan de persoon die je helpt om je spiritueel te ontwikkelen. Toch is het waar dat in het oosten de goeroe vaak min of meer overschat wordt, terwijl hij in het westen meestal onderschat wordt. Wat in het oosten kan gebeuren is dat een valse en overdreven waarde aan de goeroe toegekend wordt. Mensen in India zeggen soms dat de goeroe God is. Deze bewering wordt niet alleen figuurlijk bedoeld, maar letterlijk. Als je voor een goeroe zit, kijk je niet naar een menselijk wezen die op een kussen op de vloer zit. Je zit voor God - feitelijk alle goden verpakt in één, de almachtige, de alwetende zelf. Hij kan er als een gewoon mens uitzien, maar hij weet alles wat er in het hele universum gebeurt, inclusief alles wat er in jouw geest gebeurt. Hij kan je gedachten lezen als een open boek. Als je een probleem hebt, hoef je het hem niet te vertellen - hij weet het al. Hij kan alles doen wat hij wil. Hij kan je zegenen, rijkdom geven, promotie, roem, kinderen, alles met alleen maar een zegenend woord. Hij kan je Verlichting geven als hij het wil. Het ligt allemaal in zijn handen - het is allemaal de 'zegen van de goeroe', zoals ze zeggen.

Het enige wat de volgelingen te doen hebben is de goeroe vertrouwen geven, er op vertrouwen dat de goeroe God is. Alleen als de volgeling genoeg van dit soort vertrouwen heeft, kan de goeroe

voor hem wonderen verrichten. Zo'n geloof wordt daarom als van het grootste belang beschouwd. Er zijn natuurlijk kleine moeilijkheden. Het gebeurt soms dat de goeroe iets niet lijkt te weten, of iets vergeten is wat je hem verteld hebt en je kunt hier wat overstuur door raken. Maar de echte volgeling maakt zich hier niet druk om omdat hij weet dat deze klaarblijkelijke menselijke beperkingen en tekortkomingen een test van vertrouwen zijn. De goeroe doet alleen maar alsof hij het vergeten heeft om te zien of jouw vertrouwen nog steeds stevig en stabiel is, net zoals een pottenbakker op een pot tikt nadat het gebakken is om te zien of er wel of geen barsten in zijn.

Het is geen wonder dat met de jaren volgelingen in een fantasiewereld terecht komen waarin alles wat er gebeurt door de 'zegen' en de wil van de goeroe gebeurt. Als de goeroe niet voorzichtig is kan hij ook in deze fantasiewereld terecht komen, in het bijzonder als hij geen echte goeroe is. Per slot van rekening is het niet gemakkelijk om uit zo'n fantasiewereld te ontsnappen als je er zelf het middelpunt van bent. Als iemand je komt vertellen dat zijn kind ziek was en nu hersteld is dankzij jouw zegeningen, zal je niet geneigd te zijn om die interpretatie tegen te spreken, zelfs als je geen moment aan het kind gedacht hebt.

Het probleem vanuit de zienswijze van de goeroe is dat vroeger of later het bij zijn meer ontvankelijke volgelingen zeker zal gaan dagen dat hij niet echt God is. Hoewel hij een diep niveau van inzicht en spirituele ervaring kan hebben, heeft hij ook bepaalde menselijke beperkingen. Als men dit gaat opmerken, zullen zij waarschijnlijk tot de conclusie komen dat hij geen echte goeroe is, en weggaan om naar iemand anders te zoeken, iemand die een echte goeroe is, iemand die God **is**. Als ze dat doen, zal hetzelfde onvermijdelijke opnieuw gebeuren. Ze zullen kleine tegenstijdigheden gaan opmerken, gedesillusioneerd worden, en zien dat ook deze goeroe alleen maar een mens is. En zo gaat de draaimolen door.

Eigenlijk gebeurt dit onder boeddhisten net zo goed. Een Tibetaanse vriend van mij, een lama en goeroe die in Kalimpong woonde,

herinnerde zich dat toen hij daar arriveerde, de lokale Nepalese boeddhisten toestroomden om hem te zien. Zij brachten hem fantastische offeranden en vroegen gretig om initiaties van hem. Maar na een paar jaar werden ze hem een beetje zat. Zij bleven komen om hun respect te betuigen, maar het amuseerde hem te zien dat zij niet meer zulke grote offeranden als eerder brachten. Toen verscheen er een nieuwe lama (hij was een vriend van de eerste) en iedereen liet mijn vriend achter om hun initiaties van de nieuwe lama te krijgen - tot plezier van beide lama's. Uiteindelijk, toen de Chinese communisten de macht in Tibet overnamen, begonnen steeds meer goeroes in de stad te arriveren, wat erg verbijsterend voor de lokale gemeenschap was. Nauwelijks hadden ze een nog verhevener en machtiger goeroe gezien en zich gehaast om hem offeranden te geven, of er arriveerde een andere, die - volgens sommigen - zelfs nog verhevener was en meer bereikt had. Uiteindelijk moeten zij langs misschien wel twintig goeroes gegaan zijn, zoekend naar de 'echte'.

De goeroe wordt in het oosten op deze manier duidelijk overschat omdat hij beschouwd wordt als een geïdealiseerde ouderfiguur: alles wetend, almachtig, oneindig liefhebbend en tolerant. De volgeling wil, in zulke gevallen, een houding van kinderlijke afhankelijkheid aannemen. Goeroes zijn meestal erg populair in India, maar er wordt één ding van hen geëist, los van al het andere: ze moeten altijd vriendelijk en liefdevol zijn, zacht spreken en teder zijn. Wat zij onderwijzen en hoe zij leven, is niet relevant.

In het westen zijn we uit traditie naar het tegenovergestelde extreem gegaan. Hier hebben wij, in plaats van de goeroe te overschatten, nauwelijks enige voorstelling van de goeroe. Dit is zonder twijfel grotendeels te wijten aan de invloed van het christendom. Aan de ene kant heb je geloof in God met al zijn verschillende kenmerken en aan de andere kant heb je onderwerping aan het hoofd van de specifieke religieuze groep waartoe je behoort, je geestelijke superieur, maar er lijkt geen ruimte voor de goeroe in de ware betekenis te zijn.

De goeroes die toch verschijnen – meestal als een heilige geïdentificeerd - zijn meestal onderworpen aan de regels van de geestelijke autoriteiten. In de Middeleeuwen moest een vooraanstaande heilige zich soms aan een slechte paus onderwerpen. Misschien deed dat de heilige niet veel kwaad, maar het was slecht voor de paus en voor de kerk als geheel. We moeten echter niet aannemen dat de christelijke traditie de enige spirituele traditie is die het westen ooit heeft gekend. Evenmin moeten we de aanname accepteren dat het concept van de goeroe in de oosterse betekenis vreemd is voor de westerse mentaliteit. Er waren zeker goeroes in het oude Griekenland en Rome - bijv. Plato, die een soort school of academie in stand hield, Pythagoras die spirituele gemeenschappen stichtte, Apollonius van Tyana, en misschien vooral Plotinus. Uit Porphyrius boek 'het leven van Plotinus', en in het bijzonder door de beschrijving van zijn latere leven in Rome, krijgt men beslist de indruk van een soort spirituele gemeenschap die meer opgezet is volgens de regels van een Indiase ashram dan op een manier die typerend is voor het soort instituties waarvan men denkt dat die karakteristiek waren voor het latere Romaanse rijk.[lxxx]

Zulke grote figuren uit de klassieke tijden waren goeroes in de juiste betekenis van het woord. En in de moderne postchristelijke tijd zijn er tekenen dat in het westen het belang van de goeroe opnieuw gewaardeerd begint te worden, ondanks ons democratisch- en gelijkheids-vooroordeel, ons moderne geloof dat niemand beter dan iemand anders gezien moet worden. Zelfs in moderne culturen die zo duidelijk vijandig zijn naar de mogelijkheid van spirituele ontwikkeling zijn er tekenen dat mensen de betekenis van diegenen die verder ontwikkeld zijn dan de gemiddelde persoon beginnen te waarderen.

Zulke mensen worden mogelijk niet gewaardeerd in spirituele termen. Vaker worden ze als genieën of helden geprezen. Een merkbaar fenomeen in de Verenigde Staten is de academische goeroe-figuur, die van de ene universiteit campus naar de andere reist en massa's studenten voor zijn colleges aantrekt. Jonge mensen die misschien geen interesse hebben in goeroes uit het oosten beginnen te voelen of zich zelfs bewust te worden dat er niet veel uit

boeken gehaald kan worden en dat de conventionele uitingen van religie, politiek en zelfs de kunst ze niet veel meer zegt.

Ze zoeken daarom naar een soort goeroe-figuur. Ze willen door iemand onderwezen worden die wijzer is dan ze zelf, iemand waar ze tegenop kunnen zien, iemand die helder licht laat schijnen en ze op hun pad wil begeleiden. Er zijn sommige duidelijke voorbeelden van dit fenomeen uit de jaren zestig - Buckminster Fuller, Allen Ginsberg, Timothy Leary en Richard Alpert, die een goeroe werd in een overduidelijke oosterse betekenis als Baba Ram Das. Vandaag is de goeroe een wijdverbreid fenomeen van het westerse intellectuelen leven.

Als boeddhisten moeten we een middenweg volgen. We moeten bovenal erkennen dat we vanuit onze huidige staat van zijn en bewustzijn in staat zijn om te groeien naar een vollediger ontwikkeld zelfbewustzijn en zelfs naar een realisatie van transcendentaal bewustzijn, wat ons zal voeren naar wat we alleen maar absoluut bewustzijn kunnen noemen, zonder echt te kunnen begrijpen wat het is. Om dit te doen moeten we ook erkennen dat verschillende menselijke wezens op verschillende niveaus van dit grote proces van spirituele ontwikkeling zijn. Sommige zijn op een lager niveau dan wij terwijl anderen verder zijn, zelfs heel veel verder. We moeten erkennen dat diegenen die verder zijn op de schaal van de evolutie van mensheid in een positie zijn om ons te helpen en dat we door communicatie met hen zullen ontwikkelen. Het zijn goeroes in deze betekenis die we kunnen erkennen als zijnde superieur. Het soort goeroe dat we niet nodig hebben is iemand aan wie we een onrealistisch opgeblazen waarde geven en waarop we ons verlangen voor een geïdealiseerde vaderfiguur kunnen projecteren. Het is een grote fout om iets van een goeroe te verwachten dat we uiteindelijk alleen van onszelf kunnen krijgen.

De Boeddha vroeg niemand om hem als een god of als God te beschouwen. Hij vroeg niemand om vertrouwen - nog minder om absoluut vertrouwen - in hem te hebben. Dit is een erg belangrijk aspect van het boeddhisme. De Boeddha zei nooit: 'Je moet in me geloven en geloven wat ik zeg, als je gered wilt worden of als je je

eigen echte aard wilt realiseren'. Keer op keer wordt hij in de boeddhistische geschriften neergezet als zeggende: 'Laat elk verstandig mens naar mij komen, iemand die bereid is om te leren. Ik zal hem de Dharma leren'.[lxxxi] Het enige dat hij vraagt is dat we verstandig zijn en een open geest hebben. Het enige dat hij verlangt is redelijk en ontvankelijk menselijk contact. Hij scheen er van overtuigd te zijn dat hij iedereen tot het spirituele leven kon introduceren zonder een beroep te doen op absoluut vertrouwen en devotie, maar zuiver door rationele middelen en ervaringen. Alleen op deze basis kon hij iedereen de ogen openen voor de waarheid dat het pad naar verlichting het meest belangrijke is waar we ons als mensen mogelijk kunnen wijden.

Hoofdstuk 15: Trouw

Kalimpong is gesitueerd in de uitlopers van de Himalaya in de staat West Bengalen, zo'n 4000 voet boven de zeespiegel. Dit is waar ik het grootste deel van mijn tijd in India, veertien jaar, doorbracht met dagelijkse uitzicht op de sneeuw van de Himalaya. Kalimpong lag en ligt in mindere mate nog steeds behoorlijk van de doorgaande route af. Desalniettemin had ik tijdens die jaren vele bezoekers. Aanvankelijk kwamen zij van niet verder dan Darjeeling, Calcutta en andere delen van India maar uiteindelijk begon ik een gestage stroom van bezoekers uit Europa, Amerika en Australië te krijgen.

Sommigen van deze bezoekers, zowel uit India als uit het buitenland, lieten een sterke indruk na zoals een zekere bejaarde inwoner van Punjab die uit de stad Wardha kwam in het hart van India. Hij was al jaren een boeddhistische monnik maar hij stond in India beter bekend als een Hindi journalist. Hij was een frequente bezoeker aan Kalimpong en als hij in de stad was kwam hij mij elke keer bezoeken.

Hij had één eigenschap die hem van de overgrote meerderheid van zijn landgenoten onderscheidde. De meeste Indiërs vermijden elke vorm van lichaamsbeweging maar hij hield van zijn middagwandeling en hij hield dit deel van zijn routine vol wanneer hij in Kalimpong was. Naast zijn middagwandeling praatte hij ook graag en als hij de twee activiteiten kon combineren dan was het zelfs beter. Maar in Kalimpong vond hij weinig animo onder zijn Indiase vrienden om gezelschap te zijn voor zijn middagwandelingen. Dit is waarom hij zich aan mij vastklampte toen hij er achter kwam dat ik geen hekel aan wandelen had. Hij kwam om ongeveer vier of vijf uur in de middag langs en we liepen een uur of meer over de wegen die zich rondom de hellingen kronkelden.

Ik ging naar deze wandelingen uitkijken omdat hij een onderhoudende metgezel was met een oneindige stroom van

anekdotes en meningen. Hij was niet wat men monnikachtig kan noemen - het was een mysterie waarom hij sowieso een monnik was geworden - maar men moet zich hem voorstellen, een man van begin 50, in gele gewaden en met een geschoren hoofd, die met zijn wandelstok in de hand al pratend voort stapte.

Van hem vergaarde ik informatie over het Indiase sociale leven en de Indiase politiek, over ontwikkelingen in het Indiase boeddhisme en de boeddhistische politiek en over de Hindi-sprekende wereld en zijn literatuur. Van de vele fascinerende verhalen die hij te vertellen had, maakte het volgende toen een bijzondere sterke indruk op mij. Het ging over iets wat in Calcutta gebeurd was kort voordat hij dit specifieke bezoek aan Kalimpong bracht, en hij sprak erover gedurende onze eerste wandeling toen het nog vers in zijn gedachten was.

Hij had het van een vriend gehoord die bij beide partijen betrokken was. Het ging over studenten aan de universiteit van Calcutta. Centraal Calcutta is zoiets als een universiteitsstad, waarin tienduizenden jonge mensen van verschillende achtergronden als studenten samengebracht zijn. En, zoals het soms gebeurt, zelfs in traditioneel India, werden twee studenten - beiden van Bengaalse afkomst, wetenschappelijke studenten, verliefd. Ze waren samen experimenten aan het uitvoeren in het laboratorium, hun ogen ontmoetten elkaar over de reageerbuisjes en dat was het.

Maar in India, net zo als in Shakespeare's Verona, gaat de loop van echte liefde nooit van een leien dakje, omdat echte liefde geen officiële toestemming heeft. Wat nog steeds beschouwd en genoemd wordt als 'vrije liefde' bestaat nauwelijks. Huwelijken worden in India niet in de hemel gemaakt, ze worden op aarde georganiseerd door je ouders en grootouders die heel zorgvuldig iemand kiezen van de juiste achtergrond, en cruciaal, van dezelfde kaste, of om precies te zijn, dezelfde sub-kaste. En in het geval van dit stel kon zelfs aan deze fundamentele eis niet voldaan worden omdat ze uit erg verschillende kasten kwamen. Daarom was het uitgesloten dat hun liefde tot een huwelijk kon leiden. Er was geen denkbare

mogelijkheid om toestemming van hun ouders te krijgen en zonder toestemming van de ouders is er in India geen huwelijk.

Wat konden ze doen? Ze voelden dat ze niet zonder elkaar konden leven en daarom besloten ze om een zelfmoordpact te sluiten. Ze besloten om op hetzelfde moment zelfmoord te plegen - maar om de ene of andere reden konden ze dat niet op dezelfde plek doen. Op de afgesproken dag, en het afgesproken uur, hield de jongen zich aan het pact en slikte het gif - maar het meisje deed het niet. De dag nadat haar minnaar zelfmoord pleegde, werd ze lachend en pratend met andere mannelijke medestudenten gezien.

Ik heb nooit een romantische inslag gehad, maar dit verhaal bleef in mijn achterhoofd hangen als een soort terugkerende echo totdat ik het ter ruste legde door er een klein verhaal over te schrijven, wat ik 'trouw' noemde. Het zat niet goed in elkaar en werd ook nooit gepubliceerd, maar veel later, toen ik terug was in Engeland, werd ik herinnerd aan wat ik van mijn vriend tijdens de wandeling rond Kalimpong gehoord had door bepaalde ontwikkelingen in de persoonlijke relaties van een aantal van mijn vrienden. In sommige gevallen waren dat mensen die ik geordineerd had. Die ontwikkelingen reflecteerden het thema, zo niet de dramatische conclusie, van die tragische loop van de gebeurtenissen.

Het is dit verhaal dat me de invalshoek geeft die ik wil gebruiken over de derde van de zes relaties die door de Boeddha en Sigalaka besproken werden: de relatie tussen man en vrouw. Een van de vijf manieren waarin, volgens de Sigalaka soetra, man en vrouw voor elkaar moeten zorgen is door niet ontrouw te zijn en trouw is hier ons thema. Ik wil het onderwerp niet erg diep behandelen, of zelfs systematisch. Ik wil alleen maar een paar observaties bij elkaar brengen. Tegelijkertijd met het leveren van commentaar op de aard van de relatie tussen man en vrouw (of het moderne equivalent ervan), wil ik het thema van trouw behandelen omdat - om naar ons eerdere thema terug te gaan - ik tot de conclusie ben gekomen, hoe meer ik erover gedacht heb, dat trouw één van de kwaliteiten van het echte individu moet zijn, dat wil zeggen, van iemand die probeert om een echt mens te worden.

Voor zover ik kan zien kunnen alle verschillende soorten trouw onderverdeeld worden in drie hoofd indelingen: trouw aan onszelf, trouw aan idealen en trouw aan andere mensen. Je kunt argumenteren dat trouw aan je gegeven woord als vierde indeling kan worden beschouwd, maar dit wordt misschien het best gezien als een aspect van trouw aan jezelf, ofschoon het duidelijk ook trouw naar anderen omvat. Trouw naar jezelf kan ook beschreven worden als waarachtig naar jezelf zijn, zoals in het beroemde advies van Polonius aan zijn zoon Laertes, in Hamlet van Shakespeare:

Dit boven alles: wees trouw aan uw eigen zelf,

en het moet volgen, als de nacht de dag,

dan kunt u niet onjuist zijn aan enige mens.[lxxxii]

Trouw zijn aan jezelf betekent op een consequente manier handelen, spreken en denken in overeenstemming met wat het beste in jezelf is. Het houdt in dat je jezelf objectief ziet - niet op een koelbloedige manier, maar in de zin van duidelijk je eigen echte interesses zien, in de hoogste en volledige betekenis en er op een consequente manier trouw aan zijn.

Trouw aan idealen is niet zo gemakkelijk te verklaren. Het betekent niet noodzakelijker trouw aan ideeën. Om te begrijpen wat het feitelijk betekent, moeten we helder zijn over het verschil tussen een ideaal en een idee. Een ideaal kan gedefinieerd worden als een regelend model voor het menselijke bestaan. Maar - en dit is een belangrijk punt - dit model wordt niet op het menselijke bestaan van buiten opgelegd. Het komt uit het menselijke bestaan zelf voort. Een ideaal brengt de fundamentele trend (de ware aard) van dat bestaan helderder in het bewustzijn, en intensiveert zo, of zelfs verheft, die fundamentele trend. Idealen zijn daarom instrumenten voor menselijke ontwikkeling.

Idealen - of beter mensen die deze idealen nastreven - kunnen vanzelfsprekend contact met de concrete situatie verliezen, afstand

nemen van de menselijke ervaring. Als dat gebeurt, houden idealen op om als idealen te functioneren. Ze worden dode idealen en helemaal geen echte idealen. Dode idealen zijn eenvoudig ideeën en als zodanig moet er inderdaad tegen gerebelleerd en moeten ze afgewezen worden.

Daarom betekent trouw aan idealen op een consequente manier handelen, spreken en denken in overeenstemming met de regulerende modellen van het menselijk bestaan, trouw zijn aan de fundamentele tendens of ware aard van dat bestaan, in het bijzonder als die tendens gereflecteerd, geïntensiveerd en versterkt wordt in bewustheid of gewaar zijn. Trouw aan idealen is dan uiteindelijk niet meer te onderscheiden van trouw aan jezelf. Het is, zo kan men zeggen, de objectieve tegenhanger van trouw aan jezelf.

Trouw aan andere mensen is misschien gemakkelijker te begrijpen, oppervlakkig gezien. In een feodale samenleving is er, zoals we gezien hebben, trouw van de vazal naar zijn opperheer. In het huiselijke leven is er de trouw van man en vrouw aan elkaar, en van bediende aan de meester. En in de wijdere sfeer van het sociale leven is er trouw tussen vrienden. Trouw aan andere mensen betekent zich consequent gedragen, spreken en denken in overeenstemming met de wijze waarop men zichzelf gedefinieerd heeft in relatie tot deze andere mensen. Het betekent je gedragen zoals je je voorgenomen hebt om je naar hen toe te gedragen.

Trouw is het gevolg van een vrijwillige handeling. Men kan van een goede moeder of een goede slaaf spreken, maar men kan niet spreken van een trouwe moeder of een trouwe slaaf, omdat de relatie van moeder naar kind of van slaaf naar meester niet gebaseerd is op vrijwilligheid. Het wordt opgelegd - door de natuur in het ene geval en door de samenleving in het andere.

Maar wat maakt trouw een kwaliteit van het individu, of inderdaad, deel van de manier waarin we het echte individu moeten definiëren? Wij hebben gezien dat de eerste en meest fundamentele kwaliteit- de essentie- van het individu zelf gewaar zijn of reflecterend bewustzijn is, het vermogen om jezelf objectief te zien. Zelf gewaar zijn is

onszelf zien zoals anderen ons zien - misschien niet helemaal in de zin van Robert Burns maar in de zin van onszelf op dezelfde wijze zien als anderen ons zien, als een object van gewaarzijn. We kunnen het object van onze eigen gedachten worden.

Het denken is niet beperkt door tijd en ruimte, zoals ons lichaam beperkt is. Door gedachten kunnen we onszelf losmaken van de condities waaronder we op dit moment bestaan. We kunnen een idee hebben dat we in het verleden hebben bestaan en een bestaan in de toekomst hebben. Zelfbewustzijn omvat daarom een mate van scheiding van het heden, een vorm van afstand nemen. Omdat we zelfbewustzijn hebben, kunnen we ons idee van onszelf in de toekomst projecteren. En omdat we dit kunnen doen kunnen we in het heden zeggen dat we iets in de toekomst zullen doen. Met andere woorden, omdat we zelfbewustzijn hebben is het voor ons mogelijk om een belofte te doen.

Als we zeggen dat trouw consequent is – je op een consequente wijze op een bepaalde manier gedragen – dan geeft dit continuïteit in tijd aan. Consequent zijn betekent je een tijdsperiode op dezelfde manier gedragen. Het betekent eigenlijk meer dan dat. Het betekent bewust en opzettelijk je in een tijdsperiode op dezelfde manier gedragen. En om dit te kunnen doen moeten we zelf gewaar zijn, moeten we individuen zijn.

Als ons zelf-gewaarzijn zwak is, kunnen we een belofte niet houden. We kunnen de geschikte woorden zeggen omdat ze van ons verwacht worden, maar ze zullen niet de betekenis van een belofte hebben als we die belofte niet kunnen houden. Als we een belofte niet houden komt dit omdat we die in de eerste plaats, eerlijk gezegd, nooit gemaakt hebben.

Het is gebrek aan zelf-gewaarzijn, gebrek aan individualiteit, dat ons in de weg gaat staan om betrouwbaar te zijn. Dit geldt voor ons vermogen om trouw naar onszelf en onze idealen te zijn, maar hier wil ik het bespreken in termen van trouw naar andere mensen – in feite in termen van trouw naar één ander persoon. En natuurlijk is de

vorm van trouw naar een ander persoon waarmee we het meest bekend zijn en die ons het meest in beslag neemt, seksuele trouw.

We weten allemaal wat seksuele trouw betekent, tenminste in een oppervlakkige betekenis. Het betekent om je seksuele activiteiten tot één persoon te beperken. De meesten van ons zullen er ook mee eens zijn dat het tegenovergestelde van seksuele trouw promiscuïteit is. Er zijn vanzelfsprekend graden van promiscuïteit, en de meeste mensen begrijpen dat de juiste graad bepaald wordt door het aantal seksuele partners die men heeft (gewoonlijk op verschillende tijden in ons leven). Maar juist gedefinieerd bestaat promiscuïteit niet uit de hoeveelheid seksuele relaties, maar uit non-continuïteit. De essentie van promiscuïteit is dat men geen twee keer achter elkaar een seksuele relatie met dezelfde persoon heeft. De meeste volledige promiscue persoon zou daarom diegene zijn die, in welke periode ook, nooit meer dan één keer een seksuele relatie met een partner heeft.

M.b.t. seksualiteit zijn er drie mogelijke levensstijlen: de monogame (of polygame waar dat een optie is), de promiscue en de celibataire. De mate van goedkeuring door ‘de groep’ voor de manier waarop mensen hun seksualiteit uitdrukken is over het algemeen op een van deze keuzes van levensstijl gebaseerd. (De groep kan ook een mate van afkeuring hebben voor wat het als perverse expressie van seksualiteit beschouwt.) Maar wat betreft de ontwikkeling van het individu zijn er slechts twee vormen van seksuele levensstijl: een neurotische vorm en niet-neurotische of psychologisch gezonde vorm. Iemand die probeert om een individu te worden kan ieder van deze levensstijlen volgen, op voorwaarde dat hij of zij de niet-neurotische vorm volgt.

Maar hoe strookt dit met het idee dat trouw een kwaliteit van het echte individu is? Het lijkt erop dat er hier een bepaalde tegenstelling is. Zeggen we, of zeggen we niet, dat het voor het individu ethisch kan zijn om een seksueel promiscue levensstijl te volgen? De moeilijkheid is meer schijnbaar dan echt. De essentie is dat het volstrekt onmogelijk is dat in je leven alle relaties doorlopen. Sommigen moeten dat echter wel zijn, anders kan je bijna niet zelf-

gewaar zijn. Als je de continuïteit van je relaties beperkt, zal je niet verder groeien als individu. Het hebben van seksuele relaties die niet doorgaand zijn, hoeft geen probleem te zijn als we niet-seksuele relaties hebben die centraal in ons leven staan en die wel doorgaand zijn - d.w.z. waarin we trouw beoefenen. Tegelijkertijd, als onze losse seksuele relaties belangrijker voor ons zijn dan onze doorgaande niet-seksuele relaties zijn we duidelijk in serieuze moeilijkheden.

Maar - om terug te gaan naar ons hoofdthema - hoe blijft men trouw aan één persoon? Er zijn twee vijanden die ons van trouw afhouden: een 'nabije vijand': gehechtheid, en een 'verre vijand': afleiding.[lxxxiii] Afleiding kan beschreven worden als iets dat zichzelf aan onze aandacht opdringt als we er eigenlijk geen aandacht aan willen geven. We ervaren natuurlijk afleiding bijna elke keer dat we mediteren. We kunnen proberen om ons op het proces van onze ademhaling te concentreren, maar het geluid van het verkeer buiten dringt binnen en het lijkt dat we niets anders kunnen doen dan luisteren. Soms is datgene wat zich aan onze aandacht opdringt iets waar we op een ander moment met plezier aandacht aan zouden geven. Het kan iets zijn waar we gek op zijn of zelfs iets waardoor we gefascineerd zijn, iets dat onze meest fundamentele interesses en verlangens aanspreekt. Ik hoef nauwelijks datgene wat het zou kunnen zijn uit te leggen. De afleiding wordt vervolgens erg moeilijk om te weerstaan.

In meditatie komen de afleidingen die zich aan ons vertonen in de vorm van gedachten en fantasieën, maar in het dagelijks leven worden we geconfronteerd met afleidingen die maar al te duidelijk en letterlijk aanwezig zijn. Dat is wat het moeilijk voor ons maakt om trouw te beoefenen. Het afleidende object – of persoon - is aanwezig, terwijl de persoon waar we trouw aan willen zijn er niet is. De indruk die opgeroepen worden door iets dat aanwezig is, is natuurlijk erg levendig vergeleken met de indruk die opgeroepen wordt door iets wat niet aanwezig is (als andere factoren gelijk zijn). Zo kan een persoon die aanwezig is zorgen dat we - voorlopig - een persoon vergeten die afwezig is, of zelfs zo handelen alsof de afwezige persoon helemaal niet bestaat. Er treedt een breuk van

continuïteit op in onze relatie met die andere persoon, en dit is de essentie van trouweloosheid. Aanwezige indrukken hebben over ons besef van continuïteit getriomfeerd, met betrekking tot onze relatie met die andere persoon door verleden, heden en toekomst.

We zeggen meestal dat iemand die al te gemakkelijk voor de indrukken van het moment zwicht een zwak karakter heeft. Hij heeft een zwakke doelgerichte wilskracht en, als hij zo gemakkelijk afgeleid wordt, heeft hij ook weinig individualiteit. Zo iemand kan geen trouw beoefenen. De realiteit van de situatie is vanzelfsprekend niet zo helder en abstract, ook al kan het nog zo beknopt beschreven worden. We praten over een paar rommelige aspecten van het menselijk leven en de menselijke rommel en verwarring die het met zich meebrengt moet niet vergeten worden.

De 'nabije' vijand van trouw is gehechtheid. Het wordt 'nabije' vijand genoemd omdat trouw en gehechtheid heel erg hetzelfde lijken, tenminste voor de oppervlakkige waarnemer. Maar daar waar een neurotische mate van gehechtheid aan de andere persoon is, kan geen trouw zijn, omdat er geen echt zelf-gewaarzijn in die gehechtheid is en daarom geen echte individualiteit. Je gehechtheid aan iemand in het heden sluit bewustheid van verleden of toekomst uit en is eenvoudig oneindig te verlengen. Men ervaart zo'n relatie niet als iets dat de tijd doorstaat. Men is daarom niet in staat tot trouw.

Maar hoe weet men of men in staat is om trouw te zijn? Hoe wordt trouw getest? Een test is een situatie of ervaring die de echte aard van de dingen laat zien, die onthult of het echt is of alleen een slechte imitatie. Vuur laat bijvoorbeeld zien of een bepaald geel metaal goud is of alleen maar iets dat erop lijkt.

Onze trouw aan een ander persoon wordt natuurlijk getest door fysieke scheiding. Als we van iemand gescheiden zijn, wordt de relatie voor die tijd mentaal in plaats van fysiek. De voortgang ervan wordt uitsluitend mentaal (met de term 'mentaal' wordt mede het de emotionele aspect van de psyche bedoeld). Het is veel moeilijker om op het mentale vlak te leven dan op het fysieke vlak, omdat

zintuiglijk bewustzijn veel sterker is dan zelf-gewaarzijn. Als we dus, als resultaat van onze scheiding, alleen mentaal contact hebben, is het heel gemakkelijk om die relatie te laten verstoren door een fysieke relatie met iemand anders. Het is, met andere woorden heel gemakkelijk voor ons om ontrouw te zijn. Trouw is alleen mogelijk in de mate waarin we ons onze relatie met de persoon van wie we gescheiden zijn kunnen voorstellen in de toekomst. Dit vermogen om onszelf in de toekomst te projecteren is op zijn beurt alleen mogelijk in de mate dat we zelf-gewaar zijn.

Dus is scheiding een test van zelf-gewaarzijn. Het is inderdaad de test van trouw omdat het een test van zelf-gewaarzijn is. Gescheiden zijn onthult het niveau waarop onze relatie met een ander persoon echt bestaat - of het hoofdzakelijk lichamelijk of zowel lichamelijk als mentaal is. Trouw is alleen mogelijk in de mate dat een relatie mentaal is (en emotioneel). Fysieke scheiding kan daarom gezien worden als een mogelijkheid voor de ontwikkeling en intensivering van de niet-fysieke kant van een relatie samen met je zelf-gewaarzijn. Op zijn beurt zal dit de individualiteit in de echte betekenis van de term verhogen.

De meest extreme vorm van scheiding is natuurlijk de dood, en de dood is daarom de ultieme test van trouw, zoals het voor deze Bengaalse studenten was. Men kan zelfs zeggen dat trouw gewaarzijn van de dood omvat, zoals zelf-gewaarzijn dat ook doet. Als je jezelf in de toekomst kunt zien, kun je je ook voorstellen niet in de toekomst te bestaan. Zelf-gewaar te zijn, mens te zijn, een individu te zijn, is daarom gewaar te zijn van de dood.

Trouw wordt ook getest door isolement, in de betekenis van een minderheid zijn, zelfs een minderheid van één. Deze test geldt in het bijzonder voor trouw aan idealen, ook al kan het toegepast worden op trouw naar een ander persoon. Het is erg moeilijk om echt alleen te staan. Het is erg moeilijk om aan je idealen vast te houden - wat deze idealen ook mogen zijn - als iedereen om je heen je probeert te overtuigen ze op te geven, omdat ze denken dat deze idealen verkeerd zijn, of ongelegen, ouderwets of onplezierig. Je bent in een erg moeilijke positie wanneer je meest dierbare waarden je van

anderen isoleren, je familie, je buren, je land, je cultuur - zelfs, zo kan het soms lijken, van iedereen in de gehele wereld. Als je toevallig in God gelooft en je idealen lijken je van hem af te snijden, des te erger. Mensen zullen bijna alles doen om de verschrikkelijke isolatie te vermijden die ontstaat doordat anderen hen bespotten vanwege hun idealen, en de meeste mensen zullen geneigd zijn om deze idealen onder die druk op te geven.

Een goed voorbeeld van isolatie als de ultieme test van trouw naar idealen wordt gevonden in ‘Paradise Lost’ van Milton. In één passage bevindt de engel Abdiel zich per ongeluk tussen de rebellerende engelen en zo in de ongemakkelijke positie van het oneens zijn met hun rebellie tegen God. Hij is in feite de enige in de hele grote samenkomst van miljoenen rebellerende engelen die het zo oneens is. Nadat Abdiel, helemaal alleen, Lucifer en de rebellerende engelen hekelt, verklaard Milton deze edele trouw aldus:

Aldus sprak de engel Abdiel, vol van trouw.

Onder de trouwelozen, was alleen hij trouw.

Onder ontelbare valsheden, onbewogen,

niet van streek gebracht, niet verleid, onverschrokken

hield hij zijn trouw, zijn liefde, zijn geestdrift.

Noch aantal, noch voorbeeld, kon hem bewegen

van de waarheid af te dwalen, of zijn constante geest te veranderen,

hoewel alleenstaand, vanuit hun midden ging hij voort,

een lange weg door vijandige minachting, die hij onderging,

superieur, noch voor wat voor geweld dan ook bevreesd.

En, met minachting antwoordend, keerde hij zijn rug toe

naar deze trotse torens die tot snelle vernietiging gedoemd waren.[lxxxiv]

Ik zal dit hoofdstuk met twee verhalen beëindigen. Zoals het verhaal dat het hoofdstuk opende, gaan ze beiden over trouw en dood. Het eerste komt uit de opera Fidelio van Beethoven, die gecomponeerd werd aan het begin van de negentiende eeuw. Fidelio betekent 'de getrouwe', en het is de naam die door Leonora aangenomen is, de vrouw van een Spaanse edelman Floristan genaamd. Floristan heeft de vijandschap van Pizzaro gewekt, de gouverneur van een somber middeleeuws fort dat als gevangenis voor politieke overtreders functioneert. Pizzarro arresteert hem en werpt hem in de diepste en donkerste kerker van het fort, ondertussen een bericht naar buiten van de dood van Floristan verspreidend. Iedereen gelooft dit bericht - iedereen dat wil zeggen behalve Leonora. Weigerend om te accepteren dat haar echtgenoot dood is, verzint ze een list om toegang tot het fort te krijgen en hem te redden. Zich vermommend als een jongeman, met de naam Fidelio, krijgt ze in het fort werk als assistent van de hoofdcipier die Rocco heet. Vanzelfsprekend heeft Rocco een dochter die verliefd wordt op de zogenaamde jongeman, wat reden geeft voor de verplichte opera-achtige complicaties. Het is op dit punt dat de opera opent.

Kort samengevat gaat het verhaal als volgt verder: Pizzaro hoort dat Fernando, de minister, komt om het fort te inspecteren en hij besluit om Floristan te vermoorden voordat Fernando arriveert. Hij plaatst een trompetblazer op de kantelen om een waarschuwing te geven bij de nadering van Fernando. Hij geeft aan Rocco, de hoofdcipier, de opdracht om Floristan te vermoorden. Rocco weigert. Pizarro geeft hem dan de opdracht om een graf voor Floristan te graven en zegt dat hij Floristan zelf met zijn eigen handen zal vermoorden. Dus graaft Rocco het graf voor Floristan en Fidelio (Leonora), als zijn

assistent, moet hem helpen om te graven, al is ze het graf voor haar eigen man aan het graven. Dan verplaatst de scène zich naar de cel van Floristan, waar Pizzaro op het punt staat om Floristan dood te steken. Op dat moment gooit Leonora zichzelf voor hem en zegt dat hij haar eerst moet vermoorden. Terwijl ze dit doet, is het beroemde trompetgeschal te horen. De minister arriveert, Pizzaro wordt gearresteerd en Floristan en Leonora worden herenigd.

Er wordt gezegd dat 'als drama en als opera Fidelio bijna alleen staat in zijn perfecte zuiverheid, in de morele grootsheid van zijn onderwerp en in het prachtige idealisme van zijn muziek'. De 'morele grootsheid van zijn onderwerp' verwijst duidelijk naar de opera's verkenning van het thema van trouw. Als Floristan verdwijnt en het gerucht gaat dat hij dood is, begint Leonora niet naar een andere echtgenoot te zoeken, maar gaat Floristan zoeken en riskeert haar eigen leven om hem te redden. Haar trouw wordt op meerdere manieren getest en ze slaagt voor de test. De opera wordt niet vaak opgevoerd, ook al zijn de verschillende 'Leonora' ouvertures redelijk vertrouwde orkestrale kost. Of dit komt omdat de 'morele grootsheid van zijn onderwerp' voor het moderne publiek te veel is en trouw ouderwets is, is moeilijk te zeggen. Maar als het zo is, is het misschien een betekenisvol feit. Als we de kwaliteiten van het echte individu willen ontwikkelen, zullen we niet veel hulp van onze samenleving m.b.t. trouw krijgen.

Als we van een westers naar een oosters verhaal overgaan, en van een opera naar een soetra, komen we opnieuw bij de Amitayur - Dhyana soetra, de soetra van de meditatie op Amitayus, de Boeddha van het Oneindige leven.[lxxxv] Hier komen we een ander fort tegen, een andere kerker, een andere gevangene en een ander trouwe echtgenote - waaraan we een paar extra ingrediënten toevoegen: de Boeddha, de dharma en de sangha. We zijn dit verhaal eerder tegengekomen, in onze beschouwing van de spirituele gemeenschap en het Zuivere Land. Als deze soetra begint - in Rajagrha, de hoofdstad van Magadha – is koning Bimbisara net door zijn kwaadaardige zoon Ajatasatru afgezet, die hem opgesloten heeft in de gevangenis, hopende dat hij zal verhongeren. Hij hoopt het zelfs niet alleen - hij vergeet voor het gemak om opdracht te geven zijn

vader van voedsel te voorzien. Maar Vaidehi brengt in het geheim voedsel naar haar echtgenoot en houdt hem dag na dag, week na week, maand na maand in leven. Zij blijft hem trouw.

Uiteindelijk wordt Ajatasatru achterdochtig door het feit dat zijn vader zoals verwacht niet sterft. Hij laat het komen en gaan naar de gevangenis bewaken. Zo ontdekt hij uiteindelijk dat hij zijn moeder de schuld moet geven voor het irritante overleven van zijn vader. Ajatasatru is duidelijk geen gehoorzame zoon in de beste omstandigheden, in zijn woede trekt hij zijn zwaard om zijn moeder te doden en wordt alleen door zijn ministers van moedermoord weerhouden. Zij zeggen: 'In onze koninklijke traditie zijn er vele verslagen van koningen die hun vaders hebben vermoord, maar nog niet van een koning die zijn moeder heeft vermoord. Stop deze onuitsprekelijke slechte daad'. Beschaamd steekt de koning zijn zwaard in de schede en stelt zichzelf tevreden met de opdracht zijn moeder ook gevangen te nemen. In de gevangenis bid ze tot de Boeddha - want ze is niet alleen een trouwe echtgenote maar ook een trouwe volgeling van de Boeddha - en smeekt hem om zijn volgelingen Ananda en Mahamaudgalyayana te sturen om haar te bezoeken.

Als de Boeddha dit verzoek met zijn goddelijke oor hoort, doet hij meer dan zij vraagt. Samen met Ananda en Mahamaudgalyayana verschijnt hij voor haar, schitterend door regenboogkleurig licht en de duisternis van de gevangeniscel verlichtend. Vaidehi vertelt hem dat zij ontevreden is met deze wereld (zoals ze zeker is) en vraagt de Boeddha om haar te leren hoe ze op een betere wereld kan mediteren. De Boeddha doet wat ze vraagt en de beschrijving van deze meditaties omvat het grootste deel van de soetra.

Ook in dit verhaal zien we hoe trouw getest wordt door scheiding, zelfs door de dood. Vaidehi blijft trouw aan Bimbisara zelfs met het riskeren van haar eigen leven. Omdat zij de kwaliteit van trouw bezat, was zij een individu, en omdat zij een individu was, kon ze voor toevlucht gaan tot de Boeddha, de Dharma en de Sangha. Ze kon de Boeddha en zijn volgelingen voor haar zien en ze kon de Dharma horen. Uiteindelijk betekent trouw eigenlijk trouw aan deze

drie idealen. Trouw aan jezelf is uiteindelijk trouw aan de Boeddha. Trouw aan idealen is uiteindelijk trouw aan de Dharma. En trouw aan andere mensen is uiteindelijk trouw aan de Sangha.

Trouw van deze onovertroffen soort wordt belichaamd in de figuur van de vrouwelijke Bodhisattva Tara, soms Samayatara genoemd (wat volgens lama Govinda vertaald wordt met 'de trouwe Tara'). Alle Bodhisattvas zijn echter de belichaming van perfecte trouw. Ze zijn trouw aan alle wezens, en hun trouw is zonder beperking in ruimte en tijd. Ze zijn, zo kunnen we zeggen, individuen in de volledigste en hoogste betekenis.

Dus als we bodhisattvas willen zijn, als we individuen willen zijn, moeten we trouw beoefenen. We moeten trouw zijn aan onszelf, aan ons woord, aan onze belofte. We moeten trouw zijn aan onze idealen, aan onze ervaring, aan ons werk, aan het pad van menselijke ontwikkeling. We moeten trouw zijn aan andere mensen: niet alleen aan onze minnaars, maar aan onze vrienden, medewerkers en leraren. En uiteindelijk moeten we trouw zijn aan de Drie Juwelen. Zonder trouw is geen voortgang, zonder voortgang is er geen ontwikkeling, en zonder ontwikkeling is er geen spiritueel leven. Trouw is een menselijke behoefte omdat ontwikkeling een menselijke behoefte is. En trouw is deel van de menselijke aard omdat ontwikkeling deel is van de menselijke aard.

Hoofdstuk 16: De betekenis van vriendschap.

In de moderne wereld zijn vriendschappen aantoonbaar de meest verwaarloosde van alle primaire menselijke relaties. Maar zoals we gezien hebben, hebben vriendschappen, volgens de Boeddha zelf, een directe verbinding met het spirituele leven. Pratend met Sigalaka over het onderwerp zegt hij dat vrienden en metgezellen op vijf manieren behandeld en verzorgd moeten worden.[lxxxvi] We hebben, met andere woorden, vijf plichten naar onze vrienden en als we deze uitvoeren zullen onze vriendschappen bloeien.

Als eerste is het onze plicht om vrijgevig te zijn. We moeten met onze vrienden delen wat we hebben. Dit moet idealiter letterlijk genomen worden. Sommige boeddhistische woongemeenschappen leven op de basis van een gemeenschappelijke beurs, voegen al hun middelen samen. Dit is natuurlijk niet gemakkelijk om te doen - sommige mensen vinden het zelfs al moeilijk om een boek te delen - maar het reflecteert de ideale relatie tussen vrienden. Idealiter hoeft je vriend je zelfs niet om geld te *vragen*. Als je het principe van delen serieus neemt, deel je alles: tijd, geld, rijkdommen, interesses, energie - alles. Je houdt niets voor jezelf achter.

De tweede plicht is om nooit grof, bitter of sarcastisch tegen je vrienden te zijn, maar altijd vriendelijk en vol mededogen. In het boeddhisme wordt spraak erg serieus genomen. De vijf elementaire boeddhistische voorschriften bevatten maar één spraak voorschrift - het onthouden van onwaarheid spreken - maar het is niet genoeg om alleen maar de waarheid te spreken en dit wordt gereflecteerd in de tien voorschriften die door sommige boeddhisten opgenomen worden. Deze omvatten niet minder dan vier spraakvoorschriften, omdat het zo gemakkelijk is om tot beschadigende, destructieve spraak terug te vallen, om op een onverschillige, zorgeloze, of zelfs harteloze manier te spreken.

Onze derde plicht aan onze vrienden is om zorg te dragen voor hun welzijn, in het bijzonder hun spirituele welzijn. Naast het zien dat zij in termen van hun gezondheid en economisch welzijn oké zijn, en ze helpen met elke moeilijkheid die ze hebben, dienen we ze ook helpen, op wat voor manier dan ook, om als menselijke wezens te groeien en ontwikkelen.

Als vierde moeten we onze vrienden op dezelfde manier behandelen als we onszelf behandelen. Dit is erg belangrijk omdat het de barrière tussen onszelf en anderen afbreekt. Eén van de meest belangrijkste *Mahayana*-teksten, de *Bodhicaryavatara* van Shantideva gaat in grote diepte en aanzienlijk detail op dit onderwerp in.[lxxxvii]

En als vijfde moeten we de beloften houden die we onze vrienden toezeggen. We moeten ons woord houden. Als we zeggen dat we iets voor een vriend zullen doen, doen we het gewoon, wat er ook gebeurt. Als we slordig zijn in het nakomen van onze belofte, komt dit meestal omdat we ze onzorgvuldig maken. We hebben daarom de plicht om onze beloftes zo bewust mogelijk te maken en ze als een serieuze verplichting te zien. Zodra we ons woord gegeven hebben, dan staat het.

Net zoals wij deze vijf verplichtingen naar onze vrienden hebben, hebben zij dezelfde plichten naar ons, het is tweerichtingsverkeer. Onze vrienden en metgezellen zorgen voor ons, dienen ons, beantwoorden onze vriendschap. Na het opstellen van een lijst van onze plichten ten opzichte van onze vrienden, geeft de Sigalaka-soetra daarom een lijst van vijf manieren waarop onze goede vrienden zich om ons zullen bekommeren. Ten eerste, volgens de soetra, bekommeren ze zich om ons als we ziek zijn. Ten tweede waken ze over onze bezittingen als wij ze verwaarlozen; met andere woorden: zij hebben meer zorg voor onze bezittingen dan wijzelf - dat is zeker een teken van vriendschap. Ten derde zijn ze onze toevlucht in tijden van angst: ze kunnen onze bezorgdheid verlichten en als we een echte reden voor angst hebben, helpen ze ons om met de situatie om te gaan. Ten vierde laten ze ons niet in de steek als we moeilijkheden hebben; zoals het spreekwoord zegt: ‘in nood leert

men zijn vrienden kennen'. En als laatste hebben ze zorg voor diegenen die afhankelijk van ons zijn. Als we kinderen hebben, zijn onze vrienden net zo bezorgd voor hun welzijn als wijzelf en hetzelfde geldt voor het welzijn van onze volgelingen, als we volgelingen hebben.[lxxxviii]

Dit, in het kort, zijn de plichten van een vriend. Ze vertegenwoordigen duidelijk een erg hoog ideaal van vriendschap en zij hebben zorgvuldige reflectie nodig. Hier wil ik alleen maar één of twee in het oog vallende kenmerken naar voren brengen. Het is bijvoorbeeld interessant dat de eerste vier plichten identiek zijn aan een andere welbekende lijst die een belangrijke plaats in het *Mahayana*- boeddhisme inneemt: de vier *samgrahavastus*, meestal vertaald als de vier elementen van verandering.[lxxxix] Deze maken deel uit van de zevende *paramita*, de zevende van de tien perfecties die door de Bodhisattva beoefend wordt: *upayaparamita*, de perfectie van *upaya* of vaardig handelen. De vier *samgrahavastus* zijn zo een aspect van het vaardig handelen van een Bodhisattva.

Het feit dat deze elementen van verandering dezelfde zijn als de eerste vier plichten van een vriend zegt iets heel belangrijks over hoe de sangha op zijn best werkt. Het suggereert dat de beste manier om mensen te veranderen is om eenvoudig een vriend voor ze te zijn. Sommige mensen proberen bijna gewelddadig anderen tot hun zienswijze of hun religie te bekeren, maar dit is niet de boeddhistische manier. Boeddhisten laten mensen veranderen - als dat echt het juiste woord is - door gewoon vriendelijk te zijn. We maken vrienden en dat is een doel op zich. Er is geen behoefte om tegen mensen te preken, aan hun deur te bellen en vragen: 'Heb je het woord van de Boeddha gehoord?'

Als boeddhist moet men niet proberen om iemand te 'bekeren' of, op wat voor manier dan ook, ze op het pad dat men zelf volgt, te krijgen. Je hoeft alleen een vriend te zijn, vrijgevig te zijn, te delen wat je hebt, vriendelijk en hartelijk te spreken, zorg hebben voor het welzijn van je vriend, in het bijzonder hun spirituele welzijn, ze op dezelfde manier te behandelen als jij jezelf behandeld, en je woord te houden.

Het feit dat deze vier dingen echter elementen van verandering zijn betekent dat ze op zichzelf een communicatie van de dharma vormen. Je communiceert de Dharma zelf door vriendschap op deze manier te beoefenen. Je kunt zelfs zover gaan te zeggen dat vriendschap de Dharma **is**. William Blake, de bekende Engelse dichter, kunstenaar en mysticus, zei: 'religie is politiek'. Maar hij ging verder en zei: 'Politiek is broederschap'.[xc] Religie is daarom broederschap. We kunnen, hem volgend, zeggen dat de dharma vriendschap is. Als je vriendelijkheid beoefent, beoefen je niet alleen de dharma, maar communiceer je het ook.

Een verdere kwestie die uit de plichten van vriendschap voortkomt, heeft specifiek belangrijke implicaties. Het gaat over de vierde plicht: je vrienden en metgezellen als jezelf behandelen. De Sanskriet-term hier is: *samanarthata. Saman* betekent gelijk. Een vriend is iemand die je als jezelf behandelt. Maar wat betekent dit? Een aanwijzing kan gevonden worden in de etymologie van het woord vriend, wat klaarblijkelijk verwant is met het woord vrij. Vriendschap is een relatie die alleen tussen twee of meer vrije mensen kan bestaan - d.w.z., mensen die gelijk zijn. De oude Grieken zeiden dat er geen vriendschap kon zijn tussen een vrije man en een slaaf.

We kunnen dit zowel metaforisch als letterlijk nemen. We kunnen concluderen dat vriendschap nooit enige vorm van machtsrelatie met zich mee kan brengen. De relatie tussen meester en slaaf is gebaseerd op macht, en waar iemand enige vorm van macht over een ander heeft, kan er geen vriendschap zijn, omdat vriendschap gebaseerd is op liefde - om het woord liefde in de betekenis van de Pali-term *metta* te gebruiken in plaats van op de scherpe onderscheidende betekenis van *pema*, dat liefde als kleverige gehechtheid of bezitterigheid is. *Pema* is fundamenteel egoïstisch en het kan gemakkelijk in haat veranderen; seksuele liefde is vaak zo. Maar *metta* is onbaatzuchtig of niet-hechtend, het gaat alleen over het geluk en welzijn van anderen.

Het Pali woord voor vriend, *mitta* (Sanskriet: *mitra*) is nauw verwant met de term *metta* (Sanskriet: *maitri)*. En *metta* is vanzelfsprekend

de kwaliteit die in één van de meest belangrijke boeddhistische meditaties ontwikkeld wordt, de *metta bhavana*, de ontwikkeling van vriendelijkheid naar alle levende wezens. Deze beoefening begint met de ontwikkeling van metta voor jezelf. In de volgende fase ontwikkel je metta naar een dierbare vriend (niet een seksuele partner of iemand waartoe je seksueel aangetrokken wordt). In de derde fase richt je datzelfde gevoel van metta, dat op dat moment goed aanwezig zou moeten zijn, naar een neutraal persoon - iemand die je redelijk goed kent maar die je noch bijzonder aardig noch onaardig vindt. Vervolgens, in de vierde fase, ontwikkel je diezelfde metta naar een 'vijand' - iemand die je als een vijand beschouwd of misschien die jou als een vijand beschouwd, of beide. Het kan ongeloofwaardig klinken dat je intense vriendelijkheid naar een vijand kan ontwikkelen, maar iemand die de metta bhavana meditatie regelmatig gedaan heeft zal uit eigen ervaring weten dat het mogelijk is.

Tenslotte ontwikkel je, in de vijfde fase, metta naar al deze vier mensen - naar jezelf, je vriend, de neutrale persoon, en de vijand - en dan begin je het bereik van metta uit te breiden, het te ontwikkelen voor iedereen die je aandacht trekt. Je begint met mensen die dichtbij zijn - degenen die met je mediteren, of degenen in hetzelfde huis of straat - en laat je metta steeds verder uit stralen, voor iedereen in de buurt, de stad en de gehele wereld. Je kunt binnen de reikwijdte van metta allerlei soorten mensen omvatten evenals andere levende wezens en zelfs goden en dieren.

Met de hulp van deze meditatie-beoefening kunnen we een vriendelijke houding ontwikkelen. We verschuiven, anders gezegd, van het handelen vanuit macht naar het handelen uit liefde. Er zijn vele manieren om vanuit macht te handelen - d.w.z., focussen op het krijgen van dat wat we willen in een situatie waar andere mensen bij betrokken zijn. Meestal, als we slim genoeg zijn, hoeven we geen macht te gebruiken. Subtiel en indirect manipuleren we andere mensen om te doen wat wij willen dat ze doen, niet voor hun eigen voordeel, maar voor onze eigen doelen. Sommige mensen zijn hier heel erg goed in. Ze zijn zo subtiel, ze lijken zo onbaatzuchtig en zo eerlijk te zijn, dat je nauwelijks merkt dat je gemanipuleerd wordt,

en het is zo indirect dat ze zelf niet eens hoeven te beseffen dat ze het doen. Maar op de ene of andere manier misleiden we mensen, en onszelf, over onze echte motieven. We bedriegen, we liegen, we gebruiken emotionele chantage. Maar in metta, in vriendschap, heeft dit geen plaats en is er alleen gezamenlijke bezorgdheid voor elkaars geluk en welzijn.[xci]

Dus heeft vriendschap een specifieke spirituele dimensie, en de Boeddha heeft hierover op verschillende plaatsen andere dingen te zeggen. In hoofdstuk vier van de *Udana*, wat mogelijk nog een vroegere tekst dan de Sigalaka soetra is, zien we dat de Boeddha in een plaats genaamd Calika verblijft, vergezeld door zijn begeleider, op dat moment een monnik Meghiya geheten. Die twee zijn op een dag samen als Meghiya, die een erg jonge monnik schijnt te zijn, toevallig een fantastisch bosje mango bomen ziet. In India kom je deze vaak tegen aan de rand van een dorp. De bomen zijn prachtig, met een overvloed van donker groene bladeren en ze groeien dicht op elkaar, zodat ze naast het produceren van mango's ook koele schaduw in de hete zomer geven.

Meghiya denkt bij zichzelf: 'Wat een prachtig bosje mango bomen! En wat een erg mooie plek om te zitten en te mediteren - zo koel en verfrissend!' Hij vraagt daarom de Boeddha of hij mag gaan en daar wat tijd doorbrengen. De Boeddha vraagt hem echter om een poosje te wachten totdat er een andere monnik arriveert, omdat om de ene of andere reden, de Boeddha iemand nodig heeft om bij hem te zijn. Maar Meghiya is niet geïnteresseerd in wat de Boeddha nodig heeft. In plaats daarvan komt hij met een slim en klaarblijkelijk onbeantwoordbaar argument. Hij zegt: 'Dat is voor U allemaal heel goed - U heeft het doel van Verlichting bereikt - maar ik heb een lange weg te gaan in mijn beoefening. Het is zo'n mooi mango bosje, ik wil daar echt graag heengaan en mediteren'. Uiteindelijk gaat de Boeddha akkoord en daar gaat Meghiya, de Boeddha alleen latend. Ook al heeft Meghiya wat hij wilt, en is het mangobosje precies de prettige en vredige plek die hij dacht dat het was, hij merkt echter dat hij niet in zijn meditatie kan komen. Ondanks zijn enthousiasme en energie wordt zijn geest, zodra hij gaat zitten,

overspoeld met begeerte, jaloezie, boosheid, lust, verkeerde zienswijzen - alles. Hij weet niet wat hij moet doen.

Uiteindelijk sjokt hij terug naar de Boeddha en vertelt van zijn rampzalige mislukking. De Boeddha scheldt hem niet uit maar geeft hem een lering. Hij zegt: 'Meghiya, als je spiritueel onvolwassen bent zijn er vijf dingen die bijdragen aan spirituele volwassenheid. En de eerste hiervan is spirituele vriendschap. De tweede is de beoefening van ethiek, de derde is serieuze discussie van de dharma. Als vierde moet je energie richten op het verwijderen van negatieve geestestoestanden en het ontwikkelen van positieve geestestoestanden. En als vijfde moet je inzicht ontwikkelen in de zin van een dieper begrijpen van universele vergankelijkheid'.[xcii]

De Boeddha markeerde deze vijf dingen als noodzakelijk voor iemand die spiritueel niet (ver) ontwikkeld is en vanzelfsprekend suggereerde hij dat Meghiya spirituele vriendschap voorop moest stellen. Als je een spirituele vriend hebt, of het de Boeddha is of iemand die minder bekend is, kan je hem niet op een dergelijke zorgeloze manier negeren zoals Meghiya de Boeddha afwimpelde. Maar net als Meghiya zijn we ons vaak niet bewust van de mate waarin we spiritueel afhankelijk zijn van het persoonlijke contact met onze spirituele vrienden, in het bijzonder met diegenen die verder ontwikkeld zijn dan wij. Het is erg moeilijk om enige spirituele voortgang zonder hen te maken. De Boeddha zelf is niet langer beschikbaar, maar de meesten van ons, zoals Meghiya, zouden hoe dan ook niet klaar zijn voor zo'n vriend. We zouden waarschijnlijk net zo handelen als Meghiya.

Wij hebben de Boeddha niet maar wij hebben elkaar. We kunnen elkaar helpen, elkaar aanmoedigen in onze beoefening van de Dharma. We kunnen onze fouten en zwakheden aan elkaar bekennen. We kunnen ons begrip met elkaar delen. We kunnen ons in elkaars verdiensten verheugen. Op deze manier kunnen we een beoefening van spirituele vriendschap maken.

Niemand anders kan de Dharma voor ons beoefenen. We moeten het zelf doen. Maar we hoeven het niet **alleen** te doen. We kunnen het

beoefenen in het gezelschap van andere gelijkgezinde mensen die hetzelfde proberen te doen, en dit is eigenlijk de beste manier - de enige effectieve manier om te beoefenen.

Zoals de Boeddha een paar jaar later tot zijn volgeling en neef Ananda zei, in een plaats die Sakka genoemd werd: 'Spirituele vriendschap is het geheel van het spirituele leven'. Maar hoe moeten we dit zien? We kunnen begrijpen dat vriendschap belangrijk is, maar het idee dat vriendschap, zelfs spirituele vriendschap, het geheel van het spirituele leven zou zijn, lijkt moeilijk te slikken. Maar laten we eens nader kijken naar wat er hier gezegd wordt.

Het Pali-woord dat ik met 'spirituele leven' vertaald heb is *brahmacariya*, dat soms celibatair of kuisheid betekent - d.w.z. het onthouden van seksuele activiteiten - maar in deze context heeft het een veel ruimere betekenis. Het bestaat uit twee delen. *Brahma* betekent hoog, edel, best, subliem en echt; het betekent ook goddelijk, niet in de theïstische betekenis maar in de betekenis van de belichaming van de beste en edelste kwaliteiten en deugden. En *cariya* betekent lopen, gaan, beoefenen, ervaren, zelfs leven. Daarom betekent *brahmacariya* zoiets als het 'beste beoefenen', of 'het ideaal ervaren'; we kunnen het zelfs vertalen met 'het goddelijke leven', of gewoon 'spirituele leven' zoals ik gedaan heb.[xciii]

Er is een ander aspect aan de term *brahmacariya* dat ons naar een dieper begrijpen voert van wat er in deze context bedoeld wordt. In het vroege boeddhisme is er een hele serie termen die met *brahma* beginnen en één van deze is *brahmaloka*, wat de sublieme wereld betekent, de goddelijke wereld, of eenvoudigweg de spirituele wereld in de hoogste betekenis. Dus is *brahmacariya* of het spirituele leven die manier van leven die naar de *brahmaloka* of spirituele wereld leidt. Maar hoe kan dit gedaan worden? Voor het antwoord hierop moeten we ons richten naar een andere vroeg-boeddhistische tekst: de *Mahagovinda* soetra. Zonder op de achtergrond van deze soetra in te gaan - het is een lang verhaal - wordt hierin de belangrijke vraag gesteld: 'Hoe bereikt een sterveling de onsterfelijke *brahma* wereld?' Met andere woorden: hoe kan men van het vergankelijke naar het eeuwige overgaan? En

het gegeven antwoord is kort en eenvoudig: ‘Men bereikt de *brahma* wereld door alle bezitterige gedachten, alle gedachten van mij en mijn op te geven’. Met andere woorden: de *brahmaloka* wordt bereikt door het opgeven van egoïsme en zelfzucht, door elk besef van ‘ik’ op te geven.[xciv]

De intieme verbinding tussen spirituele vriendschap en het spirituele leven begint zo in zicht te komen. Spirituele vriendschap is een training in onzelfzuchtigheid, in ego-loosheid. Je deelt alles met je vriend of vrienden. Je spreekt vriendelijk en hartelijk met ze en toont zorg voor hun welzijn, in het bijzonder hun spiritueel welzijn. Je behandelt ze op dezelfde manier als jij jezelf behandelt - d.w.z. je behandelt ze op gelijke wijze. Je relatie met hen komt uit een houding van metta, niet vanuit de machtsverhoudingen tussen jullie. Dit is vanzelfsprekend erg moeilijk. Het gaat dwars tegen alles in omdat we van nature egoïstisch zijn. De ontwikkeling van spirituele vriendschap is erg moeilijk. Het leiden van het spirituele leven is erg moeilijk. Een boeddhist zijn - een echte boeddhist - is erg moeilijk. We hebben hulp nodig.

En we krijgen die hulp niet alleen van onze leraren maar ook van elkaar. We kunnen niet voortdurend bij onze spirituele leraar zijn, maar we kunnen altijd met onze spirituele vrienden zijn, of in ieder geval veel van de tijd. We kunnen ze regelmatig zien, misschien met ze wonen, misschien zelfs met ze werken. Als we op deze manier tijd met spirituele vrienden doorbrengen, zullen we ze beter leren kennen en zij zullen ons beter leren kennen. We zullen leren om meer open en eerlijk te zijn, we zullen tegen onze zwakheden aanlopen en we zullen in het bijzonder tegen onze natuurlijke neiging aanlopen om vanuit macht te werken. Als we spirituele vrienden hebben, zullen ze proberen niet zo met ons om te gaan en zij zullen van ons verwachten dat wij ook uit metta komen, om vanuit metta met ze om te gaan. Door geleidelijk te leren op deze manier met onze vrienden om te gaan, zullen we ook leren om op de hele wereld vanuit metta te reageren, met ego-loosheid. Zo is spirituele vriendschap inderdaad het geheel van het spirituele leven.

Hoofdstuk 17: Boeddhisme en zakelijke betrekkingen.

Het principe van niet-uitbuiting zou idealiter moeten gelden voor alle relaties van het leven. Het zou voor ons mogelijk moeten zijn om te nemen wat we nodig hebben, of het nu eten, kleding, onderwijs, of iets anders is, en geven wat we kunnen. Het is niet nodig dat er enige connectie bestaat tussen wat we geven en wat we ontvangen. Hoe de dingen echter meestal gaan is dat elke persoon die bij een transactie betrokken is, als gever of als ontvanger, alleen aan hem- of haarzelf denkt en zo weinig mogelijk geeft in ruil voor zoveel als mogelijk is. Dit is hoe het gewone leven meestal werkt: we onderhandelen over transacties waarin wat we geven bepaald wordt door wat we ervoor kunnen krijgen, zonder aandacht voor de consequenties van de transactie voor andere mensen.

Voorbij een bepaald punt gaat elke zakelijke winst onvermijdelijk ten koste van iemand anders. Maar over de benarde toestand van de verliezers in het spel maken de winnaars zich meestal niet druk. Een specifieke schaamteloze vorm van dit universele fenomeen wordt gevonden in arme landen zoals India, waar enorm rijke graanhandelaren, vooral in rijst, hun voorraad opsparen en weigeren om toe te geven dat ze iets te verkopen hebben, waardoor de prijzen opgestuwd worden. Dit kan zo weken doorgaan, in het bijzonder in verafgelegen delen van het land, tot op het punt waarop mensen werkelijk verhongeren. Toch zullen de graanhandelaren hun voorraad zolang mogelijk vasthouden voordat ze het langzaam voor een buitensporige prijs op de zwarte markt in de handel brengen. De armen moeten dan elke cent bij elkaar schrapen om genoeg eten te kunnen kopen om te leven. Zulke uitbuiting gebeurt - zij het meestal op subtielere manieren - op alle terreinen van het leven, in alle delen van de wereld.

Het denkbeeld van niet-uitbuiting is duidelijk gerelateerd aan de tweede van de vijf trainingsregels (de trainingsregels die de basis

voor het ethische leven van alle boeddhisten vormen). Om in overeenstemming met de tweede trainingsregel te leven, neemt men op zich niet te nemen wat niet gegeven is.[xcv] Dit is meer dan simpel een indirecte manier van: 'niet stelen'. Niet stelen is niet genoeg. Het laat te veel opties open. Iemand kan volgens de letter van de wet een volmaakt eerlijk persoon zijn, maar hij kan nog steeds zijn zaken op allerlei soorten onregelmatige, dubieuze, of overduidelijk louche manieren uitbouwen. Zo zal veel rijkdom vergaard worden door hoogst onethische middelen zonder dat een conventionele ethische code wordt gebroken.

Maar het boeddhistische voorschrift is een voornemen om niet iets te nemen tenzij de huidige eigenaren, of het nu individuen of de gemeenschap als geheel is, bereid en klaar zijn om het aan jou te geven. Als het niet aan je gegeven is, neem je het niet. Eerder zei ik dat er geen verbinding moet zijn tussen wat we geven en nemen. Wat we echter nemen, moet tegelijkertijd gegeven zijn - in dit verband zijn geven en nemen twee aspecten van dezelfde handeling. In sommige boeddhistische landen wordt van monniken verwacht dat ze zo strikt zijn in het naleven van dit voorschrift dat als men eten aan hen geeft bij formele gelegenheden, het hen niet is toegestaan om het te eten tenzij het bord dat het eten bevat opgetild is en in hun handen is geplaatst.

Hetzelfde principe vindt toepassing in de vijfde fase van het edele achtvoudige pad van de Boeddha: juist of ethisch werkverband.[xcvi] Het feit dat juist levensonderhoud in de lijst opgenomen is geeft een idee van het belang dat in het boeddhisme gegeven wordt aan de manier waarop je in je levensonderhoud voorziet. Mensen kunnen praten over het krijgen van de juiste baan, maar we kunnen veronderstellen dat dit niet bedoeld wordt met Volkomen levensonderhoud. Maar hoe kan iets als werk, dat zo duidelijk werelds is, een plek krijgen in deze grootse collectie van idealen?

We moeten allemaal werken voor de kost – in ieder geval diegenen die geen monniken zijn - maar hoe we het ook doen, er mag geen kwaad aangericht worden, aan anderen en aan onszelf, door het werk wat we doen. De vroege geschriften bieden zelfs een eenvoudige

leidraad voor juist levensonderhoud in de vorm van een lijst van beroepen die verboden zijn voor diegenen die het spirituele pad volgen.[xcvii] De eerste hiervan gaat over elke commerciële activiteit die handel omvat in levende wezens, mensen of dieren. Slavernij is altijd veroordeeld en verboden geweest in boeddhistische landen - boeddhisten hoefden niet tot de achttiende of negentiende eeuw te wachten voor een heldere regel over deze zaak. Natuurlijk bestaat de handel in mensen nog steeds in de wereld van vandaag, en zelfs meer wijdverspreid is de handel in slachtdieren, ook verboden in boeddhistische landen: je zal niet gauw een boeddhistische slager of slachter vinden. Deze vorm van levensonderhoud is vanzelfsprekend niet alleen schadelijk voor de dieren die geslacht worden maar ook voor diegenen die slachten. Om acht uur per dag door te brengen met het doden van varkens, koeien, schapen, of kippen zal onvermijdelijk enige mate van mentale of emotionele schade bij de slachter veroorzaken door het onderdrukken van zijn natuurlijke gevoel van mededogen voor andere levende wezens.

Een ander vroeg boeddhistisch verbod was op de handel in vergiften - vanzelfsprekend niet de medicinale vergiften, maar vergiften om te doden. Voor de dagen van autopsie was dit een bijna onfeilbare manier om van iemand af te komen; een handelaar in vergiften gaf je een flesje van het vereiste gif - snel of langzaam werkend, pijnlijk of pijnloos - en je kon het dan in de currysaus van de lastige persoon doen. Net zoals slavenhandelaren komen handelaren in vergiften minder frequent voor dan vroeger. Maar natuurlijk is het moderne equivalent de wijdverspreide handel in harddrugs (zoals heroïne en cocaïne) en die zijn net zo schadelijk. Ook zijn er veel mensen betrokken bij het vervaardigen en de verkoop van sigaretten en andere onbetwistbaar schadelijke bedwelmingsmiddelen, inclusief het adverteren ervan en het erin handelen.

Het derde verbod was tegen het maken of handelen in wapens. Voor de vroege boeddhisten betekende dit bogen en pijlen, speren en zwaarden. Vanuit deze primitieve beginselen van de wapenhandel hebben onze meer ontwikkelde culturen echter aanzienlijke vooruitgang geboekt in de ontwikkeling van wonderbaarlijk veilige en verfijnde methoden om de overwinning over de vijanden van de

geciviliseerde waarden zeker te stellen. Maar elke betrokkenheid in het vervaardigen van deze middelen van vernietiging, hoe 'intelligent' ze ook mogen zijn, moet veroordeeld worden als verkeerd levensonderhoud. Er is geen enkele rechtvaardiging van welke oorlog dan ook, elk besef van wapens als afschrikmiddel, van wat voor bommen ook, hoe 'slim' ook.

Deze verboden zijn vanzelfsprekend gericht tot de leken, maar er zijn ook bepaalde manieren van geld verdienen die in het bijzonder verboden zijn voor monniken. Bijvoorbeeld: verschillende vormen van waarzeggerij, waarvan er vele waren in de tijd van de Boeddha, worden opgesomd en ronduit veroordeeld in de geschriften. Overal in de boeddhistische wereld echter verlaten de leken zich op de monniken tot op de dag van vandaag om de toekomst te voorspellen, en maken helaas vele monniken misbruik van dit vertrouwen in hun voorspellende vermogens.

Het is een monnik ook verboden om geld te verdienen door het laten zien van paranormale gaven of door paranormale gaven aan anderen te beloven. De reden is hiervoor duidelijk. Mensen zijn van nature erg geïnteresseerd in paranormale fenomenen, bovennatuurlijke krachten, enzovoort. Zulke dingen worden over het algemeen op een alledaags niveau in het Oosten meer serieus genomen, maar in bepaalde kringen in het Westen is er ook een intense - en ongezonde - fascinatie met het idee van het verkrijgen van mysterieuze en occulte krachten die andere mensen niet hebben. Als jij iemand met paranormale krachten paait, kun je ze, als ze gemakkelijk beïnvloedbaar zijn, naar alles toe leiden.

Ik was eens de gelegenheid om dit zelf te doen. Toen ik in de jaren vijftig in Kalimpong woonde, stond er op een avond in het midden van het regenseizoen een Engelsman aan de deur. Ik was gewend aan onverwachte bezoekers, dus nodigde ik hem uit om binnen te komen en hij stelde zich voor. Hij was een medicus die in Dublin gestudeerd had. Ik vroeg hem waarom hij naar Kalimpong gekomen was. Hij zei openhartig: 'Ik wil paranormale krachten ontwikkelen'. Dit was niet de eerste keer dat iemand mij over deze vorm van interesse vertelde, dus zei ik: 'Wat voor paranormale krachten wil je

ontwikkelen?' Hij zei: 'Ik wil de gedachten van andere mensen kunnen lezen, en in de toekomst kunnen kijken'. Hij was hier niet terughoudend over; hij was erg open over wat hij wilde. Toen vroeg ik hem: 'Waarom wil je deze krachten ontwikkelen?' Hij antwoordde eenvoudig: 'Het zal me in mijn werk helpen'. Wat voor werk het ook was is in dit specifieke voorbeeld niet relevant; ik wil alleen nog opmerken dat hij een volgeling was - of een volgeling was geweest - van Lobsang Rampa, die veel boeken geschreven heeft over de meer fantastische en fantasierijke aspecten van het Tibetaanse boeddhisme. Geïnspireerd door één van de meest succesvolle van deze boeken, *Het Derde Oog,* was mijn bezoeker op zoek naar een Tibetaanse lama die een operatie kon verrichten om zijn derde oog te openen. Het omvatte, zoals hij geloofde, het boren van een klein gaatje in het midden van zijn voorhoofd waardoor hij de helderziende visie zou krijgen die hij wilde.

Men kan de verleiding zien die dit soort mensen aan monniken en lama's bieden. Hij kon leeg gezogen worden door elke gewetenloze leraar die bereid was om op zijn verlangen naar de ontwikkeling van paranormale krachten in te gaan. Wat hij tegen me zei maakte dit duidelijk: 'Als iemand mij deze dingen kan leren ben ik meer dan bereid om ze een groot bedrag te geven'. Hij kwam onverwachts aan zijn einde, helaas, maar voordat dit gebeurde, kregen verschillende mensen op de ene of andere manier veel geld van hem.

Genoeg over algemene verboden met betrekking tot het verdienen van je dagelijkse kost. De Boeddha liet het hier echter niet bij, want zoals we weten, is de economische relatie een van de meest voorkomende gebieden van uitbuiting in het menselijke leven. Werkgevers buiten werknemers uit zoveel ze kunnen en werknemers buiten hun werkgevers uit als zij de kans krijgen. We hebben de neiging om te denken dat problemen van wantrouwen en onderdrukking tussen het management en het personeel, kapitaal en arbeid, directiekamer en de werkvloer, uitzonderlijk modern zijn. Maar de Boeddha gaf aanzienlijke aandacht aan deze zaak, in zijn advies aan Sigalaka zoals het beschreven is in de Sigalaka soetra. In de sectie van de soetra die gewijd is aan de werkgever - werknemer relatie somt de Boeddha vijf plichten op van de werkgever naar de

werknemer, en vijf plichten van de werknemer naar de werkgever.[xcviii] Samen sommen ze een algemene leidraad op voor kapitaal en arbeidsverhoudingen en een zakencode van economische ethiek voor boeddhisten.

Als we de plichten van de werkgever eerst nemen zegt de Boeddha dat de werkgever de werknemer werk moet geven dat in overeenstemming is met zijn lichamelijke en mentale kracht - d.w.z. werk dat hij of zij zonder letsel kan doen. Helaas wordt dit principe, 2500 jaar later, nog steeds niet nageleefd - zeker niet in India. In het India van vandaag verdienen duizenden mannen en vrouwen hun kost als koelies, d.w.z. als ongeschoolde werkkracht. Ze worden als lastdier behandeld, ze dragen zware lasten op hun rug, of meer gebruikelijk op hun hoofd, en iemand die ooit naar India gaat zal ze aan het werk zien. Koelies staan aan de onderkant van de economische ladder en ze hebben geen schijn van kans om boven dat niveau uit te komen, ook al moeten ze een groeiende familie en zichzelf ondersteunen.

Het probleem vanuit de zienswijze van de handelaar die een aantal koelies huurt om bijvoorbeeld zakken rijst dragen is dat sommige koelies niet zoveel kunnen dragen als anderen, en niet zo snel bewegen, in het bijzonder als ze oud of ongezond zijn. Het is schokkend om te zeggen dat voor veel rijke handelaren de oplossing om er zeker van te zijn dat zij waar voor hun geld krijgen, is om al hun koelies gelijk te behandelen. Het is een beklagenswaardige aanblik – een oude man, oud voor zijn tijd, wankelt vooruit, zijn aderen opgezwollen, spieren gespannen als snaren, druipend van het zweet, onder lasten die hij helemaal niet zou moeten dragen. Hetzelfde gold voor de riksja trekkers die je overal in Azië zag (nu niet meer wat me verheugd om te zeggen). Hun levensverwachting was niet meer dan een aantal jaren. Ze begonnen met het trekken van riksja's als ze vijftien of zestien waren. Tegen de tijd dat ze vijfentwintig waren hadden ze meestal tuberculose, en dat betekende het einde voor hen binnen een paar maanden. Hun ontoereikende dieet en de hoge lichamelijke belasting van hun werk doodde ze letterlijk.

Een lange tijd was het geen zaak waar iemand zich druk over maakte. Ik herinner me levendig de eerste keer dat ik in Sri Lanka was en een ritje in een riksja maakte - erg tegen mijn zin. Terwijl we vlot door de straten gingen bleef ik tegen de koelie zeggen dat hij langzamer moest gaan, maar hij begreep me niet - hij dacht dat ik hem zei, zoals de meeste van zijn passagiers gedaan moeten hebben, om sneller te gaan. Hoe meer ik hem vermaande, hoe sneller hij ging, totdat ik hem moest vertellen om helemaal te stoppen. Daarna gebruikte ik alleen nog maar een riksja in noodgevallen en zelfs dan zou ik iemand kiezen die redelijk sterk en robuust was en erop staan dat hij met een redelijke ontspannen pas ging. Terugblikkend zou ik ze waarschijnlijk helemaal niet gebruikt moeten hebben, maar in die tijd leek het erop dat er geen ander werk voor hen was. De Boeddha zei echter heel duidelijk dat geen mens gehuurd zou moeten worden om voorbij zijn natuurlijke vermogens te werken.

Als tweede zei de Boeddha dat de werkgever de werknemer voldoende voedsel en loon moet geven. Dit is nog steeds de gewoonte in bepaalde delen van India. Als je iemand tewerkstelt geef je hem eten en kleding, plus wat contant geld, in plaats van een salaris. Maar het werkende principe is om zoveel eten en geld te geven dat het voldoende is om de werknemer in staat te stellen een volledig en redelijk menselijk bestaan te leiden, niet eenvoudig voldoende voor het werk dat hij doet.

Er zou geen verband moeten zijn tussen de hoeveelheid werk en de hoeveelheid loon. Zelfs als de werknemer sterk en gezond is, en zijn prestatie ontzagwekkend is, dan nog moet hij niet meer betaald worden dan zijn zwakkere of zelfs luie collega's. Hij zou alleen maar dat moeten krijgen wat hij nodig heeft als beloning. We zijn gewend geraakt om in termen te denken van hard werken belonen en diegenen straffen die minder presteren: zo veel werk gedaan, zo veel loon ontvangen. Maar terwijl dit een effectieve stimulans voor inventiviteit en ondernemingszin is, zou een boeddhist idealiter die stimulans ergens anders moeten vinden. Als de stimulans begeerte is, dan voedt je dat mentale gif.

De werknemer wordt door de Boeddha aangemoedigd om zo getrouw mogelijk te werken, en de werkgever wordt aangemoedigd om in de behoeften van de werknemer te voorzien. Deze behoeften bestaan niet alleen uit elementaire zaken, maar de middelen om een volledig menselijk bestaan te leiden. We hebben niet langer een samenleving die alles zo precies verdeelt in werkgever en werknemer zoals de samenleving uit de tijd van de Boeddha, maar de Boeddha beval natuurlijk niet de specifieke sociale structuur van zijn tijd aan, hij duidde eenvoudig de essentiële principes aan waarmee de mensen in zijn samenleving een in essentie menselijke economische relatie konden aangaan.

We moeten proberen om dat ook in onze samenleving te doen. Een radicaal plan dat zo nu en dan weer uitgesproken wordt, en dat het principe van niet-uitbuiting erg effectief lijkt uit te drukken, is het idee dat met het bereiken van de volwassenheid iedereen van de regering een minimum salaris krijgt dat alle kosten van eten, kleding, en onderdak zou kunnen dekken, ongeacht of iemand werkt of niet. Als je meer dan dit wilt - als je wilt reizen, dure elektronische apparatuur wilt kopen, naar een bioscoop en restaurant gaan, dus de luxueuze levensstijl wilt hebben die de meeste mensen als virtuele noodzakelijkheid zien - dan moet je werken. Maar in een luxueuze cultuur zouden mensen moeten werken omdat ze dat willen- omdat ze een creatieve bijdrage aan hun samenleving willen geven, of omdat ze een paar extra's willen, of beide - niet gewoon om te leven. Op deze manier zou de staat de spirituele gemeenschap ondersteunen en zo individuen die dat willen in staat stellen zichzelf te wijden aan creatieve maar financieel niet lonende activiteiten - aan meditatie, studie, zelfs de kunsten - om dit te doen, als ze bereid zijn om een heel eenvoudig leven te leiden, zelfs in een klooster.

Als derde zegt de Boeddha dat de werkgever aan de werknemer medische behandeling en ondersteuning na pensionering moet geven. Hiervoor hebben we tegenwoordig pensioenen, verzekeringen enzovoort, maar het heeft twee millennia geduurd voordat wij aan dit plan van de Boeddha toegekomen zijn.

Als vierde zegt de Boeddha dat de werkgever elke extra winst die hij maakt met zijn werknemers moet delen. D.w.z. dat je winsten niet voor je eigen doelen aanwendt terwijl je aan je werknemers zegt dat zij rond moeten zien te komen met een basis inkomen. Ook nu weer zijn we pas laat aan dit idee toegekomen en het wordt uitgevoerd door het geven van bonussen.

Als vijfde en laatste, is het de plicht van de werkgever, volgens de Boeddha, om de werknemer vakantiedagen en speciale toelagen te geven - en dit heeft ook iets van een moderne klank. We moeten echter niet het essentiële principe uit het oog verliezen dat in het advies van de Boeddha uitgedrukt wordt - dat van het neerzetten van een menselijke dimensie in een economische relatie. Dat is niet altijd waar bonussen, vakantietoeslag en pensioenen overgaan.

Genoeg over de vijf punten die door de Boeddha gemaakt zijn als leidraad voor de werkgever in relatie tot de werknemer. De werknemer heeft ook bepaalde plichten. De eerste van deze is dat hij of zij punctueel moet zijn. Indiërs zijn natuurlijk berucht om een gebrek aan punctualiteit. Treinen kunnen twee of drie uur te laat zijn. Iemand kan zeggen: 'Ik kom je om drie uur bezoeken', en je ziet hem de volgende week. Een publieke bijeenkomst kan in de advertentie aangekondigd worden als beginnend om acht uur precies, maar als je naïef genoeg bent om op dat tijdstip te arriveren, zal je de plaats verlaten aantreffen. De bijeenkomst is niet geannuleerd. Als je tot negen uur wacht, komen de organisatoren; rond tien uur is het podium opgericht. Om 11 uur begint het publiek te arriveren en om halftwaalf word je uitgenodigd om je lezing te geven. In het Westen zijn we veel punctueler dan dit; maar het principe van de Boeddha gaat niet alleen over op tijd te beginnen, maar om helemaal niet met een klok te leven. De Boeddha suggereert zelfs dat je al probeert aan het werk te zijn voordat je werkgever arriveert: je komt niet naar je werk om werkend gezien te worden.

Als tweede moet de werknemer zijn werk nadat de werkgever gestopt is, pas beëindigen. Je zou moeten proberen om vrij te worden van de hele klok- kijkende mentaliteit. Je laat je gereedschap

niet vallen zodra de klok slaat. Als derde moet de werknemer eerlijk en betrouwbaar zijn. Dit ligt voor de hand, net als het vierde punt waarbij de werknemer zijn of haar taken tot tevredenheid van de werkgever moet uitvoeren. Als vijfde moet de werknemer over zijn werkgever waarderend spreken. De Boeddha moet hebben gemerkt hoe snel werknemers hun bazen achter zijn of haar rug beschimpen, zowel toen als nu. Ze kunnen plichtsgetrouw en respectvol zijn tijdens werkuren, maar wat je buiten de poorten van het bedrijf hoort kan een heel verschillend verhaal vertellen.

De Boeddha herinnert ons eraan dat, zoals in elke relatie, de economische relatie er niet één van vijandschap moet zijn, waarin alles wat je kunt voelen uitgedrukt kan worden in impotente frustratie. Idealiter is het een gelukkige, harmonieuze relatie, waar geen uitbuiting van beide zijden is. Iedereen neemt van de ander wat hij of zij nodig heeft, zonder kwaad te berokkenen, en geeft wat hij of zij kan. Als je een werkgever bent, maak je gebruik van de arbeid en bekwaamheid van je werknemers, en je neemt ook verantwoordelijkheid er op toe te zien dat hun behoeften bevredigd worden. En als je een werknemer bent, werk je naar je beste vermogen en neem je wat je nodig hebt van die werksituatie. Dan is een akelige, langdurige onderhandeling tussen werkgevers en vakbonden niet nodig, alsof zij in tegenovergestelde kampen zitten, een bestand organiserend tussen tegenoverstaande legers. Zoals de Boeddha tegen Sigalaka zei: ‘Op deze manier is het nadir omvat,’ (het nadir is de richting die de relatie tussen ‘meester en bediende’ aanduidt) ‘en wordt het vredig en vrij van angst gemaakt’.

Hoofdstuk 18: Niet-uitbuiting.

Zoals de bij de honing van de bloem neemt,

zijn kleur en geur zonder schade achterlaat,

laat zo de monnik in het dorp rondgaan.[xcix]

Dit vers komt uit de Dhammapada, een oude en zeer geliefde bloemlezing van verzen welke de eerste boeddhistische tekst was die uit het originele Pali in een Europese taal vertaald werd (in dit geval het Latijn). Het is kenmerkend voor de boeddhistische geschriften om uit allerlei soorten prachtige illustraties, metaforen, gelijkenissen en parabels van het dagelijks leven in India te putten. Zo is het ook met dit vers uit de Dhammapada, dat uit het hoofdstuk met de titel: 'Bloemen' komt. Dit is zo genoemd omdat elk vers, als manier van illustratie, een bepaalde bloem vermeldt of bloemen in het algemeen.

Iedereen die in India heeft gewoond of in een ander boeddhistisch land van zuid- oost Azië zal bekend zijn met het tijdloze beeld dat opgeroepen wordt door deze regels - de monnik die in het dorp gaat bedelen. Het was een beeld waaraan ik zelf deelnam in mijn eigen dagen als zwervende monnik, toen ik te voet van plaats naar plaats zwierf. Maar ik heb het ook als waarnemer vaak genoeg gezien en ik zal het hier vanuit die zienswijze beschrijven. Gewoonlijk gaan de monniken heel vroeg in de morgen uit bedelen, omdat er in India niet zoiets als een traditioneel middagmaal is. Mensen eten, wat wij lunch noemen, om ongeveer negen uur in de ochtend. Het is een grote maaltijd, die hoofdzakelijk uit rijst bestaat. Hierna - in de dorpen - gaan de mensen in het veld werken en komen niet meer naar huis terug om te eten tot vijf of zes uur in de middag. Als de monniken dus hun bedelnap gevuld willen hebben, moeten zij bij het

krieken van de dag uit het klooster weggaan en in stilte door de verlaten straten lopen, kort bij elk huis stoppend.

De boeddhistische gewoonte is dat gedurende zijn bedelronde, zoals het genoemd wordt, de monnik met zijn bedelnap bij elke deur stilstaat en niets vraagt. Maar mensen kijken meestal op dat tijdstip naar de monniken uit en het kan zijn dat een klein kind naar binnen rent en zegt: 'Mama, de monnik is er', waarop de moeder zegt: 'Prima, vraag hem om te wachten'. Dan lepelt ze snel wat rijst en currysaus uit de pan en brengt het naar buiten om het in de bedelnap van de monnik te doen. De monnik zegt dan een vers van zegening in het Pali op en hij gaat verder om aan de deur van de volgende hut te gaan staan.

Het idee is om niet de gehele maaltijd van één huis te krijgen maar om een beetje hier en een beetje daar te krijgen. In het huidige India volgen hindoeïstische sadhu's deze gewoonte nog steeds. Het wordt *madhukari bhiksha* genoemd. Dit betekent: het verzamelen van aalmoezen net zoals een bij honing verzamelt. Net zoals een bij een beetje pollen van elke bloem die hij bezoekt verzamelt, accepteert de monnik een beetje eten van één huis en een beetje eten van een ander, totdat hij genoeg heeft om de dag door te komen.

Eten is eigenlijk één van de vier dingen waar de monniken traditioneel door de leken mee worden ondersteund. Deze vier vereisten of noodzakelijkheden zijn: ten eerste: eten; ten tweede: kleding, in het bijzonder in de vorm van een saffraan geel gewaad; ten derde: beschutting, in de vorm van een tijdelijke hut of verblijfplaats of iets dergelijks; en ten vierde: medicijnen. Als de monnik geordineerd is, wordt hem verteld dat dit alles is wat hij van de leken kan verwachten en alles wat hij van hen kan accepteren.

Het idee is dat de monnik of non - d.w.z. de persoon die toegewijd is aan het religieuze leven - van de ondersteunende leken alleen wat noodzakelijk is om hem of haar gaande te houden accepteert, zodat hij of zij meditatie kan beoefenen, kan studeren, en de dharma kan onderrichten, en voortgang kan maken naar Verlichting. Na 2500 jaar van boeddhistische geschiedenis zijn er onvermijdelijk een paar

dingen aan de lijst van vereisten toegevoegd. De meest opvallende toevoeging zijn misschien boeken; in de moderne tijd lijkt een verzameling van een paar boeken een fundamenteel vereiste te zijn.

Maar boeddhistische monniken leiden over het algemeen een bijzonder eenvoudig leven, ze kunnen toe met één of ten hoogste twee maaltijden per dag, met eenvoudige accommodatie in een huisje of hut, het minimum aan kleding (gemakkelijk genoeg in een tropisch land) en eenvoudige medicijnen. Trouwens, het medicijn hoort te zijn gemaakt van galnoten en urine van koeien. Dit is minder bizar dan het klinkt. Je kunt een soort ammoniak maken uit de urine van een koe welke op een aantal manieren doeltreffend is. Veel boeddhistische monniken nemen de urine van een koe om religieuze redenen in, om het zomaar te zeggen, en zweren bij de genezende krachten. Een zeer orthodoxe monnik uit Sri Lanka, waarmee ik regelmatig correspondeerde, schreef me eens terwijl ik in Benares ziek was en adviseerde me inderdaad in sterke termen om urine van een koe te nemen en verzekerde me als ik dat zou doen ik nooit in mijn leven meer ziek zou zijn. (Omdat ik zijn advies niet aannam, kan ik hier niet voor instaan.)

Maar mensen in het Westen zeggen vaak: ‘Oké, dat is allemaal erg goed. Het is een fantastische afspraak vanuit de zienswijze van een monnik: hij krijgt zijn eten, hij krijgt zijn kleding, hij wordt gehuisvest, misschien in een prachtig klooster en hij krijgt medicijnen als hij ziek is. Hij wordt in alles voorzien zodat hij rustig door kan gaan met zijn studies, zijn meditatie, zijn literaire werk, of zijn onderricht, als het hem past. Maar wat geeft hij ervoor terug?’

Het traditionele antwoord op deze vraag is: niets. Hij krijgt alles wat hij nodig heeft en hij geeft er absoluut niets voor terug. Niemand verwacht er zelfs iets voor terug en het komt niet bij de monnik op dat hij iets terug kan geven. Alles wat je aan de monniken of nonnen geeft is voor de ondersteuning van de sangha en is geen betaling voor onderricht. Onderricht wordt dus ook niet gegeven in ruil voor die ondersteuning. De monnik accepteert wat hij nodig heeft, en hij geeft wat hij kan, maar er is geen relatie tussen de twee, geen gelijkwaardigheid tussen wat je geeft en wat je krijgt, helemaal geen

wederkerige relatie. Je denkt er niet aan om dat wat je geeft te vertalen in zoveel gelijkwaardige eenheden van wat je zou moeten ontvangen. Je houdt de twee dingen gescheiden. Als je kunt geven, geef je. Als je iets nodig hebt, accepteer je het. Er is geen overeenkomst afgesloten. Net zoals een bij de pollen accepteert die het van de bloem nodig heeft om honing te maken, zonder de bloem op wat voor manier dan ook te beschadigen, accepteert de monnik op dezelfde manier rustig en tevreden, zonder lastig te vallen, van het dorp wat hij nodig heeft. In beide gevallen is er geen uitbuiting.

Dit is idealiter de aard van de relatie tussen de leken en ‘asceten en brahmanen’ die de Boeddha als laatste van de zes relaties opnoemt waaraan Sigalaka (en ieder van ons) aandacht moet geven. Maar misschien is deze relatie onduidelijker voor ons dan de andere relaties; westerse boeddhisten denken over het algemeen niet volgens de traditionele scheiding van kloosterling en leek, ook al kunnen we het gemakkelijker vinden om aan het fulltimer - parttimer onderscheid te relateren die wij in een eerder hoofdstuk beschouwden. Maar er is een nader aspect aan dit vers van de Dhammapada dat de meeste vertalingen niet duidelijk naar voren brengen, maar wat verruimt wat er gezegd is over de kloosterling - leek relatie. Het gaat over de term ‘monnik’.

Het eerste probleem met dit woord is dat er in het boeddhisme niets is dat op het westerse concept van een monnik lijkt. Dit probleem wordt verder vergroot door het feit dat ‘monnik’ de standaard weergave is van de term *bhiksu*, terwijl het woord in dit vers niet *bhiksu* is maar *muni*. In sommige contexten betekent *muni* monnik in de betekenis van *bhiksu*, maar niet altijd. Een *muni* is in essentie een wijze man, een heilige man of wijsgeer. De Boeddha werd niet alleen ‘Boeddha’ genoemd, hij heeft ook veel andere titels gekregen, inclusief Shakyamuni, ‘wijsgeer van de *Shakya* clan’. *Muni* is ook verwant aan de Sanskriet term *mauna*, dat in Sanskriet, maar ook in de moderne talen van noord India, ‘stilte’ betekent. Een *muni* is dus iemand die stil is, of zelfs iemand die een gelofte van stilte in acht neemt. Om deze dubbele betekenis naar voren te brengen, vertalen sommige vertalers *muni* als ‘de stille wijsgeer’.

Deze combinatie van betekenissen reflecteert een interessante associatie van ideeën: het suggereert dat stilte en wijsheid samen gaan, dat de wijze man niet veel praat. Of hij wijs is omdat hij stil is of stil is omdat hij wijs is, of beide, is moeilijk te zeggen. In ieder geval is het duidelijk dat we hier over meer dan alleen monniken praten. Het wordt duidelijker wat *muni* betekent zodra we ons ervan bewust worden dat dit een erg oud vers is, één van de vroegste (samen met sommige passages uit de *Sutta Nipata*) van alle boeddhistische geschriften. Sommige geleerden geloven dat *muni* de originele term was die door boeddhisten gebruikt werd voor een volgeling van de Boeddha die zelf Verlicht is. Volgens deze theorie kwam het woord *arhant,* de term voor dit ideaal die zo vertrouwd is geworden, pas later.

We kunnen om die reden een veel bredere, meer universele betekenis van dit vers krijgen door de regel: 'laat zo de monnik in het dorp rondgaan' te vervangen met: 'laat zo de wijze persoon in de wereld leven'. Op deze manier is, wat een uitdrukkelijke regel lijkt te zijn en beperkt is tot diegenen die min of meer technisch monniken zijn, voor iedereen toepasbaar die in de wereld leeft. Het is belangrijk dat het toepasbaar is voor iedereen omdat het een fundamenteel principe is voor een ethisch en spiritueel leven. Dit principe is dat de wijze persoon niemand of niets uitbuit. Dit lijkt eenvoudig te begrijpen, maar als het werkelijk en systematisch in de praktijk gebracht zou worden, zouden de effecten immers erg verreikend zijn.

Als we wijs zijn, nemen we van de samenleving, van anderen, van onze omgeving, wat we objectief nodig hebben om te kunnen overleven, te werken, en spirituele voortgang te maken. Maar we brengen geen schade toe aan individuen, aan de grotere samenleving of aan het milieu. En we geven wat we kunnen. Hoe onrealistisch dit ideaal ook kan lijken, toch komt men zo nu en dan afspiegelingen ervan tegen in echte werk relaties en er is geen reden waarom het geen stand kan houden in de context van een werkomgeving. Bovendien reikt het principe van niet uitbuiten ver voorbij het gebied van economie. Het heeft psychologische en zelfs spirituele

implicaties die uitgebreid kunnen worden over het gehele gebied van persoonlijke relaties, in het bijzonder onze meer intieme relaties.

We besluiten niet in een opwelling om iemand aardig te vinden. We vinden iemand aardig omdat hij/zij een bepaalde behoefte, die we hebben, vervult - een behoefte waarvan we ons meestal niet bewust zijn, ook al kunnen we er ons bewust van worden als we het proberen. Als we niet proberen om ons bewust te worden van onze eigen behoeften, dan hebben we de neiging om onze sympathie voor iemand te rationaliseren: we zeggen dat we iemand mogen omdat hij/zij attent en vriendelijk is, of omdat ze net als wij van dieren houden, of omdat ze net als wij geïnteresseerd zijn in het boeddhisme. Maar achter deze rationele waardering is er vaak iets heel anders aan het werk. Misschien bevredigt die persoon onze behoefte aan aandacht, onze psychologische behoefte om in het centrum van de dingen te staan. Zolang die behoefte blijft bestaan, zullen we willen dat het bevredigend wordt. En als we van iemand de aandacht krijgen die we nodig hebben, dan willen we dat die relatie doorgaat.

Maar hoe verzekeren we dat het doorgaat? De meesten van ons, of we het ons realiseren of niet, denken dat de beste manier om dit te doen is om uit te vinden wat de andere persoon nodig heeft en er voor te zorgen dat wij de persoon zijn die deze behoefte bevredigt. Ze kunnen bij wijze van spreken een hevig gebrek aan zelfwaardering hebben dat zich manifesteert als een begeerte om gewaardeerd te worden. Dit oppakkend zeggen we: 'Wat ben je een fantastische schrijver - ik wou dat ik zo met woorden om kon gaan!' of: 'Heb je dit echt zelf geschilderd? Hoe krijg je het voor elkaar om zo'n magisch effect te bereiken?' We geven ze wat we denken dat ze nodig hebben, zodat ze van ons afhankelijk worden voor de bevrediging die we hen geven, net zoals we van hen afhankelijk zijn geworden voor de bevrediging van onze eigen behoeften. Kort gezegd creëren we samen een relatie van wederzijdse afhankelijkheid en uitbuiting. Een onbewuste overeenkomst is gesloten. Dit is de basis voor de meeste menselijke relaties. Omdat het gehele proces min of meer onbewust is, vraagt geen van de partijen van de overeenkomst of de behoefte gegrond is, of een

kunstmatige en ongezonde behoefte is die beter niet aangemoedigd zou moeten worden. In deze situatie wordt de relatie waarschijnlijk op catastrofale wijze beëindigd, of wordt het een in toenemende mate saaie routine.

Betekent dit dat we nooit naar een ander persoon moeten kijken om onze behoeften te vervullen? Hebben we niet een aantal geldige psychologische behoeften? Het antwoord op deze vraag ligt in hetzelfde vers uit de Dhammapada. Ja, we hebben geldige behoeften - materiële behoeften, psychologische behoeften en spirituele behoeften - maar we moeten ze vervullen zoals een bij pollen van de bloem neemt, zonder uitbuiting van de persoon die deze behoeften vervult.

Er zijn twee soorten behoeften. Onder de invloed van de ene creëren we onbewust een situatie van wederzijdse uitbuiting. De andere soort behoefte is er een waarvan we ons meer bewust zijn, meer gewaar. Het is geen koopjesjacht, maar een zich steeds verdiepende houding van wederzijds geven, zonder enige gedachte aan iets terug krijgen. Het gebeurt op zijn best tussen ouders en kinderen. De ouders geven vrij aan de kinderen zonder te denken dat de kinderen ze later voor hun inspanningen zullen belonen. De kinderen geven op dezelfde manier wat zij kunnen aan hun ouders, niet denkend aan alles wat hun ouders voor hen gedaan hebben, maar geven omdat ze van hen houden.

Dit principe van niet-uitbuiting en wederzijdse vrijgevigheid is de sleutel tot de filosofie van persoonlijke relaties van de Boeddha, of het nu politieke, religieuze, economische of meer intieme persoonlijke relaties zijn. Het is een principe dat de Boeddha zelf illustreerde. Hij liep 45 jaar door noord- oost India en gaf onderricht. Al wat hij van de mensen nam was één maaltijd per dag, een paar meter gele stof, hier en daar een kleine hut, die hij van tijd tot tijd leende - misschien in de tuin van iemand - en zo nu en dan benodigde medicijnen.

Wat hij nam was oneindig klein. Maar wat hij gaf was - is – niet te becijferen: de aard ervan is zodanig dat het niet afgemeten en geruild

kan worden. De giften die hij gaf waren mededogen, begrip, sympathie, wijsheid, leiding, liefde; door hun specifieke aard kunnen ze alleen maar gegeven worden zonder gedachten aan iets terug krijgen. Hij was het perfecte voorbeeld van zijn filosofie van persoonlijke relaties. Hij nam alleen wat hij nodig had, hij gaf alles wat hij had te geven. En tegenover zijn filosofie staat een soort winkeliers-mentaliteit, die de vloek van het menselijke ras is. In al onze relaties kunnen we tussen deze twee houdingen kiezen.

Hoofdstuk 19: Dankbaarheid.

Door de invloed van boeken of zelfs boeddhistische geschriften, denken we meestal dat de Verlichting van de Boeddha plaatsgevonden heeft op een specifiek moment, ongeveer 2500 jaar geleden, wat eigenlijk natuurlijk ook zo was. We neigen er ook naar om te denken dat het plaatsgevonden heeft op een specifieke dag, op een specifiek uur en zelfs in een specifieke minuut, op het moment dat de Boeddha vanuit het geconditioneerde naar het Ongeconditioneerde doorbrak.

Maar enige reflectie en iets diepere studie van de geschriften laat ons zien dat het niet echt zo gebeurde. Hier kunnen we het onderscheid zien tussen 'het pad van visie' en 'het pad van transformatie', een onderscheid wat meestal gemaakt wordt in verband met 'het edele achtvoudige pad'. Op 'het pad van visie' heeft men een ervaring van het Transcendentale, een diepgaand inzicht in de ware aard van de werkelijkheid dat ver voorbij alleen intellectueel begrijpen gaat. Dit inzicht zal geleidelijk elk aspect van je wezen, (je lichaam, spraak en geest om de traditionele boeddhistische classificatie te gebruiken,) doordringen en transformeren. Het transformeert al onze bezigheden. Het transformeert ons feitelijk in een heel ander soort persoon – iemand die wijzer is en meer mededogen heeft. Dit proces staat bekent als 'het pad van transformatie'.[c]

Iets dergelijks vindt plaats in het spirituele leven van ons allemaal. En we zien hetzelfde, op een meer verheven vlak, in het geval van de Boeddha zelf gebeuren. De visie van de Boeddha is onbeperkt, absoluut en allesomvattend. Zijn transformatie van lichaam, spraak en geest kan daarom als een totale, zelfs oneindige transformatie beschreven worden. Maar toch duurde een tijdje voordat deze laatste transformatie plaatsvond. De boeddhistische traditie zegt van de Boeddha dat hij zeven of negen weken (beschrijvingen verschillen) in de omgeving van de *bodhi* boom doorbracht, de boom waaronder hij Verlichting bereikte. Iedere week gebeurde er wel iets belangrijks. We kunnen zeggen dat de Verlichtingservaring van de

Boeddha in zijn wezen begon door te dringen totdat aan het eind van de laatste week (of het nu de zevende of de negende week was) het proces van transformatie uiteindelijk compleet was.

Eén week ontstond er een grote storm en de Boeddha werd voor de regen beschut, zoals het verhaal gaat, door de slangenkoning Mucalinda die zijn zevenvoudige schild boven het hoofd van de Boeddha, die zat te mediteren, uitspreidde. In een andere week vroeg Brahma Sahampati, de heerser over duizend werelden, aan de Boeddha om de Dharma te onderrichten. Hij zei dat sommigen van de wezens in de wereld in staat zouden zijn om het te begrijpen, omdat hun ogen maar met een beetje stof bedekt waren. En de Boeddha was, uit mededogen, bereid om onderricht te gaan geven.

Maar hier wil ik aan een andere episode aandacht geven, een episode die redelijk vroeg in de periode na het bereiken van Verlichting van de Boeddha plaats vond, volgens één bron tijdens de tweede week. Volgens deze traditie stond de Boeddha ten noordoosten van de *bodhi* boom en bleef een week lang naar de boom staren zonder met zijn ogen te knipperen.[ci]

Eeuwen later werd er een stoepa op die specifieke plaats opgericht om de plek aan te geven waar de Boeddha naar de *bodhi* boom had staan staren. Het stond bekend als 'de stoepa van de niet knipperende ogen', en Hsuan Tsang, de bekende Chinese pelgrim, zag de stoepa toen hij India in de zevende eeuw van deze jaartelling bezocht. In de memoires die hij aan zijn volgelingen dicteerde toen hij terug was in China en op hoge leeftijd, beschreef hij het aldus: 'Aan de linkerkant van de weg, ten noorden van de plaats waar de Boeddha liep, ligt een grote steen waarop een figuur van de Boeddha staat met omhoog gerichte ogen. Deze steen bevindt zich nu in een grote vihara. Hier zat de Boeddha vroeger(hij zegt 'zat' maar de brontekst zegt 'stond') zeven dagen op de *bodhi* boom te reflecteren'.[cii]

Misschien stond of zat de Boeddha er niet letterlijk een hele week, maar we kunnen aannemen dat hij een lange tijd naar de boom staarde. En de brontekst maakt duidelijk waarom. Hij deed het

omdat hij de boom dankbaar was omdat die hem op het moment van zijn Verlichting beschermd had. Volgens de geschriften liet de Boeddha zijn dankbaarheid ook op andere manieren zien.

Nadat Brahma Sahampati zijn verzoek aan de Boeddha gericht had om de Dharma te gaan onderrichten en de Boeddha had besloten om dit te gaan doen, vroeg de Boeddha zich af aan wie hij de Dharma zou gaan onderrichten. Hij dacht eerst aan zijn twee vroegere leraren, van wie hij het mediteren geleerd had niet lang nadat hij zijn huis had verlaten. Omdat hij hun onderricht ontoereikend vond had hij hen verlaten, maar zij waren hem behulpzaam geweest in een specifieke fase van zijn ontwikkeling en na zijn Verlichting herinnerde hij zich dat. Het is alsof hij een spirituele schuld aan hen had die hij terug wilde betalen. Maar hij realiseerde zich al snel dat zijn vroegere leraren dood waren.

Toen dacht hij aan zijn vijf voormalige metgezellen. Zij waren ook mensen die hij uit een vroegere periode van zijn spirituele zoektocht kende, vanuit de tijd van zijn experimenten met het ascetisme. Nadat hij zijn eerste twee leraren verlaten had, begon hij extreme zelfkastijding te beoefenen, in gezelschap van vijf vrienden die zijn volgelingen werden en hem heel erg bewonderden omdat hij verder gegaan was in zijn zelfkastijding dan iemand anders in die tijd. Maar uiteindelijk zag de toekomstige Boeddha de nuttelоosheid van het ascetisme en realiseerde hij zich dat dit niet de weg naar Verlichting was en gaf het ascetisme op. Zodra hij weer vast voedsel ging eten, alleen maar een paar handjes rijst om in leven te blijven, verlieten de vijf asceten hem met afkeer, zeggende: ‘De *sramana* Gautama is teruggegaan naar het luxueuze leven’. Maar dit uit-elkaar-gaan was niet wat in de gedachte van de Boeddha was blijven hangen. Nadat hij zich had gerealiseerd dat zijn twee vroegere leraren dood waren, reflecteerde hij: ‘De vijf asceten hebben mij goed geholpen toen ik zelfkastijding beoefende. Ik zou aan hen graag de Dharma prediken’. Dit is dus wat hij deed. Hij ging naar hen toe, hij onderrichtte hen en uiteindelijk realiseerden zij ook de Waarheid die hij had gerealiseerd. En hij deed dit uit dankbaarheid.

De nieuwe Verlichte Boeddha was dus een dankbare Boeddha, een begrip dat voor ons misschien ongewoon is. We denken aan de ongelofelijk wijze Boeddha, de meedogende Boeddha, de vindingrijke Boeddha, maar we denken meestal niet aan de dankbare Boeddha. Maar één van de allereerste dingen die de Boeddha na het verkrijgen van de Verlichting deed was zijn dankbaarheid tonen aan diegenen die hem geholpen hadden. Hij was zelfs een boom dankbaar.

Dit voorval alleen al geeft ons stof tot nadenken. De boeddhistische geschriften bevatten een aantal verwijzingen die laten zien dat de Boeddha en zijn volgelingen bomen en stenen niet beschouwden als levenloze materie. Zij beschouwden ze als levende dingen. Ze zouden er zelfs een relatie mee hebben, ze zouden tegen een boom of een bloem praten, of liever tegen het bovennatuurlijke wezen, de *devata* zoals zij het noemden, die er in verbleef. Het is veel beter om deze houding te hebben, om een animist te zijn, dan te denken dat bomen, bloemen, rotsen en stenen alleen maar dode materie zijn. De Boeddha dacht zeker niet op die manier en het was daarom voor hem mogelijk om zelfs dankbaar naar een boom te zijn.

Het is niet verrassend, gezien de houding van de Boeddha, dat dankbaarheid een plaats heeft in zijn ethische en spirituele leringen. Dit wordt bijvoorbeeld in het *Mangala* soetra gevonden, het soetra van zegeningen of gunstige tekenen. Deze soetra, die erg kort is en in de Pali canon voorkomt, wordt vaak beschouwd als de samenvatting van alle plichten, zogezegd, van serieuze boeddhisten, en het somt dankbaarheid op als één van deze gunstige tekenen. Volgens het *Mangala* soetra is het een teken dat je spirituele vooruitgang maakt.[ciii]

Maar wat is dankbaarheid? Wat bedoelen we als we deze term gebruiken? Om hier achter te komen kunnen we ons tot woordenboeken wenden - en natuurlijk zouden we erg dankbaar moeten zijn voor de samenstellers van woordenboeken. Persoonlijk ben ik Samuel Johnson erg dankbaar. Zijn historisch woordenboek ligt altijd in mijn studeerkamer binnen handbereik en als ik aan het schrijven ben raadpleeg ik het soms verschillende keren per dag.

Johnson definieert dankbaarheid als ‘taak naar weldoeners’, en als ‘verlangen om hulp terug te geven’. Kijken we in modernere woordenboeken dan zegt de Concise Oxford: ‘Dankbaar zijn, bereidwilligheid om dankbaarheid te laten zien voor en om vriendelijkheid terug te geven’, en Collins heeft ‘een gevoel van dankbaarheid of waardering, wat betreft giften of gunsten’.

Dit zijn de definities van het Engelse woord, en zij geven ons enig begrip van wat dankbaarheid is. Maar vanuit een boeddhistische zienswijze moeten we verder gaan en kijken naar het Pali-woord dat vertaald is met dankbaarheid: *katannuta*. *Kata* betekent: ‘datgene wat gedaan is’, in het bijzonder datgene wat voor ons gedaan is, en *annuta* betekent: ‘weten of herkennen’. *Katannuta* betekent dus: ‘weten en herkennen van datgene dat voor ons welzijn gedaan is’. Deze definities geven aan dat de bijklank van het Pali-woord nogal verschilt van de Engelse vertaling. De bijklank van het Engelse woord dankbaarheid is emotioneel - we spreken van dankbaarheid **voelen**. Maar de bijklank van *katannuta* is eerder meer intellectueel, meer verstandelijk. Het maakt duidelijk dat er voor, wat we dankbaarheid noemen, een element van kennis nodig is: kennis van wat er naar ons of voor ons gedaan is, voor ons welzijn. Als we niet weten dat iets gedaan is waar we voordeel van hadden, zullen we geen dankbaarheid voelen.

De Boeddha wist dat de bodhiboom hem bescherming had geboden, en hij wist dat zijn vijf vroegere metgezellen behulpzaam voor hem geweest waren, waardoor hij dankbaarheid voor hen voelde. Niet alleen dat: hij gaf uitdrukking aan dat gevoel. Hij handelde erop door een hele week naar de bodhiboom te staren en daarna op zoek te gaan naar zijn vijf vroegere metgezellen zodat hij de waarheid die hij ontdekt had aan ze kon communiceren. De belangrijke implicatie is dat het volmaakt natuurlijk is om dankbaarheid te voelen voor hulp die wij ontvangen hebben.

Maar de hulp moet ook herkend worden als hulp. Als we niet voelen dat iemand of iets ons feitelijk hulp geboden heeft, voelen we geen dankbaarheid naar hem of er voor. Dit suggereert dat we moeten begrijpen wat echt behulpzaam is, wat ons echt geholpen heeft om

als menselijke wezens te groeien en te ontwikkelen. We moeten ook weten wie of wat ons behulpzaam is geweest, en ons herinneren dat zij dat gedaan hebben - anders is er geen gevoel van dankbaarheid mogelijk.

In het boeddhisme zijn er traditioneel drie belangrijke objecten van dankbaarheid: onze ouders, onze leraren en onze spirituele vrienden. We hebben al eerder sommige aspecten van elk van deze relaties bekeken. Hier wil ik iets meer reflecteren op dankbaarheid in relatie tot ieder van hen.

Ik kwam terug in Engeland na twintig jaar ononderbroken in het Oosten doorgebracht te hebben met het bestuderen, beoefenen en onderrichten van de Dharma. Toen ik terugkwam merkte ik dat er veel veranderd was. Nogal wat dingen vielen me op als ongewoon - ik was ze in India niet tegengekomen, of niet in dezelfde omvang. Eén ding dat me echt verbaasde was om te merken hoeveel mensen, tenminste onder diegenen die ik kende, een slechte relatie met hun ouders hadden. Misschien merkte ik dat vooral op omdat ik in contact was met mensen die zich bezighielden met hun spirituele ontwikkeling, en die zichzelf wilden ontwarren, zowel psychologisch als emotioneel.

Als je een slechte relatie met je ouders hebt, is er iets serieus fout. Misschien is het zelfs niet overdreven om te zeggen dat door deze situatie je gehele emotionele leven er waarschijnlijk door beïnvloed zal zijn, al is het indirect. Ik moedigde daarom mensen aan om weer in positief contact met hun ouders te komen, als ze om één of andere reden van elkaar vervreemd waren geraakt. Ik moedigde mensen aan om meer open naar hun ouders zijn en om positieve gevoelens naar hen te ontwikkelen. Dit was in het bijzonder noodzakelijk met betrekking tot de beoefening van de *metta bhavana*, de ontwikkeling van liefdevolle vriendelijkheid. Mensen moesten leren om zelfs *metta* voor hun ouders te ontwikkelen. Voor diegenen die een moeilijke kindertijd hadden gehad, of zelfs door toedoen van hun ouders op de ene of andere manier geleden had, was dit niet gemakkelijk. Maar zelfs dan was het noodzakelijk in het belang van hun eigen emotionele, psychologische en spirituele ontwikkeling om

zich over gevoelens van bitterheid of wrok die ze koesterden heen te zetten. Ik ontdekte dat sommige mensen hun ouders op allerlei manieren voor van alles de schuld gaven, een houding die gereflecteerd is in een bekend kort gedicht van Philip Larkin genoemd: 'dit is het vers'. In dit gedicht geeft Larkin in nogal grove taal uitdrukking aan wat hij denkt dat je moeder en vader je aangedaan hebben, en hij komt tot een nogal deprimerende conclusie. Het laatste vers van het gedicht gaat als volgt:

mensen dragen ellende naar de mens over,

het verdiept zich als een richel aan de kust;

zorg dat je er zo vroeg mogelijk uit komt,

en heb zelf geen kinderen.

Wat een akelig, onaangenaam kort gedicht! In 1995 werd het echter verkozen tot één van de favoriete gedichten in Groot-Brittannië en kwam tussen 'ik herinner, ik herinner' van Thomas Hood, en 'de slang' van D.H. Lawrence. Het feit dat het gedicht van Larkin zo populair was onder intelligente poëzie lezers geeft stof tot nadenken en het suggereert dat negatieve houdingen naar ouders nogal veelvuldig in onze samenleving voorkomen.

De Boeddha zelf had nogal wat te zeggen over onze relatie met onze ouders. In de *Sigalaka*-soetra zegt hij dat er vijf manieren zijn waarin een zoon zijn moeder en vader moet bijstaan als de oostelijke richting. Hij moet zo denken: 'Omdat ik door mijn ouders onderhouden ben, zal ik hen onderhouden, zal ik hun taken voor ze uitvoeren. Ik zal de familietraditie in stand houden. Ik zal mijn erfenis waardig zijn. Na de dood van mijn ouders zal ik namens hen giften verdelen'.[civ] Hetzelfde geldt natuurlijk voor een dochter. Zij zou ook haar moeder en vader moeten bijstaan als de oostelijke windrichting, zij moet ook op deze manier denken.

Er is veel dat over de vijf manieren waarin men zijn ouders moet bijstaan gezegd kan worden. Hier wil ik echter iets fundamenteler aanstippen - zo fundamenteel dat in deze soetra de Boeddha het als vanzelfsprekend lijkt aan te nemen. Er wordt echter in de beeldspraak van de soetra op gezinspeeld. De Boeddha verklaart aan Sigalaka dat je het oosten vereert door je ouders op vijf manieren bij te staan. Maar waarom het oosten?

De reden is wellicht voor de hand liggend. De zon komt op in het oosten, het heeft zijn oorsprong in het oosten, zo gezegd, en op dezelfde manier hebben wij onze oorsprong te danken aan onze ouders - als we de vraag van karma buiten beschouwing laten waarvan ouders misschien alleen maar instrumenten zijn. Als onze ouders er niet waren, zouden we nu niet hier zijn. Zij hebben ons leven gegeven, zij hebben ons een menselijk lichaam gegeven en in het boeddhisme wordt het menselijke lichaam als erg kostbaar beschouwd. Het is kostbaar omdat we alleen in een menselijk lichaam (mannelijk of vrouwelijk) Verlichting kunnen bereiken. Door ons een menselijk lichaam te geven, geven onze ouders ons daarom de mogelijkheid om Verlichting te bereiken en we zouden ze daar intens dankbaar voor moeten zijn, in het bijzonder als we echt de Dharma aan het beoefenen zijn.

Niet alleen geven onze ouders ons een menselijk lichaam. Ondanks wat Larkin zegt, hebben ze ons zo goed mogelijk opgevoed. Ze hebben het mogelijk gemaakt dat we overleven, ze hebben ons opgevoed. Ze hebben misschien niet de mogelijkheden gehad om ons naar de universiteit of iets dergelijks te sturen, maar ze leerden ons praten en dit is de basis van de meeste dingen die we nadien leerden. Meestal is het onze moeder die ons onze eerste woorden leert, en dit geeft ons de uitdrukking: 'moedertaal'. Het is door moedertaal dat we toegang hebben tot alle literatuur die geschreven is in de taal die we in onze kindertijd geleerd hebben, en we kunnen van die literatuur volledig genieten omdat het in onze moedertaal is, in plaats van in een taal die we later geleerd hebben.

Niet iedereen wil hun schuld aan hun ouders erkennen. In de Engelse literatuur is het klassieke voorbeeld de personage van de heer

Bounderby in '*Moeilijke tijden'* van Charles Dickens. Dit is één van mijn favoriete romans van Dickens. De heer Bounderby is een succesvol industrieel en hij houdt er van om iedereen te vertellen dat hij een *self-made man* is. Hij vertelt ze dit bij elke mogelijke gelegenheid en heel uitvoerig. Hij beschrijft met levendige details hoe hij door zijn moeder in de steek gelaten werd, hoe hij geslagen werd door een dronken grootmoeder, hoe hij als kind in de goot leefde en voor zichzelf moest vechten, hoe niemand hem ooit geholpen had en hoe hij zijn eigen weg in de wereld had gevonden en hoe hij volledig door zijn eigen inspanningen een rijk man was geworden. In de loop van het verhaal wordt echter duidelijk dat dit volledig onjuist is. De waarheid is dat hij een liefdevolle moeder had die hem zorgvuldig opgevoed heeft en hem onderwezen en geholpen heeft zoveel als ze kon. Bovendien leefde zijn moeder nog steeds, maar hij hield haar op afstand ergens op het platteland en stond haar niet toe om hem te bezoeken. Met andere woorden: mijnheer Bounderby was een monster van ondankbaarheid.

We zullen later naar de vraag kijken waarom mensen in hun leven zo ondankbaar zijn. Laat ons echter eerst kijken naar de tweede van de voornaamste objecten van dankbaarheid in het boeddhisme: onze leraren. Met leraren bedoel ik hier niet de Dharma leraren, maar al diegenen van wie we ons werelds onderricht en cultuur gekregen hebben. Hier spelen onze schoolleraren overduidelijk een belangrijke rol. Van hen ontvingen we de grondbeginselen van alles wat we geleerd hebben en daarom moeten we hen dankbaar zijn. Het feit is dat we weinig zelf uitgevonden hebben van dat wat we weten, of denken te weten als resultaat van onze eigen inspanningen. Bijna alles wat we weten is ons op de ene of andere manier geleerd. Als we denken aan onze kennis van de wetenschap of geschiedenis bijvoorbeeld, dan hebben niet veel van ons zelfs één wetenschappelijk experiment uitgevoerd, of één historisch feit zelf ontdekt dat niemand anders ervoor had uitgevoerd of ontdekt. Al ons werk op dit terrein is voor ons door anderen gedaan. We hebben profijt gehad van hun inspanningen en onze kennis is niets meer dan hun echo.

Naast het leren van levende leraren hebben we ook van mensen geleerd die al honderden jaren dood zijn, van de geschriften die ze nagelaten hebben en van de beschrijvingen van de woorden die zij gesproken hebben. Het is niet alleen een kwestie om van hen te leren in zuiver intellectuele zin, van het verkrijgen van informatie. Tussen deze boeken zijn grote werken van de verbeelding -beroemde gedichten, beroemde romans, bekende drama's - en deze werken zijn een bron van oneindige verrijking. Zonder hen zouden we oneindig armer zijn. Ze helpen ons om onze visie te verdiepen en te vergroten. We moeten daarom dankbaar zijn voor de bekende mannen en vrouwen die deze werken geproduceerd hebben. We moeten dankbaar zijn voor Homerus en Vergilius, Dante en Milton, Aeschylus en Kalidasa, Shakespeare en Goethe. We moeten dankbaar zijn voor Murasaki Shikibu, Cervantes, Jane Austin, Dickens, Dostojewski en honderden anderen die ons sterker beïnvloed hebben dan we ons ooit kunnen realiseren. De Amerikaanse criticus Harold Bloom is zover gegaan te claimen dat Shakespeare de schepper is van de menselijke aard zoals we die kennen, wat een heel grote claim is (ook al heeft hij er zijn redenen voor).

Onze ervaringen worden natuurlijk ook verdiept en onze visie vergroot door de beeldende kunsten en door muziek. De beroemde schilders, beeldhouwers en componisten vallen ook onder onze leraren. Ze hebben ook ons leven verrijkt en wij moeten ze dankbaar zijn. Ik zal hier in dit verband geen namen noemen omdat er eenvoudigweg teveel zijn om uit te kiezen - zowel klassieke als moderne, oosterse als westerse - zeker niet omdat ik denk dat de beroemde artiesten en componisten van minder belang zijn dan de beroemde dichters, romanschrijvers en dramaturgen. Dus bedoel ik met 'leraren' allen die gezamenlijk onze collectieve culturele erfenis hebben gecreëerd, zonder welke we niet volledig menselijk zouden zijn. Als we denken aan wat we ze verschuldigd zijn en dankbaarheid voelen voor de beroemde artiesten, dichters en componisten, kunnen we niet alleen van hun werk genieten maar ook waarderend aan hen denken en ons enthousiasme met onze vrienden delen.

Voordat we verder gaan met het kijken naar het derde voornaamste object van dankbaarheid, onze spirituele vrienden, wil ik het algemene punt maken dat we niet moeten denken dat deze drie objecten van dankbaarheid volledig afzonderlijk en verschillend van elkaar zijn. Er is een zekere hoeveelheid overlap tussen de eerste en de tweede, en tussen de tweede en de derde. Onze ouders zijn min of meer ook onze leraren. In de boeddhistische traditie worden ouders *poranacariyas* genoemd dat 'vroegere (of zeer oude) leraren' betekent. Ze worden zo genoemd omdat zij de eerste leraren waren die we ooit hadden, zelfs als ze ons alleen maar een paar woorden leerden spreken. We kunnen dankbaar zijn voor onze ouders, niet alleen omdat ze ons het leven gegeven hebben maar ook voor het geven van elementaire kennis en ons initieerden in de beginselen van onze culturele erfenis.

Zo is er ook enige overlap tussen leraren en spirituele vrienden. De bekendste dichters, artiesten en componisten kunnen ons inspireren met spirituele waarden, kunnen ons helpen om naar spirituele hoogten te stijgen. Gedurende de laatste paar honderd jaar hebben in het Westen grote veranderingen plaatsgevonden. Vroeger was het christendom, zoals het vertegenwoordigd wordt door de kerk, de vooraanstaande en zelfs de enige drager van spirituele waarden. Maar nu, na het geloof in het christendom verloren te hebben, kijken veel mensen ergens anders om betekenis en waarden te vinden, en ze vinden het in grote kunstwerken, in toneelstukken van Shakespeare, de gedichten van Wordsworth, Baudelaire en Rilke, de muziek van Bach, Beethoven en Mozart, de beroemde schilders en beeldhouwers van de Italiaanse renaissance. Deze beroemde meesters worden als het ware onze spirituele vrienden, in het bijzonder als we gedurende vele jaren in contact met hen en hun werk blijven. Terwijl we leren ze te bewonderen en van ze te houden, voelen we ons intens dankbaar voor wat ze ons gegeven hebben. Zij vallen onder onze spirituele vrienden in de ruimste betekenis.

Maar laat ons nu bij onze 'echte' spirituele vrienden komen. Hier moeten we teruggaan naar het Sanskriet woord achter het Engelse equivalent, zoals we ook met het woord dankbaarheid gedaan hebben. Zoals we al gezien hebben, wordt de Sanskriet uitdrukking

Kalyana Mitra vertaald als spirituele vriend. *Mitra* komt van het woord *maitri* (Pali: *metta*) en *maitri* is sterke, onzelfzuchtige, actieve liefde, duidelijk onderscheiden in de boeddhistische traditie van *prema* (Pali: *pema)*, in de betekenis van seksuele liefde of gehechtheid. Een *mitra* of vriend is daarom iemand die een sterke onzelfzuchtige actieve liefde voor iemand voelt. En *kalyana* betekent allereerst 'mooi, charmant' en ten tweede 'bijzonder, veelbelovend, moreel goed.' Daarom heeft *kalyana mitra* een veel rijkere bijklank dan de Engelse uitdrukking 'spirituele vriend'.

Onze spirituele vrienden zijn diegenen die spiritueel meer ervaren zijn dan wij. De Boeddha's zijn onze spirituele vrienden. De *arahants* en de *bodhisattva's* zijn onze spirituele vrienden. De grote boeddhistische leraren uit India en China, Tibet en Japan zijn onze spirituele vrienden. Diegenen die ons mediteren leren, zijn onze spirituele vrienden. Diegenen waarmee we de geschriften bestuderen zijn onze spirituele vrienden. Diegenen die ons ordineren zijn onze spirituele vrienden. En al deze spirituele vrienden zouden het voorwerp moeten zijn van onze intense, hartgrondige dankbaarheid. We moeten ze zelfs dankbaarder zijn dan onze leraren.

Waarom? Omdat we van onze spirituele vrienden de *Dharma* ontvangen. Wij hebben de *Dharma* niet ontdekt of uitgevonden. We hebben het als een gratis geschenk ontvangen van onze spirituele vrienden, vanaf de Boeddha naar ons. In de *Dhammapada* zegt de Boeddha: 'Het allergrootste geschenk is het geschenk van de *Dharma'*.[cv] Hoe groter het geschenk, hoe groter de dankbaarheid is die we moeten voelen. We moeten niet alleen die dankbaarheid in ons hart voelen; we moeten er uitdrukking aan geven in woorden en daden. We kunnen dit op drie manieren doen: door onze spirituele vrienden te prijzen, door het beoefenen van de *Dharma* die ze aan ons gegeven hebben en door het doorgeven van de *Dharma* aan anderen zo goed als we kunnen.

De grootste van onze spirituele vrienden is Boeddha Shakyamuni, die het pad, dat we als boeddhisten tegenwoordig volgen, ontdekte of herontdekte. Het is naar hem dat we voor Toevlucht gaan, het is de *Dharma* die hij onderwees die we proberen te beoefenen en het is

met de ondersteuning van de sangha, die hij gesticht heeft, dat we de *Dharma* kunnen beoefenen. Wij hebben daarom redenen om hem intens dankbaar te zijn - meer dankbaar, in principe, dan aan wie dan ook. Onze ouders hebben ons inderdaad het leven gegeven. Maar wat is het leven zonder het geschenk van de Dharma? Onze leraren hebben ons kennis, opleiding en cultuur gegeven maar wat voor waarde heeft dit zonder de *Dharma*? Omdat boeddhisten zo intens dankbaar naar de Boeddha zijn voeren ze poeja's uit om hem te vereren en zijn leven wordt gevierd in verschillende boeddhistische festivals. Maar mensen vinden het niet altijd gemakkelijk om dankbaar te zijn naar hun ouders, of hun leraren of zelfs naar hun spirituele vrienden. Hoe komt dit? Het is belangrijk om de aard van de moeilijkheid te begrijpen. Dankbaarheid is per slot van rekening een belangrijke spirituele kwaliteit, een deugd die door de Boeddha en vele anderen geïllustreerd en geleerd werd. Cicero, de bekende Romeinse redenaar en filosoof, zei dat dankbaarheid niet alleen de grootste deugd is maar de moeder van al de andere. Ondankbaarheid vertegenwoordigt daarom een serieus gebrek. Eens zei de Boeddha dat ondankbaarheid één van de vier grote overtredingen is die *niraya* veroorzaakt, in de zin van een wedergeboorte vol met lijden - een serieuze en zware uitspraak.[cvi]

Maar waarom zijn we ondankbaar naar onze ouders, onze leraren, onze spirituele vrienden? Je zou kunnen denken dat wij als boeddhisten eenvoudigweg van dankbaarheid zouden bruisen voor deze mensen. Een hint kan gevonden worden in het Pali-woord dat we met dankbaarheid vertalen, *katannuta*. Zoals we gezien hebben betekent het: weten of herkennen van datgene wat voor ons welzijn gedaan is. Op dezelfde manier, betekent *akatannuta* (*a* is het negatieve voorvoegsel) ondankbaarheid: niet weten of herkennen van datgene wat voor ons welzijn gedaan is.

Er zijn een aantal redenen voor ondankbaarheid. Als eerste kunnen we een weldaad niet als een weldaad zien. Er zijn sommige mensen die het leven zelf niet als een weldaad zien en daarom geen dankbaarheid naar hun ouders voelen die hen op de wereld hebben gezet. Soms zeggen mensen zoiets als: 'Nou, ik heb er niet om gevraagd om in deze wereld geboren te worden'. Als je in karma en

wedergeboorte gelooft, is dit natuurlijk niet echt waar - maar hoe dan ook, het is iets dat mensen zeggen. In een aantal gevallen kunnen ze het leven niet als een weldaad beschouwen omdat zij het als pijnlijk ervaren, zelfs overwegend pijnlijk, en daarom kunnen ze de waarde er van niet op prijs stellen en realiseren zij zich niet het immense potentieel van het menselijk leven. Om in boeddhistische termen te spreken: zij realiseren zich niet dat het voor een mens mogelijk is, en alleen voor een mens, om Verlichting te bereiken, of enige voortgang in die richting te maken.

Zo zijn er ook mensen die kennis, educatie of cultuur niet als weldaad zien. Ze voelen geen dankbaarheid naar hun leraren of naar diegenen die geprobeerd hebben ze iets te leren. Ze kunnen zelfs wrok voelen. Ze kunnen voelen dat een opvoeding of cultuur opgelegd is. Het is onwaarschijnlijk dat zulke mensen in contact komen met spirituele waarden, met de Dharma of met spirituele vrienden, en zelfs als ze dat doen, zullen ze zo'n contact niet toelaten en het oppervlakkig houden. Ze zullen het niet kunnen herkennen voor wat het is. Ze kunnen zelfs diegenen die proberen om hun spirituele vrienden te zijn als vijanden zien, en daarom zal de kwestie van dankbaarheid niet ontstaan.

Dit gold voor de respons van sommige mensen naar de Boeddha zelf. Niet iedereen die hem hoorde spreken of onderwijzen voelde dankbaarheid naar hem. Er waren veel mensen in zijn tijd die hem als een nogal excentrieke, onorthodoxe leraar zagen. Ze voelden zeker geen dankbaarheid naar hem voor het geschenk van de Dharma. Soms belasterden mensen hem en sommige mensen proberen hem zelfs te vermoorden.

Aan de andere kant kunnen wij weldaden als weldaden herkennen en zelfs erkennen dat zij aan ons gegeven zijn door andere mensen, maar we kunnen deze weldaden als vanzelfsprekend beschouwen. Omdat we ons niet realiseren dat zij een gratis geschenk zijn, kunnen we denken dat ze van ons zijn, dat we er recht op hebben. We kunnen denken dat ze daarom eigenlijk al aan ons toebehoren, waardoor we geen reden hebben om er dankbaar voor te zijn.

Deze houding is tegenwoordig in de samenleving wijdverspreid. Mensen hebben de neiging om aan te nemen dat alles voor hen is, dat ze op alles recht hebben. Ouders, leraren, of de Staat hebben de plicht om ze te geven wat ze willen. Ze kunnen zelfs denken dat spirituele vrienden de plicht hebben om hen te verschaffen wat ze willen. Als ze niet krijgen wat zij van een spirituele vriend, leraar of goeroe willen, en snel, zoals ze het willen, dan gaan ze weg om het van iemand anders proberen te krijgen. Ook nu weer zal de vraag van dankbaarheid niet opkomen. Ouders, leraren en vrienden hebben natuurlijk een plicht om weldaden naar hun beste vermogen te schenken. Maar er moet herkend worden dat deze weldaden *gegeven* zijn, en dat de respons erop daarom één van dankbaarheid is.

Een andere reden voor ondankbaarheid is egoïsme. Egoïsme kent vele vormen en heeft veel aspecten. Hier bedoel ik een houding van chronisch individualisme: de overtuiging dat men van andere gescheiden is, niet van anderen afhankelijk is hoe dan ook en dat men daarom niets aan anderen verplicht is. Men voelt dat men niets verplicht is omdat men alles zelf kan. Dhr. Bounderby van Dickens is een goed voorbeeld van deze houding, maar er zijn andere voorbeelden in de literatuur, zoals Satan in *Paradise Lost* van Milton, en 'Black Salvation' in *The Life and Liberation of Padmasambhava*. De persoon die in deze zin egoïstisch is kan geen gevoelens van dankbaarheid ervaren en kan niet toegeven dat hij profijt heeft gehad van anderen. Hij hoeft het niet op precies dezelfde manier als de heer Bounderby te zeggen, maar dit is zijn onderliggende houding.

Deze houding vindt soms uitdrukking in de kunst. Sommige schrijvers en artiesten vinden het niet prettig dat zij iets aan hun voorgangers verschuldigd zijn. Om origineel te kunnen zijn, slaan ze een volledig nieuwe weg in. Ze vinden het niet prettig te denken dat er zoiets als een culturele erfenis of een literaire canon is. In sommige kringen heeft deze houding extreme vormen aangenomen, zelfs een venijnige vorm, en heeft geresulteerd in een poging om het grootste gedeelte van onze literaire en artistieke erfenis op ideologische gronden af te wijzen. Dit is uitermate betreurenswaardige, zelfs in potentie een rampzalige ontwikkeling,

en het moet waar mogelijk tegengegaan worden. Egoïsme in de betekenis waarin ik het woord gebruik vind ook uitdrukking op het gebied van religie. Het komt voor als we de bronnen van onze inspiratie niet erkennen of wanneer we proberen om een lering of beoefening, die we feitelijk geleerd hebben van onze spirituele vrienden, als onze eigen lering of beoefening te laten doorgaan.

De vierde en laatste reden voor ondankbaarheid die ik hier wil noemen is vergeetachtigheid. Er zijn twee hoofdredenen voor vergeetachtigheid van ontvangen weldaden. Als eerste is er eenvoudig het verstrijken van de tijd. Misschien is de weldaad die aan ons gegeven werd al lang geleden - zolang geleden dat we geen specifieke herinnering ervan hebben, en niet langer dankbaarheid voelen naar diegene die het ons gegeven heeft, ook al voelden we ons in het begin dankbaar. Dit is misschien de voornaamste reden waarom we ons niet steeds dankbaar voelen naar onze ouders. Met de jaren is er zoveel in ons leven gebeurd: vroegere herinneringen zijn door de latere bedekt, andere relaties zijn belangrijker geworden en misschien zijn we van onze ouders weggegaan, geografisch, sociaal of cultureel. En het praktische resultaat is dat we ze vergeten. We vergeten de talrijke manieren waarin ze ons hebben geholpen toen we jong waren en we zijn daarom niet langer dankbaar. De andere mogelijke reden waarom we 'vergeten' om dankbaar te zijn is dat we het positieve effect van de weldaden in eerste instantie niet sterk gevoeld hebben en daarom niet veel dankbaarheid gevoeld hebben. In zulke omstandigheden vervaagd de dankbaarheid gemakkelijk en wordt uiteindelijk vergeten.

Dit zijn de vier meest belangrijke algemene redenen voor ondankbaarheid: gebrek om een weldaad als een weldaad te herkennen, weldaden als vanzelfsprekend beschouwen, egoïsme en vergeetachtigheid. Ondankbaarheid heeft helaas de neiging om op verschillende manieren op te duiken in de context van het leven van een praktiserende boeddhist. Voorbij een bepaald punt van spirituele ontwikkeling is het eenvoudig onmogelijk om ondankbaarheid te voelen. Een Stroombetreder kan niet ondankbaar zijn, en zal zelfs overvloeien van dankbaarheid naar zijn / haar ouders, leraren en

spirituele vrienden. Maar totdat we dat punt bereikt hebben lopen we het gevaar om te vergeten dankbaar te zijn.

Door de jaren heen, meer dan dertig op het moment van schrijven, sinds ik een boeddhistische beweging stichtte, heb ik vele, vele brieven ontvangen, misschien duizenden, van mensen die recentelijk de *dharma* ontdekt hadden door één van de centra van de beweging die ik stichtte, of door contact met individuele ordeleden. Elk jaar ontvang ik meer en meer van deze brieven. Ze komen van jonge en oude mensen, van mensen met verschillende manieren van leven, van veel verschillende culturele achtergronden en nationaliteiten. En al deze brieven zeggen, onder andere, één en hetzelfde. Ze zeggen hoe blij de schrijvers zijn om de Dharma ontdekt te hebben. Niet alleen dat, de briefschrijvers willen hun dankbaarheid uitdrukken naar de Drie Juwelen, naar de boeddhistische beweging en naar mij persoonlijk als de stichter. Sommige mensen drukken hun gevoelens van dankbaarheid erg sterk uit. Ze zeggen dat de Dharma hun leven heeft veranderd, hun leven zin heeft gegeven, gered heeft van wanhoop en gered heeft van zelfmoord.

Zulke brieven van dankbaarheid bereiken me bijna wekelijks en geven me het gevoel dat ik alles bij elkaar genomen mijn tijd niet verspild heb. Maar met de jaren is me ook opgevallen dat, terwijl sommige mensen, misschien de meerderheid, dankbaar blijven en zelfs meer en meer dankbaar worden, er helaas bij een aantal mensen het gevoel van dankbaarheid verzwakt. Ze beginnen de weldaden te vergeten die ze ontvangen hebben en beginnen zich zelfs af te vragen of het wel echt weldaden waren. Niet langer wetend of herkennend wat voor hen gedaan is, worden ze ondankbaar. Ze voelen zich ondankbaar naar hun spirituele vrienden, ze kunnen zelfs tekortkomingen in hen gaan zien. Dit is een trieste stand van zaken en recentelijk heb ik mijn gedachten er over laten gaan en ben tot bepaalde conclusies gekomen over waarom dit gebeurt.

Het lijkt me dat mensen de weldaden vergeten die zij ontvangen hebben omdat zij ze niet langer echt voelen. En ze voelen ze niet langer omdat ze zichzelf, om de ene of andere reden, in een positie gebracht hebben waar zij ze niet kunnen ontvangen. Laat me een

concreet voorbeeld geven. Stel dat je begonnen bent om naar een meditatie avond te gaan. Je leert om te mediteren en je hebt wat succes. Je begint thuis te oefenen. Maar op een dag, om de ene of andere reden, stop je met naar de avond gaan en dan stop je geleidelijk met thuis oefenen. Je stopt met mediteren. Uiteindelijk vergeet je hoe meditatieve ervaringen waren. Je vergeet de vrede en vreugde die je voelde. Je vergeet de voordelen van meditatie. Dus houd je op met dankbaar zijn naar diegenen die je geïntroduceerd hebben in de beoefening. Hetzelfde kan gebeuren m.b.t. retraites, dharma-studie, tijd doorbrengen met spirituele vrienden, deelnemen aan poeja's en het bezoeken van boeddhistische feestdagen. Mensen kunnen uit contact raken. Ze kunnen vergeten hoeveel profijt ze toen hadden van deze activiteiten en daarom zijn ze niet langer dankbaar naar diegenen die de activiteiten mogelijk maakten.

Soms komen mensen na een tijdje weer terug. Ze komen, misschien na vele jaren, weer naar de meditatie-avond of ze gaan weer op retraite. Ik heb mensen gekend die na meer dan 22 jaar opnieuw in contact zijn gekomen - nogal een lange tijd in iemands leven. Als dit gebeurt, zeggen ze bijna altijd hetzelfde: 'Ik had vergeten hoe goed het was'. En daarom voelen ze hernieuwde dankbaarheid.

Dit is volstrekt gepast. Het is passend dat we dankbaar zijn, dat we de weldaden herkennen die we ontvangen hebben. Het is passend dat we dankbaar zijn naar onze ouders, ook al hebben ze fouten - ouders zijn niet meer perfect dan kinderen. Het is passend dat we dankbaar zijn voor onze leraren, ook voor onze spirituele vrienden en voor de boeddhistische traditie. Het is bovenal passend dat we dankbaar zijn naar de Boeddha, die zoals we gezien hebben, zelf volkomen en op een instinctieve manier dankbaar was.

conclusie: kan de spirituele gemeenschap de wereld redden?

Hoofdstuk 20: Een boeddhistische zienswijze op huidige wereldproblemen.

In 1943 was ik als soldaat bij de verbindingsdienst in India gestationeerd en na de oorlog bleef ik twintig jaar in het Oosten, zeventien jaar ervan als een boeddhistische monnik. Tijdens deze tijd was ik in de gelegenheid - ik zou kunnen zeggen dat ik verplicht was - om een groot aantal publieke bijeenkomsten bij te wonen. Het is ongetwijfeld eerlijk om te zeggen dat de Indiërs een positieve zwakheid hebben voor publieke bijeenkomsten. Heel vaak worden deze openlucht bijeenkomsten ‘s-avond laat gehouden onder de schitteringen van booglampen en ze gaan maar door en door. Hoe groter deze bijeenkomsten zijn en hoe langer ze doorgaan, des te beter. Om een succes genoemd te worden moet een bijeenkomst zich onderscheiden door een lange rij sprekers en iedereen spreekt minstens één uur. Ik kan me herinneren dat bij één van deze gelegenheden me bevolen werd, door middel van een gezaghebbend gefluister achter me toen ik opstond, om minstens twee uur te spreken.

Mensen in India kunnen erg vrijgevig zijn met hun tijd (en ook met de tijd van anderen), waardoor ik veel toespraken hoorde. Sommige onderwerpen – en hoe ze gebracht werden - werden me zo erg vertrouwd. Ik wende er bijvoorbeeld aan dat je redelijkerwijze kon verwachten op enig moment tijdens een avond vol met lezingen over boeddhistische onderwerpen een lezing over ‘boeddhisme en wereld vrede’ te horen. Dit onderwerp kwam regelmatig terug, en het deed er niet toe wie er sprak, het was bijna altijd dezelfde lezing.

Als eerste kreeg je een levendige beschrijving van de hopeloze toestand van de mensheid in de moderne wereld en de gebruikelijke gevolgen werden bij elkaar gehaald. Je werd herinnerd aan de vaak

voorkomende overstromingen, branden, plagen en oorlogen. Dan werd je door de verschillende onomstotelijke tekenen van een universele en ongekende ineenstorting van morele en spirituele waarden geleid, specifiek gefocust op het gedrag en de houding van de jonge mensen van vandaag. Vervolgens, als er van je verwacht kon word dat je je volledig verzoend had met een heel somber vooruitzicht die zijn hoogtepunt zou bereiken in een nucleaire Holocaust en geen oplossing in het vooruitzicht had, zou het boeddhisme gepresenteerd worden als de redding. Het boeddhisme, werd je verteld, leert geweldloosheid, het leert vrede, liefde en mededogen. Als iedereen in de wereld de leringen van de Boeddha zou volgen dan is wereldvrede een reële mogelijkheid en zouden al onze problemen automatisch oplossen. En zo eindigde de lezing. Spontaan applaus zou uitbreken, de spreker gaat zitten, stralend van tevredenheid, het publiek zou door blijven klappen, blij te weten dat er toch hoop was voor de wereld. En vanzelfsprekend zou de wereld gewoon doorgaan zoals daarvoor.

Het probleem met dit soort analyse van onze situatie is niet dat het niet waar is. Als iedereen in de wereld elke dag zou mediteren, probeerde om vriendelijkheid, liefde, mededogen en vreugde te ontwikkelen, werkte met de voorschriften en het Edele Achtvoudige Pad volgde, dan is wereldvrede niet alleen een reële mogelijkheid maar dan zouden we de hemel op aarde hebben. Nee, het probleem met deze manier van argumenteren is dat het een over-vereenvoudiging is van zowel het probleem als de oplossing. In theorie is het prachtig, maar dat is wat het blijft: een theorie.

Een andere grote moeilijkheid met het praten over ‘boeddhisme en wereldvrede’ is dat boeddhisten niet de enigen zijn met waarden die de wereldvrede ondersteunen. Als iedereen in de wereld de leringen van het jaïnisme, taoïsme, of bepaalde vormen van het hindoeïsme zou volgen, zou je nog steeds wereldvrede krijgen zonder enige noodzaak om het boeddhisme te noemen. Er is feitelijk geen noodzaak om er een religie bij te halen - religies hebben geen monopolie op vreedzame waarden. Als iedereen de leringen van Plato, of zelfs Bertrand Russell zou volgen, zou je direct wereldvrede hebben.

Als iemand het boeddhisme niet aan gaat bieden als een universeel wondermiddel voor de ziekten van de wereld, **wat** biedt het boeddhisme dan wel? Men kan niet praten over **de** boeddhistische zienswijze van de wereldproblemen omdat er geen officieel boeddhistisch gemeenschappelijk standpunt is over deze of enige andere zaak. Het enige dat er overblijft, is **een** boeddhistische zienswijze van de wereldproblemen. Je kunt alleen over wereldproblemen praten vanuit je eigen individuele standpunt. En als een boeddhistisch standpunt kan zijn geldigheid alleen gemeten worden door hoe diep je beïnvloed bent door boeddhistische leringen.

Er is echter nog steeds de vraag wat een individuele boeddhist te zeggen kan hebben dat echt relevant is voor de wereldproblemen. Het enige wat ik voor mezelf kan zeggen is dat het werk waar ik mij als boeddhist mee bezig houdt, tot in aanzienlijke mate, ontstaan is uit de zienswijze die ik uit de huidige wereldproblemen haal. Dit onderwerp is niet van academische interesse of ondergeschikt belang voor me. In de benadering ervan probeer ik min of meer, als een praktisch werkende boeddhist, de *raison d’être* van mijn eigen bestaan duidelijk te krijgen, d.w.z., als boeddhist niet alleen naar binnen gericht, met vertrouwen en overtuiging maar ook met betrekking tot naar buitengaande activiteiten. Mijn zienswijze van huidige wereldproblemen vormt een soort filosofische autobiografie, zelfs een geloofsbelijdenis. Het zal, hoop ik, laten zien waar ik sta en misschien min of meer waarom ik daar sta.

We kunnen waarschijnlijk allemaal onze eigen lijst van wereldproblemen opstellen, en we hoeven er nauwelijks aan herinnerd te worden: de meeste ervan bestaan al sinds het begin van de geschiedenis en de nieuwsmedia houden ons op de hoogte van de meer recente problemen. Wat nieuw is aan de huidige problemen, is het feit dat we er over horen. Ze zijn wereldomvattend van aard, het zijn wereldwijde problemen. Het is bijna alsof we in een wereldomvattend dorp leven. En hoewel dit algemeen bekend is, zelfs een gemeenplaats, dringt het misschien niet afdoende en diep genoeg in ons gewaarzijn door als zou moeten.

Het resultaat van ‘globalisering’ is dat alle wereldproblemen ons op de ene of andere manier raken, direct of indirect, in potentie of feitelijk. Nog kort geleden wist de overgrote meerderheid van de mensen totaal niets over de problemen van anderen die een paar valleien verder woonden en zeker niet over de mensen aan de andere kant van de wereld. Catastrofale gebeurtenissen drongen nauwelijks door tot de levens van diegenen die er niet direct of indirect bij betrokken waren. Zelfs in een land dat verwoest werd door een jarenlange afschuwelijk oorlog waren er boeren in datzelfde land die hun dagelijks leven leidden en die nergens van afwisten.

Maar niet langer. We hebben de wereldproblemen binnen handbereik. Het echte probleem voor ons is hoe wij er persoonlijk op reageren. Hoe garanderen we dat iedere individuele burger in de wereld gezond in lichaam en geest opgroeit? Wat kan er gedaan worden aan de klaarblijkelijk toenemende verbreiding van geestesziekte in het Westen? Wat is de rol van vrouwen - en wat is de rol van mannen - in de moderne samenleving? Hoe voorkomen mensen met een baan dat ze ziek worden door overwerk? Hoe maken mensen zonder werk het beste gebruik van hun opgelegde vrije tijd?

Hoe garanderen we dat mensen niet gediscrimineerd of misbruikt worden vanwege hun ras? Hoe brengen we de claims van orde en gezag in overeenstemming met individuele vrijheid? Hoe kunnen we de tegenstrijdige belangen van onafhankelijke landen verzoenen? Hoe kunnen we allemaal met elkaar omgaan?

Nieuwe uitbraken van vijandigheid tussen rivaliserende fracties in een vroegere Europese kolonie, voedselschaarste en onrust in een voormalig communistisch land, binnenstad beroving en misdaad, drugsverslaving en alcoholisme, kinderarbeid, raciaal geweld, industriële vervuiling, nucleaire ongelukken, ziekte, droogte, klagen, hongersnood, hongerdood, etnische zuiveringen - dit zijn maar een aantal van de problemen en crisissen die we onder ogen moeten zien, of die ons zo nu en dan aan onze mouwen trekken, en die voor ons op televisie worden getoond en voor ons in de kranten geanalyseerd. Het lijdt geen twijfel dat er vele andere, net zo urgent, zijn die ik niet

genoemd heb. We hebben allemaal ons favoriete wereldprobleem dat crucialer lijkt dan andere problemen. Maar het belangrijkste probleem voor ons allemaal is: hoe reageren we zelf, individueel, op datgene wat we ervaren als een ‘wereldprobleem’?

Soms zal onze eerste reactie erg sterk zijn. We kunnen een tijdje meegesleurd worden door onze verontwaardiging: we zijn heel kwaad. Dit had nooit mogen gebeuren; er moet iets gedaan worden; diegenen die er verantwoordelijk voor zijn - als specifieke daders geïdentificeerd kunnen worden - moeten voor het gerecht gedaagd worden, enzovoort. En we kunnen bezorgd zijn voor onszelf als het probleem ons op enig moment direct lijkt te treffen. Als uiteindelijk de eerste reactie uitgeput is, worden we verrast - overweldigd - door een andere soort reactie: hulpeloosheid. Het probleem is te groot, te ingewikkeld voor ons om er iets aan te doen. Daarom proberen we het te vergeten en gaan door met ons eigen leven en pakken onze eigen persoonlijke problemen aan. We vinden het vervelend dat anderen lijden, maar we kunnen minstens proberen om van ons leven te genieten.

Dit is, verwacht ik, hoe veel mensen op wereldproblemen reageren. Mijn eigen zienswijze is echter dat zo’n houding van het zich terugtrekken uit publieke belangen naar hoofdzakelijk persoonlijke belangen niet eerzaam is voor mensen - niet eerzaam tenminste voor iemand die in de volledige betekenis van de term mens probeert te zijn. Het vertegenwoordigt een afstand doen van verantwoordelijkheid. Daarom, aannemende dat iemand geen oplossing voor deze grote kwesties kan bewerkstelligen en ook aannemende dat men zich er niet van kan afwenden en ze ook niet kan negeren, wat kan men dan wel doen?

Wereldproblemen zijn door hun aard in essentie groepsproblemen, zoals ze altijd geweest zijn. Wat tegenwoordig nieuw is, is de omvang van de groepen die er bij betrokken zijn en de vernietigende kracht waar ze over kunnen beschikken. Maar hoe groot ze ook zijn, de problemen die door deze groepen ontstaan, kunnen niet opgelost worden op het groepsniveau. Het enige wat er op het niveau van de groep bereikt kan worden is een wankel machtsevenwicht tussen

tegenstrijdige interesses. En dat evenwicht, zoals we maar al te goed weten, kan op ieder moment verstoord worden.

De enige hoop voor de mensheid is daarom noodzakelijkerwijs een lange termijn oplossing en houdt in het erbij betrekken van meer mensen die helder worden over hoe ze zich tot individuen kunnen ontwikkelen en samen kunnen werken in de context van spirituele gemeenschappen. Zo kunnen ze, op verschillende manieren, een belangrijke invloed op de wereld, of op 'de groep', hebben. De voor ons liggende alternatieven zijn, in mijn opinie, evolutie (de hogere evolutie van het individu) of uitsterving. Dat zou mijn globale diagnose zijn van de situatie waar we mee te maken hebben. Wat betreft praktische manieren om een oplossing te bewerkstelligen, zou ik vier manieren van handelen voor de individu voor willen stellen om te doen.

1. Zelfontwikkeling.

Dit betekent in essentie de ontwikkeling van de geest, het verhogen van bewustzijn naar steeds hogere niveaus van gewaarzijn. Menselijke ontwikkeling bestaat hier in essentie uit en voor de meeste mensen is meditatie de route om dit te bereiken. De beoefening van meditatie brengt in essentie drie dingen met zich mee. Als eerste brengt het concentratie met zich mee, de integratie van al onze energieën, bewust en onbewust. Als tweede brengt het verhogen van gewaarzijn naar supra persoonlijke staten met zich mee, het achterlaten van de ik gerichte wereld voor hogere, wijdere, zelfs kosmische dimensies. Als derde brengt het contemplatie met zich mee: het direct inzicht van de opgeruimde geest - de geest in een staat van verhoogd bewustzijn - in de ultieme diepten van het bestaan, het in de ogen zien van de realiteit. Meditatie houdt zich bezig met dit te bereiken. Er zijn vele verschillende methoden. Je hoeft alleen maar een leraar vinden die je één of twee meditaties wil leren. Daarna blijf je bij die methoden en beoefent ze regelmatig. Dat is alles wat er gedaan moet worden.

Het meer veeleisende aspect van zelfontwikkeling bestaan uit wat je met de rest van je leven doet om je meditatie beoefening te ondersteunen. Je zal op je gezondheid moeten toezien. Je moet je leven zo eenvoudig mogelijk maken door al die activiteiten, interesses en sociale contacten te laten vallen waarvan je weet dat het verloren tijd is. Je zal proberen om je leven, in het bijzonder je levensonderhoud, op ethische principes te baseren. Je zal tijd vrijmaken - misschien door parttime te werken - voor studie; voor dharma studie vanzelfsprekend, maar ook voor studie van andere onderwerpen van algemeen menselijke interesse: filosofie, geschiedenis, wetenschap en godsdienstwetenschappen. Uiteindelijk zal je manieren vinden om je emoties te verfijnen en te ontwikkelen, in het bijzonder door de beeldende kunsten.

Zelfontwikkeling komt altijd als eerste. Hoe actief je ook mag zijn in allerlei externe gebieden - politiek, sociaal, onderwijs, of wat dan ook - als je niet probeert om jezelf te ontwikkelen, zal je het niet in staat zijn om een positieve bijdrage aan iets of iemand te leveren.

2. Sluit je aan bij een spirituele gemeenschap.

Dit betekent niet noodzakelijkerwijs dat je je bij een georganiseerde groep aan sluit of onder hetzelfde dak woont als andere aspirerende individuen. Het betekent gewoon om in persoonlijk, regelmatig en substantieel contact met anderen te zijn die zich als individuen proberen te ontwikkelen. Het betekent te kunnen genieten, en het opzoeken van de uitdaging van echte communicatie en van oprechte spirituele uitwisseling, niet alleen het zoeken van de psychologische warmte van de kudde.

3. Stop je ondersteuning aan alle groepen of instellingen die feitelijk de directe of indirecte ontwikkeling van het individu ontmoedigen.

Groepen ontlenen hun kracht aan hun leden, daarom is het een eerste fundamentele stap om de macht van de groep te verzwakken door

jezelf terug te trekken als meewerkend lid. Anders word je meteen in twee richtingen getrokken: de ene kant probeert een individu te zijn en de andere kant verleent ondersteuning aan dezelfde kracht die dat proces verhindert. Als jij dit principe tot zijn uiterste gevolgtrekking zou willen nemen, dan zou je je ondersteuning aan de staat herroepen, als de ultieme groep van groepen maar dit zal ongetwijfeld erg moeilijk zijn, hoe wenselijk dan ook.

4. Moedig de ontwikkeling van individualiteit aan binnen alle groepen waartoe je onvermijdelijk behoort.

Het kan zijn dat je er niets aan kunt doen dat je een groep vrienden of kennissen hebt, thuis of op het werk, die niet geïnteresseerd zijn in enige vorm van zelf- ontwikkeling. Misschien kun je een nominaal lid van een groep blijven. Toch kun je opkomen voor datgene waarin je gelooft en je uitspreken wanneer het kan. Het is altijd mogelijk om in overeenstemming met je idealen te handelen zelfs wanneer anderen niet kunnen begrijpen - of niet lijken te begrijpen - wat je doet. De manier om een groep te verstoren is eenvoudig om de mensen in de groep aan te moedigen om voor zichzelf te denken, hun eigen ideeën te ontwikkelen. In de context van de groep kun je dus nog steeds proberen het te ondermijnen. Zelfs in het vijandelijke kamp, bij wijze van spreken, hoef je je individualiteit niet op te geven.

Dit zijn de vier strategieën om een betekenisvolle invloed op wereldproblemen te kunnen gaan hebben. Een netwerk van allerlei soorten spirituele gemeenschappen, waarvan vele leden met elkaar in contact zijn, kunnen een belangrijke mate van invloed uitoefenen, welke - indien juist toegepast - het zwaartepunt in wereldse zaken kan verschuiven. Spirituele gemeenschappen hebben een cruciale invloed in het verleden gehad en ze kunnen dat, met voldoende vitaliteit, opnieuw doen.

Het maakt niet uit op wat voor bescheiden niveau we werkzaam zijn of hoe onopvallend ons werk kan zijn. Het echte individu is niet zozeer de koning van het oerwoud maar de onvermoeibare regenworm. Als genoeg regenwormen voortdurend onder de fundamenten van zelfs het meest solide gebouw graven, zal de grond losser worden, beginnen af te brokkelen, de funderingen zullen gaan verzakken en het gehele bouw kan scheuren en instorten. Hoe machtig de bestaande orde ook lijkt te zijn, zij is gevoelig voor de ondermijnende invloed van genoeg individuen die direct of indirect samenwerken,

Een spirituele gemeenschap is per definitie klein, het beste waar we daarom op kunnen hopen is een veelheid van spirituele gemeenschappen die een soort netwerk vormen met onderlinge persoonlijke contacten. En stille, onzichtbare invloed wordt op deze manier uitgeoefend en zal hopelijk op enig moment het zwaartepunt in wereldzaken verschuiven van de conflicten tussen groepen naar de samenwerking van gemeenschappen. Als dit bereikt zou worden, als de invloed van de spirituele gemeenschap zwaarder weegt dan dat van de groep, zal de menselijkheid als geheel overgaan naar een nieuwe, hogere staat van ontwikkeling, een soort van hogere evolutie zoals ik het graag wil noemen - in wat we zelfs als ‘een vijfde periode van de menselijke geschiedenis’ kunnen beschrijven.

Het is waarschijnlijk zo’n verschuiving in de heersende waarden van de wereld die ons van uitroeiing als soort kan redden in de niet al te verre toekomst. Er zijn zeker tekenen van hoop maar er is misschien ook weinig tijd over. In deze situatie wordt het de plicht van elk denkend mens te kijken naar wat zijn/haar positie is, en naar de verantwoordelijkheid die dat meebrengt. We moeten erkennen dat het zonder twijfel de meest belangrijke kwestie is die we ooit onder ogen zullen krijgen, individueel of collectief. Het is zeker belangrijker dan een op zich zelf staande religieuze vraag, iets dat het boeddhisme aangaat in de zin van een formele of gevestigde religie. Het betreft zowel de doel als het overleven van het menselijk leven.

Hoofdstuk 21: Boeddhisme en de westerse samenleving.

Dit is een moedige titel voor zo'n kort hoofdstuk en ik ben niet van plan om dit hoofdstuk systematisch te behandelen. In plaats daarvan zal ik een volkomen subjectieve benadering nemen en mezelf baseren op mijn eigen ervaring van mijn pogingen om het boeddhisme in de westerse cultuur te introduceren.

Tijdens mijn tijd in India wende ik er aan om een eenvoudig leven te leiden binnen de context van een traditionele cultuur. Toen ik in 1964 terugkeerde naar het naoorlogse, voorspoedige Engeland vond ik een cultuur die nogal verschillend was, niet alleen van de cultuur waaraan ik gewend was, maar ook van de cultuur die ik twintig jaar daarvoor achter had gelaten. Mensen spraken anders, ze kleedden zich anders en gedroegen zich anders. Gewoonten en de moraal waren veranderd - om eerlijk te zijn, niet altijd ten goede.

En in die samenleving was al een boeddhistische aanwezigheid. Ik keerde aanvankelijk naar Engeland terug om de positie van 'inwonende monnik' in de boeddhistische Vihara in Hampstead (Londen) op me te nemen. Toen ik echter in 1967 een nieuwe boeddhistische beweging stichtte, deed ik dat met weinig van tevoren vastgelegde ideeën over hoe het boeddhisme het meest efficiënt geïntroduceerd kon worden in deze voor mij vreemde samenleving.

Mijn eerste punt van interactie was meditatie. Ik begon wekelijkse meditatielessen te geven in een kleine kelderruimte in centraal Londen. Deze plaats was, zoals ik het nu zie, erg geschikt voor mijn vroegste verkenningen in vreemd gebied, in een cultuur die toegewijd was aan waarden die grotendeels strijdig waren met die van mij. Ik moest min of meer onder de oppervlakte werken, als een ondergrondse beweging, net zo als de vroegere christenen in Rome waarvan verondersteld wordt dat ze elkaar ontmoetten in de

catacomben om zich te beschermen tegen vervolging. We zijn in het Westen erg gelukkig dat we niet het onderwerp van openlijke vervolging zijn. Maar moderne waarden welke onsympathiek naar elke vorm van religieus geloof zijn - zoals materialisme, consumerisme en relativisme - worden benadrukt in subtiele maar alomtegenwoordige manieren waardoor ze nog moeilijker te weerstaan zijn.

In deze 'ondergrondse' meditatielessen onderwees ik twee meditaties: het gewaarzijn van de ademhaling, in het Pali bekend als *anapanasati*, en de ontwikkeling van universele liefdevolle vriendelijkheid, de *metta bhavana*. Heel vlug werden de mensen die deze lessen regelmatig bezochten opmerkelijk rustiger, helderder en gelukkiger zoals te verwachten was. Er zijn veel manieren om meditatie te definiëren, maar in eenvoudige termen kunnen we zeggen dat het de geest toestaat om direct met zichzelf te werken om de kwaliteit van je bewuste ervaringen te verfijnen en om op deze manier je gehele niveau van bewustzijn te verhogen. Dit proces kan versterkt worden door verschillende indirecte methoden voor het verhogen van bewustzijn, zoals *hatha yoga*, *t'ai chi ch'uan* en vergelijkbare lichamelijke disciplines, samen met de beoefening en de waardering van de kunsten. Dus begon de integratie van het boeddhisme in de westerse samenleving met een paar leden van die samenleving die hun niveau van bewustzijn verhogen, zowel direct door meditatie als indirect door verschillende andere disciplines.

Na een paar maanden hielden we onze eerste retraite op het platteland, deze retraite duurde een week. Er waren 15 - 20 deelnemers die al regelmatig naar de wekelijkse meditatielessen gekomen waren. Op deze retraite mediteerden we samen, deden we samen verschillende devotionele rituelen en bediscussieerden we de Dharma. Sommige mensen op de retraite waren daar om hun meditatie-ervaring te verdiepen en dat gebeurde ook. Maar iedereen ontdekte dat door gewoon uit de stad te zijn, weg te zijn van de dagelijkse inspanningen van werk en thuis en in het gezelschap van andere boeddhisten te zijn, met niets anders om over te denken dan de Dharma, genoeg was om hun niveau van bewustzijn te verhogen. Hier was dus een ander punt van interactie: de omgeving

veranderen, de condities veranderen waarin men leeft. Dat wil zeggen, bewustzijn kan verhoogd worden, tot in zekere mate, door de samenleving te veranderen.

De integratie van het boeddhisme in de westerse samenleving betekent daarom de westerse samenleving veranderen. In zover als ons niveau van bewustzijn beïnvloedt wordt door externe condities, is het voor ons niet genoeg om door meditatie direct aan de geest zelf te werken. We kunnen ons niet isoleren van de samenleving of de condities negeren waarin wij en anderen leven. We moeten het gemakkelijker voor iedereen in de samenleving maken om een leven toegewijd aan de Dharma te kunnen leven. In de mate dat de westerse samenleving niet veranderd is door het boeddhisme, in die mate is het boeddhisme niet geïntegreerd in de westerse samenleving. Om de westerse samenleving te veranderen is het noodzakelijk om westerse boeddhistische instituties te creëren en westerse boeddhistische levensstijlen.

Dus besloten sommige van de mensen, die aan een paar retraites deelgenomen hadden, dat ze alles zouden doen om die retraite ervaring te verlengen. Zij startten spirituele woongemeenschappen zodat ze met andere boeddhisten samen konden wonen om meer tijd en ruimte te hebben voor hun beoefening van de Dharma en ook voor ondersteuning en aanmoediging. Sommigen van onze huidige woongemeenschappen bestaan nog uit twee of drie mensen die samenwonen; andere bestaan uit soms wel dertig mensen. Sommigen leden van de gemeenschappen hebben gewone banen zoals ieder ander, anderen werken fulltime binnen boeddhistische instituten en bedrijven. Het meest succesvolle en kenmerkende soort gemeenschap is de single-seks gemeenschap. Gemeenschappen van mannen en vrouwen die samen wonen, soms met kinderen, zijn uitgeprobeerd, maar waren nauwelijks succesvol. Zo'n regeling heeft altijd bijkomende complicaties.

Het meest karakteristieke westerse boeddhistische instituut is misschien dat wat we 'ethisch bedrijf of project' noemen. Op welke wijze je in je dagelijks levensonderhoud voorziet is iets waaraan elke boeddhist veel belang hecht. 'Juist levensonderhoud' is, zoals we

gezien hebben, de vijfde stap van het Edele Achtvoudige Pad van de Boeddha. Hier is dus de interactie met de westerse samenleving via de economie.

De manier waarop het in ons geval toevallig gebeurde was dat sommige mensen die in woongemeenschappen samenwoonden van mening waren dat ze gelukkiger zouden zijn als ze met andere boeddhisten zowel konden samenwerken als samenwonen. Dit op een team gebaseerde aspect van het werk werd een belangrijk principe van onze bedrijven. Maar het fundamentele principe van boeddhistisch werk is dat het ethisch moet zijn. Toen een aantal mensen hun gewone werk niet ethisch genoeg vonden, besloten ze om ondernemingen te creëren die dat wel waren en die daarom 'ethische bedrijven' genoemd werden. De derde factor die hielp bij het opzetten van de basis principes voor bedrijven kwam naar voren tijdens de verbouwing van een gebouw tot complex van boeddhistisch centrum en woongemeenschap in Bethnal Green in Oost Londen. De enorme hoeveelheid geld die vereist was om het werk klaar te krijgen werd niet enkel ingezameld door het aanvragen van fondsen bij vrijgevige weldoeners, hoe welkom zulke donaties ook altijd waren, maar ook door het opzetten van coöperatieve ethische bedrijven, zoals ze toen genoemd werden, die hun winsten doneerden voor de creatie van het boeddhistische centrum.

Toen zij opgericht waren, maakten ethische bedrijven vier zaken beschikbaar. Ze verschaften aan diegenen die erin werkten materiele ondersteuning, ze maakten het mogelijk dat boeddhisten met elkaar samen konden werken, zij handelden zelf in overeenstemming met boeddhistische ethische principes en ze gaven financiële ondersteuning aan boeddhistische en humanitaire activiteiten.

Over het algemeen probeert deze boeddhistische beweging condities te creëren die ondersteunend zijn voor menselijke ontwikkeling. Het doet dit op drie manieren die overeenkomen met drie centrale aspecten van het gewone menselijk leven die, over het algemeen niet ondersteunend zijn voor spirituele ontwikkeling - de traditionele familiekern, werk en activiteiten in je vrije tijd. De gedachte is om deze hoekstenen van het moderne leven te openen en radicaal te

veranderen en waar mogelijk een positiever alternatief ervoor aan te bieden.

Als eerste is de bedoeling van woongemeenschappen om een alternatief voor stagnerende relaties te bieden, in het bijzonder aan diegenen uit hechte families - of beter gezegd, uit het claustrofobische en neurotische gesloten systeem van een stel dat niet langer met elkaar communiceert, omgeven door één of twee kinderen, twee auto's, drie televisies, een hond, een kat en een grasparkiet. Als tweede is de bedoeling van ethische bedrijven of projecten om een alternatief te bieden voor geld verdienen op manieren die schadelijk zijn voor je eigen ontwikkeling en die anderen exploiteren. En ten derde geven de verschillende activiteiten die verzorgd en gestimuleerd worden door de spirituele gemeenschap, zowel diegene die direct gerelateerd zijn aan de Dharma en activiteiten die meer indirect behulpzaam zijn voor spirituele groei, ons iets positiefs te doen met onze vrije tijd. Ze geven ons een alternatief voor activiteiten welke ons hoofdzakelijk in staat stellen onze tijd te doden, om de stress op het werk of in het familieleven te vergeten en maar al te vaak om onszelf te vergeten. Deze drie dingen samen vormen de kern van de nieuwe samenleving. Zij vertegenwoordigen een transformatie van de voorwaarden die ongunstig zijn voor spirituele ontwikkeling naar condities die wel gunstig zijn.

Hoe elk project dit realiseert is afhankelijk van de individuen die erbij betrokken zijn. Van ieder van deze instituten wordt verwacht dat ze zelfstandig functioneren. Degenen die het leiden moeten hun eigen beslissingen nemen en er verantwoordelijkheid voor nemen. Tegelijkertijd, als een aspect van de ontwikkeling van deze sangha verzekeren mensen met gelijke verantwoordelijkheid voor gelijke instituten zich ervan dat zij elkaar regelmatig ontmoeten om notities uit te wisselen en elkaar te adviseren en ondersteunen.

Tijdens de eerste paar jaar van het bestaan van deze beweging gaf ik ook openbare lezingen waarin ik probeerde om de fundamentele concepten van het boeddhisme te communiceren op een zodanige manier dat het zowel begrijpelijk was voor het westerse publiek en

trouw aan de boeddhistische traditie. Dit was een ander punt van interactie met de westerse samenleving: introductie van boeddhistische ideeën in westerse intellectuele verhandelingen. Met boeddhistische ideeën bedoel ik geen dogmatische verfijningen of filosofische scherpzinnigheden. Ik bedoel ideeën die zo fundamenteel zijn dat de meeste boeddhisten ze vaak als vanzelfsprekend beschouwen en zich hun volledige omvang onvoldoende realiseren. Zo is er bijvoorbeeld het idee dat religie niet noodzakelijkerwijs een geloof in het bestaan van God, als schepper en heerser van het universum, met zich meebrengt. Een andere verwant idee is dat het voor ons mogelijk is om een ethisch leven te leiden, om het niveau van ons bewustzijn te verhogen en een transcendente realiteit te realiseren zonder de hulp van een buiten ons staande bovennatuurlijke macht te gebruiken. Als het boeddhisme geïntegreerd wil worden in de westerse samenleving zullen deze fundamentele ideeën aan alle ontwikkelde westerlingen bekend moeten zijn.

Echter, de meest belangrijke vorm van integratie, waarbuiten de andere vormen niet kunnen bestaan, is de integratie van de individuele boeddhist in de westerse samenleving. Het is uiteindelijk de individuele boeddhist die mediteert - meditatie bestaat niet in het abstracte. Het is ook de individuele boeddhist die op retraite gaat, die werkt in een ethisch bedrijf en die de fundamentele begrippen van het boeddhisme communiceert. Zonder de individuele boeddhist kan er geen integratie zijn van het boeddhisme in de westerse samenleving.

De individuele boeddhist is, zoals we gezien hebben, iemand die voor Toevlucht gaat tot de Drie Juwelen. Hij of zij doet dat niet in isolatie maar in het gezelschap van andere individuen die ook voor Toevlucht gaan. Dat wil zeggen dat hij of zij tot de sangha, of spirituele gemeenschap, in de ruimste zin behoort. Het is deze sangha, in plaats van de individuele boeddhist, die het niveau van het bewustzijn van mensen in de westerse samenleving zal verhogen, die de westerse samenleving zal veranderen door het creëren van boeddhistische sociale en economische instituten, en die fundamentele boeddhistische begrippen in westerse intellectuele

verhandelingen zal introduceren. Het is deze wijdere spirituele gemeenschap die de psychologische, sociale, economische en intellectuele integratie van het boeddhisme in de westerse samenleving zal teweegbrengen. Dit is waar de sangha echt voor is; dit is wat de sangha echt is.

Noten:

[i] Zie Sangharakshita, *The Rainbow Road,* Windhorse, Birmingham 1997, pagina 8 en verder, voor meer van deze ervaringen.

[ii] Zie Sangharakshita, *What is the Dharma,* Windhorse, Birmingham 1998, pagina 6-8, voor meer definities. Zie ook: Wat is de Dharma op www.de3juwelen.org

[iii] Canonieke referenties hiervoor kunnen worden gevonden in de *Vinaya Cullavagga* 10:5, de *Anguttara Nikaya* 8:53. Zie ook Bhikkhu Nanamoli, *The Life of the Buddha,* Buddhist Publication Society, Kandy 1992, pagina 107-108

[iv] *Alagaddupama Soetra,* Majjhima Nikaya 22.

[v] *Adhyasayasamcodana Soetra.* Geciteerd door Santideva, zie *Siksa-samyccaya,* vertaling Cecil Bendall en W.H.D. Rouse, Motilal Banarsidass, Delhi 1971, pagina 17.

[vi] Zie *Dakkhinavibhanga Soetra,* Majjhima-Nikaya 142, vers 1 en 2.

[vii] Het verhaal van de eerste toespraak van de Boeddha wordt verteld in de *Mahavagga* van de *Vinaya Pitaka.* Het wordt bijvoorbeeld aangehaald in Bikkhu Nanamoli *The Life of the Buddha,* Buddhist Publication Society, Kandy 1992, pagina 41-47.

[viii] Zie Stephen Batchelor, *The awakening of the West,* Thorsons, Londen 1995, pagina 232 e.v.

[ix] De taal van toevlucht is in het boeddhisme sinds de vroegste tijden gebruikt. Volgens de Vinaya Pitaka verklaarden de eerste twee mensen die de Boeddha na zijn Verlichting tegenkwamen: ‘We gaan voor toevlucht naar de Gezegende en de Dharma’ Zij waren twee kooplieden, Tapussa en Bhalluka geheten. Zie Nanamoli, op.cit. pagina 34. Zie ook *Dhammapada* 188-192

[x] Meer over voor Toevlucht gaan, zie Sangharakshita, *The meaning of conversion in Buddhism,* Windhorse, Birmingham 1994, hoofdstuk 1.

[xi] Je kan bijvoorbeeld gehoord hebben dat geloof in het boeddhisme niet 'blind' is maar traditioneel gebaseerd is op drie dingen: intuitie, rede en ervaring.

[xii] *Digha Nikaya 16* aangehaald in Nanamoli, op.cit, pagina 286-89

[xiii] *Samyutta-Nikaya* 3.18

[xiv] Voor een beschrijving van *pratyekabuddhas,* zie Reginald Ray, *Buddhist saints in India,* Oxford University Press, Oxford en New York 1994, hoofdstuk 7.

[xv] 'Veronderstel, monniken, een ezel volgt dicht achter een kudde koeien, denkend: ik ben ook een koe! Ik ben ook een koe! Maar hij lijkt niet op de koeien in kleur, stem of hoef. Hij volgt een kudde koeien op de voet, denkende: ik ben ook een koe! Ik ben ook een koe! Op dezelfde manier, monniken, zijn er sommige monniken, die de Orde van monniken van dichtbij volgen, denkende: ik ben ook een monnik! Ik ben ook een monnik! Maar hij heeft niet het verlangen om de training in hogere moraliteit op zich te nemen dat de andere monniken wel hebben, nog in hogere gedachten, nog in het hogere inzicht dat de andere monniken wel hebben. Hij volgt van dichtbij, denkende: ik ben ook een monnik! Ik ben ook een monnik! *Samyutta-Nikaya* 3.9.81 in *The book of Gradual Sayings, vol 1,* vertaling F.L. Woodward, Pali Tekst Society, Oxford 1995, pagina 209

[xvi] *Dhammapada* 194

[xvii] Deze regels omvatten de *pratimoksa,* opgeschreven in de Vinaya Pitaka en toegeschreven aan de Boeddha. De versies hiervan, die door verschillende boeddhistische tradities gevolgd worden, variëren lichtelijk. Zie Sangharakshita, *The Three Jewels,* Windhorse, Birmingham 1998, pagina 185-187.

[xviii] Zie *Samyutta Nikaya* hoofdstuk xxviii, sectie 1. (*The book of kindred Sayings,* deel 3, vertaald door F.L. Woodward en Mrs Rhys Davids, Pali Tekst Society Oxford, pagina186.)

[xix] Voor meer over Ananda Maitreya, zie Stephen Batchelor, *The awakening of the West,* Thorsons, Londen 1995, pagina 40-41

[xx] De Boeddha beschreef het pad naar Verlichting vaak in deze termen en volgens de Pali Canon deed hij dat vele malen tijdens de laatste dagen van zijn leven. Zie *Digha Nikaya* 16 en ook Nanamoli, op.cit., pagina 291. Voor een uiteenzetting van het drievoudige pad, zie Sangharakshita, *What is the Dharma,* Windhorse,

Birmingham 1998, hoofdstuk 10-12. Zie ook voor de Nederlandse vertaling www.de3juwelen.org

[xxi] Voor de drie stadia van wijsheid zie *Digha Nikaya* 33, en voor een uitleg, zie Sangharakshita *What is the Dharma,* op.cit. pagina 148-150. Zie voor de Nederlandse vertaling *Wat is de Dharma?* www.de3juwelen.org

[xxii] De Boeddha heeft deze viervoudige indeling vele malen gebruikt, zie bijvoorbeeld *Digha Nikaya* ii.252, zie ook Nanamoli, op.cit. pagina 162.

[xxiii] Zie Nanamoli, op.cit. pagina 162.

[xxiv] Voor informatie over het ontstaan van de Pali Canon en hoe het is ingedeeld, zie Sangharakshita, *The Eternal Legacy,* Tharpa, Londen 1985, hoofdstuk 1-7.

[xxv] Zie Sangharakshita, *The Bodhisattva Ideal,* Windhorse, Birmingham 1999, pagina 180-185.

[xxvi] Canonieke verwijzingen kunnen gevonden worden in de *Majjhima Nikaya* i.243-5 en *Digha Nikaya* iii.234.

[xxvii] In Memorium A.H.H., canto 96.

[xxviii] *Richard the Second,* act 5, scene 5.

[xxix] Marcus 2:27

[xxx] Voor meer over de drie ketenen, zie Sangharakshita *The taste of freedom,* Windhorse, Birmingham 1997, hoofdstuk 1, waarin de drie ketenen worden beschreven als gewoonte, oppervlakkigheid en vaagheid. Zie ook *De smaak van Vrijheid* www.de3juwelen.org

[xxxi] Deze meditatie werd door de Boeddha zelf onderwezen en wordt door boeddhisten van de meeste scholen beoefend. Voor een korte beschrijving, zie Sangharakshita, *What is the Dharma,* op.cit.pagina 190-92. Zie ook www.de3juwelen.org voor een Nederlandse vertaling van *What is the Dharma.*

[xxxii] Zie Georg Wilhelm Friedrich Hegel, *The philosophy of history,* Dover Publications, New York 1956.

[xxxiii] Zie Arnold J. Toynbee, *A study of history, the geneses of civilizations,* Oxford University Press, New York 1962.

[xxxiv] Zie Francis Fukuyama, *The end of history and the last man,* Avon Books, 1997.

[xxxv] Zie Karl Jaspers, *The origin and goal of history,* Routledge and Kegan Paul, Londen 1953.

[xxxvi] *The Philosophy of History,* op.cit., p. 319

[xxxvii] 'De veiligste karakterisering van de Europese filosofische traditie is dat het bestaat uit een serie voetnoten bij Plato'. A.N. Whitehead, *Process and reality,* 1929, deel 2, hoofdstuk 1.

[xxxviii] *The Philosophy of History,* op.cit. pp. 2-3.

[xxxix] *Nichiren* (1222-1282) baseert zijn lering op de Witte Lotus soetra. De bekendste en tegenwoordig meest wijd verspreidde op Nichiren Boeddhisme gebaseerde organisatie is de Soka Gakkai

[xl] Zie Sangharakshita, *The Bodhisattva Ideal,* Windhorse, Birmingham 1999, hoofdstuk 2, The awakening of the Bodhi heart.

[xli] Zie *Amitayur-Dhyana* soetra in *Buddhist Mahayana Texts,* ed. E.B.Cowell et.al., Motilal Banarsidass, Delhi 1997, p. 161-201

[xlii] Traditionele verhalen zijn hier verschillend in. In de *Majjhima Nikaya,* soetra 26, zegt de Boeddha eenvoudig dat 'hoewel mijn moeder en vader het anders wensten en met betraande gezichten huilden' hij zijn haar en baard afschoor, de kleren van een zwerver aantrok en het huis verliet. Maar andere biografieën, vooral vanuit de Mahayana, beschrijven in groot detail, zoals hier gesuggereerd, de Boeddha's met verdriet gevuld afscheid. Het is deze latere versie van het verhaal die Sir Edwin Arnold gebruikte voor zijn episch gedicht over het leven van de Boeddha: het Licht van Azië.

[xliii] Dit is wat de Boeddha, in de *Digha Nikaya 11,* 'het wonder van de instructie' noemt.

[xliv] Meer over deze manier om gewaarzijn te classificeren, zie Sangharakshita, *Vision and transformation,* Windhorse, Birmingham 1999, hoofdstuk 7, niveaus van

gewaarzijn. Voor een Nederlandse vertaling zie www.de3juwelen.org Visie en transformatie.

[xlv] Zie Dwight Goddard, *A Buddhist Bible,* Beacon Press, Boston 1970, pagina 612.

[xlvi] Jack Hirschman (ed), *Antonin Artaud Anthology,* City Lights Books, San Francisco 1965, pagina 222.

[xlvii] *Majjhima Nikaya* 36; zie ook Nanamoli op.cit., pagina 21.

[xlviii] Vladimir Nabokov in conversatie met James Mossman, *The Listener,* 23 oktober 1969.

[xlix] Voor meer over de niveaus van bewustzijn, zie Robin Cooper, *the Evolving Mind,* Windhorse, Birmingham 1996, hoofdstuk 6.

[l] Er is duidelijk ruimte om je af te vragen of deze opvatting over transcendentaal gewaarzijn niet min of meer hetzelfde is als de opvatting over een absoluut wezen. Voor meer reflecties over dit thema zie Sangharakshita, *the Bodhisattva Ideal,* op.cit. pagina 38

[li] *Bhagavad Gita,* hoofdstuk 7, vers 3

[lii] *Dhammapada* 182

[liii] *Analects* 13.3

[liv] Niet te traceren bij de uitgave van dit boek

[lv] 'Het verlangen naar een systeem: in een filosoof, moreel gesproken, een subtiele corruptie, een ziekte van het karakter; amoreel gesproken, zijn verlangen om dommer te lijken dan hij is…' Zie Walter Kaufmann, *Nietzsche, filosoof, psycholoog, antichrist,* Princeton University Press, 1975, pagina 80

[lvi] Ibid.

[lvii] Friedrich Nietzsche, *Thus spoke Zarathustra,* Penguin, Londen 1941, pagina 41

[lviii] Ibid. pagina 43

[lix] Kaufmann, op.cit pagina 151

[lx] 'Vorm geven aan je karakter, een belangrijke en zeldzame kunst! Het wordt uitgevoerd door al diegenen die al de krachten en zwakheden van hun eigen natuur zien en ze dan samenbrengen in een artistiek plan tot dat alles als kunst en rede verschijnt' zegt Kaufmann op.cit pagina 251

[lxi] Zie Kaufmann, op.cit. hoofdstuk 6

[lxii] *Dhammapada* 103

[lxiii] Zie Sangharakshita, *The Bodhisattva Ideal,* Windhorse, Birmingham 1999, hoofdstuk 2: ' The awakening of the bodhi heart'

[lxiv] Zie 'Some notes on my own poetry' in *Collected Poems,* Macmillan, London 1957, pp xv – xlvi.

[lxv] Deze gravures zijn in het British Museum te zien.

[lxvi] Sangharakshita, *The Religion of Art,* Windhorse, Glasgow 1988, p. 84-5

[lxvii] Net zoals het oog vormen ziet, het oor geluiden hoort, enzovoort, maakt de geest contact met mentale objecten: ideeën, herinneringen enzovoort. De geest wordt daarom als een zintuig aangeduid in dezelfde zin als de organen die geassocieerd worden met de vijf fysieke zintuigen.

[lxviii] Vladimir Nabakov in gesprek met James Mossman, *The Listener,* 23 oktober 1969.

[lxix] Voor een beschrijving van hoe visualisatie oefeningen werken, zie Vessantara, *meeting the Buddhas,* Windhorse, Birmingham 1993, hoofdstuk 2: The development of buddhist visualization.

[lxx] Zie het poejaboek van Triratna, op www.de3juwelen.org

[lxxi] *Digha Nikaya,* 31

[lxxii] Zie Plato, *the last days of Socrates,* Penguin, Harmondsworth 1969

[lxxiii] Cf *Udana* ii.3 and v.4

[lxxiv] Maurice Walsh (vertaling), *the Long Discourses of the Buddha,* Wisdom Publications, Boston 1995, pagina 67, 68. Zie ook Asoka uitgeverij, *de verzameling der lange leerredes,* Jansen en de Breet.

[lxxv] Majjhima-Nikaya 72

[lxxvi] 'Wat denk je, Subhuti, bestaat er een dharma 'onovertroffen volkomen ontwaken' die door de Tathagata is ontdekt, of is er een dharma door de Tathagata onderwezen?' Na deze woorden sprak de eerwaarde Subhuti het volgende tot de Verhevene: 'Zoals ik, Verhevene, de zin van het uitgesprokene begrijp, bestaat er geen enkele dharma 'onovertroffen volkomen verlichting' die door de Tathagata ontdekt is; er bestaat geen dharma die de Tathagata onderwezen heeft. En waarom? Deze dharma, die door de Tathagata ontdekt of onderwezen is, deze is ongrijpbaar, deze is onmededeelbaar; hij is geen dharma en geen niet-dharma.'

[lxxvii] Zie 'de Lankavatara soetra' in *A Buddhist Bible,* Beacon Press, Boston 1970, p. 348

[lxxviii] Een verslag van Sangharakshita's ontmoeting met Anandamayi, de verrukkelijke moeder, kan worden gevonden in *The Rainbow Road,* Windhorse, Birmingham 1997, hoofdstuk 20.

[lxxix] Dir verhaal wordt verteld in de Mahavagga van de Vinaya Pitaka en opnieuw verteld in Nanamoli, op.cit. pagina 77

[lxxx] Porphyry in *Plotinus,* vertaling A.H.Armstrong, Heinemann, London 1966, vol. 1, pagina 3, *et seq.*

[lxxxi] Digha-Nikaya 25, sectie 22

[lxxxii] Hamlet, act 1, scene 4.

[lxxxiii] De taal van verre en nabije vijanden komt uit de *Visuddhimagga,* waarin Buddhaghosa de nabije en verre vijanden van liefdevolle vriendelijkheid en mededogen identificeert. Een verre vijand is duidelijk het tegenovergestelde en schadelijk voor de positieve kwaliteit die je wil ontwikkelen. Kwaadwilligheid is dus de verre vijand van liefdevolle vriendelijkheid. Een nabije vijand lijkt genoeg op de gewenste kwaliteit om voor de positieve kwaliteit gehouden te worden. Kleverige of behoeftige genegenheid (*pema)* is dan de nabije vijand van liefdevolle

vriendelijkheid. Zie Buddhaghosa, *Visuddhimagga,* vertaling Bhikkhu Nanamoli, Buddhist Publication Society, Kandy 1991, pagina 311

[lxxxiv] *Paradise lost,* Book Five, 896-907

[lxxxv] Zie noot 41 hierboven.

[lxxxvi] *Digha-Nikaya* iii, 190.

[lxxxvii] Santideva, *the Bodhicaryavatara,* vertaald door Kate Crosby en Andrew Skilton, Oxford University Pres, Oxford 1995, hoofdstuk 8, vers 112ff.

[lxxxviii] *Digha-Nikaya* iii, 190.

[lxxxix] Zie Sangharakshita, *the Inconceivable Emancipation,* Windhorse, Birmingham 1995, pagina 51-54.

[xc] 'Zijn religie en politiek niet hetzelfde? Broederschap is religie, O demonstraties van rede die families in wreedheid en trots verdelen.' William Blake, *Jerusalem,* plaat 57, regels 10 en 11.

[xci] Voor meer over handelen vanuit macht en handelen vanuit liefde, zie Sangharakshita, *the Ten pillars of Buddhism,* Windhorse, Birmingham 1996, pagina 58-59. Vertaald als *de 10 zuilen,* zie www.de3juwelen.org

[xcii] Quote in Nanamoli, op.cit., pagina 130-132

[xciii] Zie Sangharakshita, *The ten pillars of Buddhism,* Windhorse, Birmingham 1996, pagina 68.

[xciv] *Digha-Nikaya 19*

[xcv] Zie Sangharakshita, *The ten pillars of Buddhism,* Windhorse, Birmingham 1996, pagina 60-66

[xcvi] Over Juist levensonderhoud als deel van het Achtvoudige Pad, zie Sangharakshita, *Vision and Transformation,* Windhorse, Birmingham 1999, hoofdstuk 5, *de ideale maatschappij.* Zie ook voor de Nederlandse vertaling *Visie en Transformatie,* www.de3juwelen.org

[xcvii] Deze lijst kan worden gevonden in de Anguttara-Nikaya (v177) en wordt in Nanamoli genoemd, op.cit. pagina 239

[xcviii] *Digha-Nikaya* 31, sectie 32

[xcix] *Dhammapada* 49

[c] Voor meer over het pad van visie en transformatie zie Sangharakshita, *Vision and Transformation,* Windhorse, Birmingham 1999, pagina 12-15. Zie ook voor de Nederlandse vertaling www.de3juwelen.org

[ci] Zie, bijvoorbeeld, de *Lalitavistara* in *The voice of the Buddha,* vertaling Gwendolyn Bays, Dharma Publishing, Berkeley 1983, vol.ii, pagina 570, of de *Abhiniskramana Sutra* in *The romantic legend of Sakya Buddha,* vertaling Samuel Beal, Motilal Banarsidass, Delhi 1985, (eerste publicatie 1875) pagina 237.

[cii] Huien Tsiang, in *Buddhist records of the western world,* vertaling Samuel Beal, Motilal, Banarsidass, Delhi 1981, (eerste publicatie 1884), part ii, pagina 123.

[ciii] 'Eerbied, nederigheid, tevredenheid, dankbaarheid en het steeds weer horen van de Dharma; dit is de meest gunstige prestatie.' *Mahamangala soetra* in de *Sutta Nipata* vers 265. Vertaald door H. Saddhatissa, Curzon Press, Londen 1985, pagina 29.

[civ] Uit de *Sigalaka Soetra* (ook bekend als de *Sigolavada Soetra*), *Digha Nikaya* iii.188. Uit *The long discourses of the Buddha,* vertaling Maurice Walshe, Wisdom Publications, Boston 1995, pagina 467.

[cv] *Dhammapada* 354.

[cvi] *Anguttara-Nikaya* IV.xxii.213