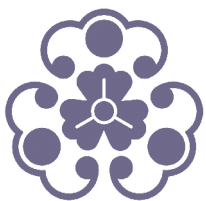


BOEDDHA BASICS

in deze serie gaat André Kalden dieper in op boeddhistische basisbegrippen



FOTO: MAODESIGN



Gering is de kans

*Moeilijk is het om als mens geboren te worden.
Moeilijk is het om als sterveling te leven.
Gering is de kans de Ware Dhamma te horen.
Geringer nog is de verschijning van Boeddha's.*

Dhammapada 182

Het menselijk lichaam als kostbaar geschenk

Het menselijk lichaam is een zeldzaam kostbaar geschenk, aldus de Boeddha. Het biedt de unieke mogelijkheid om ons naar binnen te keren en verstild te raken en zo het boeddhistisch pad van bevrijding van lijden te volgen.

Tekst: André Kalden

Wanneer we ons in de vroege boeddhistische geschriften, de Pali-soetra's, verdiepen om na te gaan hoe het lichaam van de Boeddha eruit zag, dan zouden we zomaar op het *Lakkhana Sutta* en het *Brahmāyu Sutta* kunnen stuiten. Deze soetra's leren dat Boeddha 'de tweëndertig speciale kenmerken van een groot man' had, en tachtig overige speciale kenmerken – waaronder diep blauwe ogen en lange wimpers 'als van een os' met tussen zijn wenkbrauwen wit haar, zacht als katoen. Zijn voeten hadden een volledig vlakke zool, aldus deze soetra's, en vertoonden een merkteken van een wiel met duizend spaken dat onder meer de omwenteling representeert die zijn leer tweeweg kan brengen. Met zijn zachte handen kon hij over zijn knieën wrijven zonder dat hij zich hoefde te buigen, terwijl de afstand van hand tot hand en kruin tot tenen gelijk was. Zijn hoofd had de ronding van een koninklijke tulband, de kaken van een leeuw en – zo kunnen wij lezen – hij had een mond met een regelmatige rij van maar liefst veertig witte tanden, wat acht tanden meer is dan normaal. Zijn tong was daarbij zo lang dat hij zijn oren ermee kon aanraken... Inderdaad, dat is toch een ander beeld dan wij ons op basis van, zeg, de boeddha-beelden van *Intratuin* van de Gezegende hadden voorgesteld.

Het voert hier te ver om, voorzover al mogelijk, alle symboliek rondom deze beschrijvingen te duiden, maar feit is dat sommige soetra's Boeddha's lichaam als een rareiteit omschrijven. Wie kennis van deze teksten neemt, beseft dan ook dat een deel van het onder-richt binnen de Aziatische religie die het boeddhisme in basis is, voor ons in het Westen niet relevant is of eenvoudigweg niet te

begrijpen. Tegelijkertijd is het pad tot bevrijding van lijden waar-over in de soetra's wordt verhaald wel degelijk universeel en van alle tijden.

SPECIAAL –

Dat pad is niet verkondigd door een God, maar vanuit eigen ervaring herontdekt en uiteengezet door een mens, de Boeddha. Want hoewel de Boeddha niet zomaar een man was en er ook passages zijn zoals bovenstaand beschreven, lezen we in de soetra's dat de Boeddha wel degelijk een mens van vlees en bloed was zoals wij. Eén die lichamelijk zelfs niet erg opviel. Zo verhaalt de *Dhātu-vibhanga Sutta* van een man, Pukkusati genaamd, die bij toeval in dezelfde ruimte als de Boeddha overnacht. Pukkusati vertelt zijn kamergenoot uitgebreid over de Boeddha waarnaar hij op weg is om hem voor het eerst te ontmoeten, zonder in de gaten te hebben dat degene die tegenover hem zit de Boeddha zelf is.

Elders wordt een koning beschreven die, ondanks de centrale zitplaats die de Boeddha tussen zijn monniken had ingenomen, aan de groep vroeg wie van hen de Boeddha was. Uit deze en andere verhalen blijkt dat de Boeddha uiterlijk opging in de massa en lichamelijk niet opvallend van anderen verschilde. 'Het is in dit karkas begiftigd met perceptie en geest dat ik aan de wereld (...) het pad bekend maak dat leidt tot ophouden van [het onverlichte perceptie] van de wereld,' zo vertelt de Boeddha in de *Rohitassa* ►

Sutta. De Boeddha had dus – ondanks het bestaan van teksten over zijn speciale lichamelijke kenmerken vol symboliek die wij vanuit onze hedendaagse westerse cultuur moeilijk kunnen plaatsen – een lichaam zoals wij. Het is van belang dit te onderstrepen, omdat we geen lichaam met speciale eigenschappen nodig hebben om het pad van de Boeddha te volgen en, zoals hijzelf, de verlichting te bereiken. Het hebben van een menselijk lichaam op zich is al speciaal genoeg en biedt reeds de unieke kans om het ‘zeer oude pad dat al in het verleden werd bewandeld door hen die perfect verlicht waren, zelf te bewandelen.

BLINDE SCHILDPAD –

Dat lichaam hebben we, aldus de Boeddha, pas verkregen na onnoemelijke aantallen wedergeboorten in een eindeloze cyclus van geboorte en dood in lichamen van andere levende wezens. Of we na dit leven ooit weer in een menselijk lichaam geboren worden en daarmee de kans krijgen de dharma te beoefenen, is daarbij de vraag en hangt af van ons gedrag, aldus de Boeddha. Hij waarschuwt zijn monniken voor gebrek aan besef van dit gegeven met de volgende vergelijking zoals we die in het *Bālapandita Sutta* kunnen lezen:

‘Stel je voor, monniken, dat een man een juk met slechts één gat in de oceaan gooit. En de oostelijke wind voert het westwaarts, de westelijke wind voert het oostwaarts, de noordelijke wind voert het zuidwaarts, en de zuidelijke wind voert het noordwaarts. Stel je [vervolgens] voor dat een blinde schildpad aan het einde van elke eeuw naar boven komt. Wat denken jullie: zou die blinde schildpad zijn nek in dat juk met één gat steken? ‘Mogelijk, eerwaarde heer, op een gegeven moment, aan het einde van een lange periode.’

‘Monnik, ik zeg: de blinde schildpad zal eerder zijn nek in dat juk met dat ene gat steken, dan dat een onnozele die het verkeerde pad op is gegaan, de staat van menszijn zal herkrijgen.’

Dit menszijn is volgens het boeddhisme met name zo kostbaar omdat het ons in staat stelt de cyclus van geboorte en wedergeboorte te doorbreken door onze aandacht die gewoonlijk naar buiten is gericht naar binnen te keren en zo de Boeddha in onszelf te ervaren. In een Chinese tekst die zijn biografie en onderricht bevat, het *Platform Sutra* genaamd, legt de zesde patriarch van zen, Hui-neng (638-713) uit: ‘De Boeddha is een creatie van je ware natuur. Kijk niet buiten je lichaam. Wanneer je blind bent voor je ware natuur, dan is de Boeddha een gewoon wezen. Wanneer je je bewust bent van je ware natuur, dan is een gewoon wezen de Boeddha.’ Of, zoals het *Avatamsaka Sutra* zegt over aandacht voor wat zich buiten ons lichaam bevindt: ‘Gewone mensen die dingen zien jagen enkel vormen na en realiseren zich niet dat de dingen in wezen [één en] zonder vorm zijn. Om die reden zien ze de Boeddha niet.’

NAAR BINNEN –

Door ons langdurig verstild naar binnen te leren keren kunnen we ‘de Boeddha in ons’ zien; één worden met de ‘ware natuur’. Het

lijden in ons leven verdwijnt op deze wijze door in het leven op te gaan en ermee samen te vallen waardoor als het ware alles ‘Boeddha’ wordt. De Chinese zenmeester Sheng-Yen (1930-2009) zegt hierover: ‘In deze compleetheid is er geen onderscheid – noch subject, noch object, noch de waarnemer, noch het waargenomen. Alles is boeddhanatuur en het is zo kalm als de onbeweeglijke oppervlakte van een meer.’

VERSTILLING –

De Chinese zenmeester Tan-hsia Tzu-ch’un (1064-1117) stelde negenhonderd jaar geleden al: ‘Het is tragisch, mensen zijn zo lang misleid. Zij erkennen niet dat hun eigen bewustzijn (*xin*) de ware Boeddha is (...) Zij willen naar de Boeddha zoeken, terwijl ze nog niet eens hun eigen bewustzijn willen observeren (...) Waarom zoek je er tevergeefs buiten je naar, terwijl de boeddhanatuur in je lichaam bestaat?’ Door de eeuwen heen is er niets veranderd. Net zoals de mensen die Meester Tan-hsia Tzu-ch’un in zijn tijd observeerde, zoeken we ons heil elke dag weer buiten ons en willen we in ons leven slechts beperkt aandacht aan verstillingschenken. Dagelijks een half uurtje op een kussentje zitten beschouwen we al als een hele prestatie in ons drukke leven. Aan verstillings, aan niet-presteren, komen we, kortom, moeilijk toe. Toch roept de boeddhistische leer op hier verandering in aan te brengen. Nu kan het nog. **We zitten nu nog in ons menselijk lichaam.** Of, zoals de Tibetaanse leraar Pabongka Rinpoche (1878-1941) zegt:

‘Sommige mensen zijn op dit moment in beslag genomen door hun huidige leven en denken “Ik moet beoefening betrachten”; velen hebben al het moment bereikt waarop ze spijt hebben dat ze de dharma niet in praktijk hebben gebracht. Wanneer we deze mensen zien, dan zouden we de schade moeten onderkennen die zij zichzelf met hun handelen hebben toegebracht. Wij zouden de moed moeten hebben om geen belang te hechten aan al die betekenisloze handelingen die onze beoefening van de dharma in de weg staan. We moeten de dharma beoefenen zoveel we kunnen, alvorens Yama, de heer van de dood, toeslaat.’ ❁

André Kalden (1961) beoefent het boeddhisme in de Tibetaans-boeddhistische Nyingma traditie.

Bronnen:

- Lakkhana Sutta (D 13): Walshe, M., *The Long Discourses of the Buddha*, p. 441-460
Brahmāyū Sutta (M 91): Bhikkhu Nānamoli, & Bhikkhu Bodhi, *The Middle Length Discourses of the Buddha*, p. 743-746
Dhātu-vibhanga Sutta (M 140): Bhikkhu Nānamoli, & Bhikkhu Bodhi, *The Middle Length Discourses of the Buddha*, p. 1087-1096
Verwijzing naar de koning die de Boeddha niet meteen herkent: Sāmaññaphala Sutta (D 2): Walshe, M., *The Long Discourses of the Buddha*, p. 92-93
Citaat uit de Rohitassa Sutta (S 2.36): Bhikkhu Bodhi, *The Connected Discourses of the Buddha*, p. 158. Ook te vinden in de Anguttara Nikāya (A 4.45)
Bālapandita Sutta (M 129): Bhikkhu Nānamoli, & Bhikkhu Bodhi, *The Middle Length Discourses of the Buddha*, p. 1020-1021
Citaat Platform Sutra: diverse vertalingen, o.a.: Hui-neng, *The Sixth Patriarch's Dharma Jewel Platform Sutra*, p. 189
Citaat Avatamsaka Sutra: Cleary, T., *The Flower Ornament Scripture*, p. 373
Citaat Meester Sheng-yen: Sheng-yen, *Complete Enlightenment*, p. 80
Citaat Meester Tan-hsia Tzu-ch’un (aangehaald door Meester Chinul): Buswell Jr., R., *The Collected Works of Chinul, The Korean Approach to Zen*, p. 141