

Boeddha

In het rijk van het midden

Het Boeddhisme is via India in China terecht gekomen. Welke invloed heeft het Boeddhisme op het alledaagse leven van de Chinezen?

Boeddhisme in China. Dat is een interessant verhaal, maar niet eenvoudig. Maar ja, ik zal proberen om het zo simpel mogelijk te houden. Om te beginnen moet je weten dat het boeddhisme helemaal niet van Chinese makelij is. Nee, het is import uit India. Dáár zou in het jaar 600 voor Christus een prins - Siddhartha genaamd - met het Boeddhisme zijn begonnen. Voor zover je met zoiets als het boeddhisme kunt beginnen natuurlijk?

Goed. In ieder geval bleek dat wat onze prins gezien en bedacht had méér dan de moeite waard was. Hij kreeg al snel volgelingen, en zij noemden hun prins 'de verlichte' oftewel 'Boeddha'. En ze verenigden zich. Maar wát had onze Boeddha dan gezién? Nou, hij had het licht gezien - hij had gezien hoe wij gelukkig kunnen worden. Hoe wij alle ellende uit de wereld kunnen helpen.

Boeddha: "Leven is lijden."

Bedoelt u dat het menselijke leven één en al ellende is? Dat is nou niet echt een boodschap om vrolijk van te worden. Tjonge jonge.. Wat heeft u nog meer gezien, oh grote Boeddha?

Boeddha: "Het verlangen is de oorzaak van het lijden."

Eh, denkt u dat het door ons verlangen komt, dat er zoveel pijn en verdriet is in de wereld?

Boeddha: "Ja, omdat we gehecht zijn aan dingen"

O ja natuurlijk! Want als je iets wilt wat je niet hebt, dan kun je kiezen; óf je bent ongelukkig of je zorgt dat je het krijgt. Met grote kans op herrie natuurlijk- dat wel. En als je wél hebt wat je wilt, dan komt daar vroeg of laat natuurlijk ook ellende van, want aan alles komt een eind, ook aan de dingen waar je van houdt. Dus grote Boeddha: ik snap waar u het over heeft, maar wat is de oplossing?

Boeddha: "Stop met verlangen. Wees niet langer gehecht aan de dingen."

Ja, dat is lekker makkelijk gezegd. Maar hoe dóe je dat - niet meer iets willen. Want als je wilt dat je niets meer wilt, dan wil je toch ook iets? En bovendien -oh grote Boeddha - wat zou dat voor een saai leven zijn - een leven zonder verlangen?

Boeddha: "Een leven zonder verlangen volgt als vanzelf uit het ware zien en het juiste doen. Mensen leven in het duister omdat ze leven met het idee van een eigen ik. Ja, ze geloven dat het 'ik' echt bestaat. En bovendien geloven ze dat het 'ik' het allerbelangrijkste is! Nou, ik zeg je dat het 'ik' niet bestaat. 'Ik' is een illusie. We bestaan alleen maar als deel van een groter geheel. Op zichzelf zijn wij niets."

Huh? Maar wij zijn toch allemaal iemand? Ik ben toch iemand? Een jongen, met alles d'r op en d'r aan?

Boeddha: "Beste jongen, stel je eens voor dat je een golf bent. Zie je het voor je? Nou, je denk nu vast: ik ben een stoere golf die rolt op het oppervlak van de oceaan. Maar dat is niet juist. Als golf ben je gewoon een deel van de oceaan en verschil je in niets van het water diep onder je. En om tot dat inzicht te komen - dat je als mens niets bent - kun je mediteren."

Boeddha: "Mediteren, dat is je concentreren op de leegte in jezelf. Dat is niet hetzelfde als een beetje zitten dagdromen hè - absoluut niet - het is je bewust worden van het feit dat er achter je ervaringen en meningen niets is. Je ervan bewust worden dat je geen golf bent, maar deel van de grote oceaan."

Boeddha: "Er zijn allerlei soorten meditaties - groepsmeditaties, zittend of wandelend ...Wat ook erg belangrijk is om verlichting te bereiken, is om te leven met respect voor alles wat er is. Zo is vlees eten absoluut niet goed. Dieren hebben evenveel bestaansrecht als jij."

Boeddha: "Ja, goed-doen helpt om je te bevrijden van je eigen 'ik'. Want als je goede daden verricht, en je zorgt voor anderen, dan ben je niet met jezelf bezig. Zorgen voor zieken en armen. En ook voor dieren! Vissen terugzetten in de zee bijvoorbeeld. Het komt erop neer dat je bijdraagt aan het leven. Of liever gezegd: aan de kwaliteit van al het leven op aarde."

Boeddha: "Het is goed om je leven aan mij te wijden. Ja, je verstaat me goed! Niet dat je mij moet vergoddelijken - nee, want dan zou je je aan mij gaan hechten en dat is natuurlijk ook weer niet goed - nee, maar je kunt mij wel gebruiken. Dáárvoor ben ik, om gebruikt te worden. Want ook hier geldt: het is beter om met mij bezig te zijn dan met jezelf."

Boeddha: "De dingen die ik zojuist allemaal heb gezegd, die kun je ook gewoon toepassen in het dagelijkse leven - als een levenswijze. Als je leeft volgens de gulden middenweg, dan ben ik al heel tevreden. Want ook dan zal er al meer licht zijn onder de mensen."