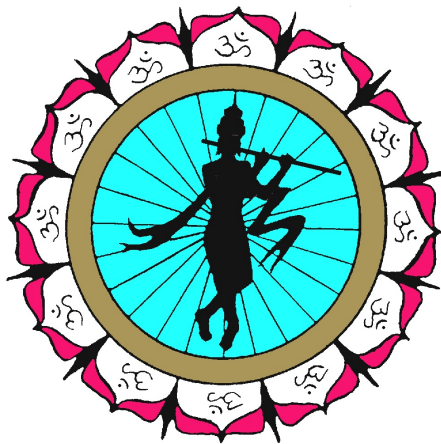


De Andere Stelsels

door
Śrī Ātma Muni



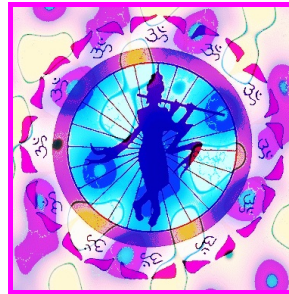
PREMAIVA SATYAM

ŚRĪ YOGEŚWARĀNANDA
YOGA MAHĀVIDYĀLAYA

VZW

Yoga-Academie
Mechelen

© eerste originele druk - 1992
© vierde druk - bewerking - 2010



INLEIDING

Bij de studie van de Yoga kunnen wij ons enkele niet onbelangrijke vragen stellen, zoals:

Waar komt Yoga vandaan?

Hoe is Yoga tot ontwikkeling gekomen?

Betreft het hier een uniek systeem dat zijn gelijke niet heeft en is het dus een exclusieve wetenschap i.v.m. de innerlijke wereld?

Wanneer we dieper ingaan op deze materie zullen we vaststellen dat er een onverbreekelijke band bestaat tussen deze drie vragen en dat de antwoorden dan ook nauw samenhangen.

Fundamenteel hangt het antwoord af van het feit of Yoga al dan niet een universeel gegeven is.

Gaan we van de veronderstelling uit dat Yoga een "toevallige" ontdekking geweest is, als gevolg van het vragende en zoekende intellectuele speuren van één of meerdere verlichte intelligenties (**Rṣi's**), dan moet het een praktisch uniek systeem zijn, dat hoogstens door "toeval", onafhankelijk, op een of andere plaats en tijd het daglicht kan gezien hebben; of dat in de loop van de geschiedens (en dan moeten vormen en namen terug te vinden zijn) andere culturen en landen beïnvloed heeft.

Al is dit laatste duidelijk het geval geweest (de invloed van Yoga is duidelijk te volgen in haar sporen, met namen en vormen - invloed zelfs van het Sanskriet! - in de verspreiding van het hindoeïsme en vooral van het boeddhisme, in

Zuidoost-Azië), toch is dit geen verklaring voor het voorkomen van stelsels en systemen met een gelijkaardige inhoud, maar met duidelijk andere namen, in zowat alle delen van de wereld en in zowat alle tijdperken van de geschiedenis ...

Conclusie: de Yoga, zoals wij die terugvinden in de Indische traditie, is zeker geen exclusief noch uniek systeem en is dus waarschijnlijk geen "toevallige" ontdekking!

Meer nog, als we vaststellen dat de innerlijke, spirituele ontwikkeling in elk afzonderlijk individu voert tot *dezelfde kennis en ervaring* en tot de ontwikkeling van *dezelfde technieken en praktijken*, los van elke vorm van traditioneel onder-richt in de gevestigde Yoga-wetenschap, dan is het duidelijk dat we hier te maken hebben met een waarde die **inherent** is **aan de menselijke psyche**. Dan is het duidelijk dat Yoga geen cultureel, aan plaats en tijd gebonden gegeven is, maar wel een **universeel beginsel**!

Laat ons nu terugkeren naar onze aanvankelijk gestelde vragen en dan de beide hypothesen, de **exclusieve** en de **universele**, met mekaar vergelijken.

1. Yoga als exclusief verschijnsel

Yoga is ontstaan in India of in een daaraan voorafgaande cultuur. In het laatste geval is India de directe erfgenaam en bewaarder van de wetenschap.

Yoga is dan het gevolg van het zoeken van één of meerdere intelligente geesten, die op een bepaalde plaats en tijd, cultureel gebonden, tot de ontdekking van deze innerlijke wetenschap zijn gekomen.

Yoga is dan bijvoorbeeld een typisch Indisch of oosters systeem dat mogelijk niets of weinig te bieden heeft voor de westerse (andere) cultuur. Yoga is dan een exclusieve en unieke wetenschap, waarvan het al dan niet bestaan geen fundamentele waarde heeft!

Eender welke vorm van Yoga draagt dan de duidelijke sporen van culturele invloed van het moederland. Dit moet dan vooral terug te vinden zijn in bena-

mingen en gevestigde theorieën. Dit is dus duidelijk het geval met de namen van de goden in het hindoeïsme zoals deze terug te vinden zijn in Indonesië en met de namen in het boeddhisme die over China tot in Japan hun sporen van verbondenheid en overerving nagelaten hebben.

2. Yoga als universeel verschijnsel

Aangezien Yoga inherent is aan de menselijke geest, ligt het voor de hand dat zij tot ontwikkeling komt zodra de conditie daartoe geschapen is. Wat wij Yoga noemen is dan potentieel aanwezig in elke mens en komt tot ontplooiing zodra de mens de geestelijke rijpheid ontwikkeld heeft die daartoe nodig is.

Dit heeft dus helemaal niets te maken met culturele gebondenheid, noch met tijd of plaats. Als universeel verschijnsel hoort Yoga thuis in alle culturen, in alle tijden en op alle plaatsen, aangezien het een wezenlijk verschijnsel is in alle mensen! Dus zeker geen sprake van oosters of westers!

Het betreft hier dan ook een essentieel en fundamenteel proces dat voert tot ervaringen en tot de ontwikkeling van technieken en van een wetenschap die levensnoodzakelijk is!

Daardoor is het vanzelfsprekend dat we overal en in alle tijden systemen, filosofieën en godsdiensten terugvinden die Yoga (los van de benaming die wel cultuurgebonden is) vertegenwoordigen. **Eigenlijk ligt Yoga aan de basis van alle godsdiensten!**

Zo heeft Yoga, onder tal van namen, zich ontwikkeld op alle continenten, in alle tijdperken van de geschiedenis. Telkens heeft Yoga zich uitgedrukt in een universele taal die aangekleed werd met de modieuze termen eigen aan het heersende milieu ...

Om maar enkele voorbeelden te geven: we vinden Yoga terug in de opvattingen van het zogenoemde "primitieve" animisme. We vinden het anders uitgedrukt in de mystisch-magische praktijken en kennis van de natuurgodsdiensten. In al de klassieke godsdiensten van Mesopotamië, Oud-Egypte, Griekenland en Rome, maar ook in de Keltische, Germaanse en Slavische culten. Wie eigen Yoga-ervaring en Yoga-kennis heeft opgedaan leest de klassieke legenden en

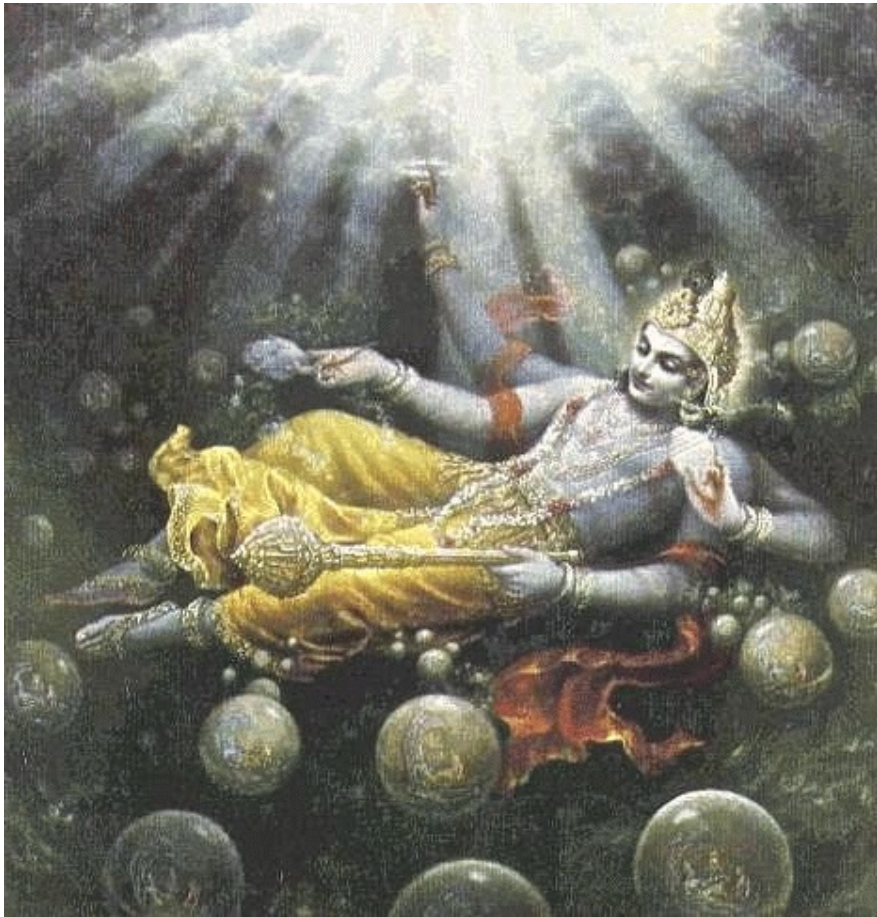
mythen met andere ogen en verbaast zich over de grote overeenstemming van de gebruikte symbolen. En vanzelfsprekend ligt de wetenschap van de Yoga aan de basis van de latere wereldgodsdiensten, waaronder het parsisme van de (Zend-)Avesta, met Zarathoestra (Zoroaster) als profeet, het jainisme van Jīna of Mahāvīra, het boeddhisme met zijn uitlopers van het Tibetaanse lamaïsme en van het Japanse zen, het taoïsme van Lao Tze en niet te vergeten het oeroude hindoeïsme waaronder het thuishoort met de naam Yoga zelf en tot slot het christendom, waarin het mogelijk het sterkst vertegenwoordigd is in de vorm van het Johannesevangelie, het Thomasevangelie, de Apocalyps (het boek der Openbaringen) en in het gnosticisme ...

Zoals je ziet, een hele boterham.

Het grasduinen in aanverwante stelsels is geen tijdverlies zoals sommigen mogen beweren. Natuurlijk is de innerlijke praktijk van de meditatie en de eigen innerlijke ervaring veruit het belangrijkste. Toch mogen we ons verstand niet op water en brood zetten. De studie van de andere stelsels kan ons helpen beter en ruimer begrip (verstandelijk) te bekomen van de wetenschap van de Yoga zoals we die hoofdzakelijk in zijn Indische vorm krijgen.

Omgekeerd was de kennis van Yoga voor mij een openbaring toen ik daarmee mijn eigen godsdienst ging bekijken. Na jaren van onvoldaan zijn in de christelijke opvoeding en schriftuur-uitlegging, werd de betekenis kinderlijk eenvoudig en duidelijk via mijn nog jonge Yogakennis en via de eigen innerlijke meditatieve ervaringen. Opeens gingen mijn ogen open en las ik de evangeliën als een "open boek". Alle schijnverklaringen, gegeven vanuit een beperkt rationeel verstand, werden in hun "onderbroek" gezet en de échte, essentiële betekenis was "glashelder" ...

In de beperkte tijdspanne die wij ter beschikking hebben is het onmogelijk uitgebreid op deze materie in te gaan. Daarom reeds een beperkte keuze: jainisme, boeddhisme. Daarvan zullen we enkel de hoofdgegevens en de belangrijkste structuren en indelingen bekijken, maar waar het mogelijk is, vooral iets van de geest en de essentie van deze stelsels, zoals ze naar voren komen in de eigen schriften ...



Mahā Viṣṇu



J
A
N
U
S
M
E

JAINISME

Ādhinātha, de eerste Tīrthānkara

De oorsprong van het jainisme verliest zich in het verre verleden en gaat volgens de legendarische overleveringen terug tot de tijd van de **veertiende** en laatste **Manu** (Noach! - zie Manvantara's of Manu-perioden)

De legendarische stichter, **Rṣabha** (Rishabha), was de zoon van **Nābhi** (één van de namen van de veertiende Manu).

Tijdens de regering van deze laatste verschenen de fruitbomen op de aarde, kwam er regelmatige regenval en ontstond de noodzaak wetten te creëren en op te leggen aan de mensheid.

Zijn naam (Nābhi) was afgeleid van het feit dat hij de mensen leerde hoe de navelstreng moest worden doorgesneden (tot zijn tijd gebeurde dit niet!).

Rṣabha's moeder, **Maru Devī**, schonk hem het leven in **Ayodhyā**, de stad waar ook **Rāma** geboren werd en waar later nog een viertal **Tīrthānkara's** (profeten) van het Jainisme zouden geboren worden ...

In dromen kreeg ze de boodschap dat haar zoon een bovennatuurlijke bestemming wachtte. Deze boodschap kwam tot haar in de vorm van **zes-tien visioenen** die de geboorte van een **Jina** (= veroveraar, overwinnaar) aankondigden. Haar dromen gingen beurtelings over (1) een witte olifant, (2) een witte stier, (3) een witte leeuw met rode schouders, (4) de godin **Lakṣmī**, (5) twee geparfumeerde kransen, waarboven zwarte bijen zoemden, (6) de volle maan, (7) de opkomende zon, (8) twee gouden vazen met gouden lotusbloemen erin, (9) vissen in een stroom van lotusbloemen, (10) een meer met water van vloeibaar goud, (11) de oceaan, (12) een troon bezet met edelstenen, (13) een hemels paleis, (14) de verblijfplaats van de

koning van de **Nāga's**, (15) een stapel juwelen en tot slot (16) een vuur zonder rook.

Bij zijn geboorte kwam de god **Indra**, vergezeld van **Sāci (Agni)**, om de Jina te verwelkomen, die vanaf zijn geboorte alle wijsheid en kennis bezat.

Ṛṣabha leerde de mensen de landbouw, handel en kunsten en bracht ze onder in drie kasten (er waren toen nog geen brahmanen of priesters).

Daarna werd hij saṃnyāsin (rondtrekkende monnik), trok zijn haar en baard bij de wortels uit en wierp al zijn kleren en juwelen weg. Zo ontstond de eerste grote sekte van de Jains, de **Digambara's** (de met-ruimte-bekleden).

Na zes maanden meditatie zonder onderbreking vernietigde hij de vier karma's die lijden veroorzaken en hij bereikte alwetendheid ... Daarna preekte hij jarenlang. Vervolgens, nadat hij de laatste bindingen had vernietigd, ging hij in tot het **Nirvāna**, tussen de twee pieken van de **Kailāsa**-berg (verblijfplaats van Heer **Śiva**).

Ṛṣabha is ook nog bekend als **Adinātha** (de eerste Heer).

De moderne wetenschap plaatst deze eerste Tīrthānkara in de oudste periode van de Indische geschiedenis, zelfs voor de Indus-cultuur!

Pārśvanātha, de drieëntwintigste Tīrthānkara

Het Jainisme kent in totaal vierentwintig (24) Tīrthānkara's of profeten. Tussen de verschillende Tīrthānkara's liggen soms onnoemelijk lange tijdsperiodes.





Pārśvanātha, de drieëntwintigste, werd geboren in Benares (**Varānasi**). Hij leefde 84.000 jaar na zijn voorganger, **Neminātha** en 246 jaar voor zijn opvolger werd geboren, **Mahāvīra**. Hij wordt geacht een incarnatie te zijn van Indra en werd geboren als de zoon van koning **Viśvasena**. Hij werd monnik op de ouderdom van dertig jaar. Op een dag toen hij mediteerde in het woud, wilde de demon **Sambara** hem doden in een overstroming. Maar de koning en de koningin van de Nāga's, die hij ooit medelijden betoond had, beschermden hem met hun mantel. Nu nog omringen ze zijn standbeelden.

Mahāvīra of Vardhamāna, de vierentwintigste en laatste Tīrthānkara

Mahāvīra was zo goed als een tijdgenoot van **Gautama Buddha**. Hij was zonder twijfel een historische persoonlijkheid en leefde in de 6e eeuw vóór onze jaartelling. Zijn geboortedatum zweeft tussen 628 en 599 vóór Christus en zijn overlijden wordt geplaatst tussen 527 en 479 vóór Christus. Zijn embryo werd gevormd in de schoot van **Devānanda** (vreugde van de goden) en vrouw van de brahmaan **Rṣabhadatta** (geschenk van Rṣabha). Maar in de hemel werd beslist de vrucht over te plaatsen naar de schoot van **Triśalā Rānī**, de vrouw van **Rāja Siddhārtha**. Men doopte hem **Vardhamāna** (die rijkdom brengt).

Zijn jeugd onderscheidde zich door een reeks wonderen. Op een dag waarop zijn vrienden gingen lopen van een slang, vocht hij daarmee en deed ze het bewustzijn verliezen. Deze gebeurtenis bezorgde hem de titel van **Mahāvīra**, de naam waaronder hij meestal bekend is.

Hij leefde twaalf jaren als ascet. Dan, in de nabijheid van een oude tempel, onder een boom, zat hij 2 ½ dag zonder te bewegen in diepe meditatie. Wanneer hij de derde dag opstond was de Verlichting volledig!

Na meer dan dertig jaar van onderrichten ging hij in Nirvāna. Hij werd een **Mukta**, een bevrijde, en een **Siddha**, een perfecte ...

De boodschap van het jainisme

Mahāvīra zowel als Buddha leefden in een tijd waarin zich grote veranderingen voltrokken. De periode van de Vedische ontwikkeling was stilaan op een dood spoor gelopen. Na het grote élan was er een periode van verstarring aangebroken, waarin de brahmanen alle macht naar zich toe getrokken hadden en godsdienst vervallen was tot louter ritueel en dode letter. Trouwens een zich steeds herhalend patroon in elke godsdienstige ontwikkeling!

Hierop kwam geleidelijk verzet, en wel uit een onverwachte hoek, namelijk uit de rangen van de **kṣatriya's**, de kaste der militairen en bestuurders (de adel).



Jain tempel

In de **vedische context** gebeurde dit reeds enige tijd met de ontwikkeling van de **Upaniṣads**. De prediking van **Buddha** was een eerder nieuwe en **onorthodoxe reactie**, die zich afzette tegen de veda's als dusdanig.

Zoals we reeds zagen was dat niet hetzelfde met Mahāvīra. Hij bracht immers geen nieuwe leer, maar was de markante sluitsteen van een oeroude leerstelling, die steeds sterk verweven was met het gedachtegoed van de veda's en die er waarschijnlijk een heel zware stempel op had gedrukt. Toch was ze ook in deze laatste versie een onorthodoxe, eigenzinnige en op sommige punten zeer originele benadering.

Juist zoals in het hindoeïsme en in het boeddhisme draait alles in het Jainisme rond de bevrijding van het **Karma**. Alleen worden andere accenten gelegd.



Satsaṅga in jain tempel

Het jainisme is niet zozeer een religie als wel een filosofie. Het bovenzinnelijke en een Opperwezen maken er geen wezenlijk deel van

uit. Wel is er een eeuwige schepping en zijn er de zielen. Het karma is de belastende band tussen de ziel en de materie, waarvan wij ons moeten vrij maken. Hier is veel gelijkenis met de Bhagavad Gītā, waaraan Mahāvīra zonder twijfel veel ontleend heeft en waarnaar hij ook verwijst ...

Eén van de grootste bijdragen aan zowel het hindoeïsme als aan het boeddhisme is de grote nadruk die gelegd wordt op **Ahimsā**, of geweldloosheid en op **Satyam** of waarheid.

Het onderscheid in deze is dat **Mahāvīra** leerde *niet te reageren* terwijl **Boeddha** aanmaande *zich van nieuwe actie te onthouden*.

De dichter J. H. Leopold schreef een mooi vierregelig gedicht dat deze twee zienswijzen knap weergeeft:

*Hoe hard het lot met kweuling U mag slaan,
wees stil, gij maakt het erger - laat begaan.
Wie duwt de golven van de zee terug?
De poging zelf doet weer een golf ontstaan.*

De eerste twee regels schetsen de "niet-reageren" houding van Jina en de laatste twee vertolken het standpunt van Boeddha. Ahimsā en onvruchtbaar karma!

Ahimsā is zo sterk aanwezig dat sommige jains steeds een doek voor de mond dragen om geen insecten (en kleine levende wezens) in te slikken. Zij hebben steeds een borstel bij zich waarmee ze de grond voor hun voeten keren als ze wandelen om te vermijden dat ze kleine insecten en andere levende wezentjes zouden doodtrappen ...

En nog een teken van hun groot respect voor het leven is het feit dat ze dierenhospitaal openhielden en -houden ...

De essentie van hun leer kan men samenvatten in de opdracht om te ontsnappen aan de banden van het karma en de daaraan gekoppelde kringloop van geboorte en dood. Deze brengen de mens vier toekomstvormen: een god worden, naar de hel gaan, herboren worden als mens of herboren worden in een lagere dierlijke vorm. De hulpmiddelen om aan de kringloop te ontsnappen noemt men de drie juwelen:

juist geloof
juiste kennis en
juist gedrag

Zij worden verklaard als volgt:



Interieur van jain tempel

Een patiënt moet vertrouwen hebben in zijn arts (in de leraar!). Hij moet het juiste geneesmiddel kennen. En tot slot moet hij het volgens het voorschrift gebruiken!

Onder juist gedrag verstaat men het volgende:

Niet doden

Niet liegen

Niet stelen

Kuisheid beoefenen en

Zich vrijmaken van gehechtheid aan uiterlijke zaken.

Anderzijds moeten we opmerken dat het jainisme meer intellectualistisch is dan het boeddhisme. Laat ons uit de veelheid van filosofische onderwerpen het begrip **anekānta vāda** of niet-eenzijdigheid toelichten. Deze opvatting verzet zich tegen de veel voorkomende opvatting van slechts één mogelijkheid, en opent aldus een weg naar tolerantie. Het best kunnen we het toelichten met een voorbeeld: De theorie omtrent het licht kende twee tegengestelde opvattingen in de achttiende eeuw:

het licht bestaat uit golven → Huyghens en

het licht bestaat uit deeltjes → Newton

Deze beide meningen zou Mahāvīra **ekānta vāda** (eenzijdigheid) genoemd hebben.

Later ontdekte de moderne natuurkunde dat beide opvattingen juist zijn (anekānta vāda).

Strekkingen en sekten

Zoals verteld bij het leven van Rṣabha, stichtte hij de oudste en meest fanatieke sekte van het jainisme: de **digambara's** of met **lucht-gekleden**. Deze lopen traditioneel helemaal naakt. Zij geloven dat een vrouw geen verlossing kan bekomen in dit leven maar eerst moet herboren worden als man. In het moderne dagelijkse leven moeten zij afstappen van deze totale naaktheid die ze als het symbool van de grootste heiligheid beschouwen.

Sommige jains geloofden dat de god Indra later een wit kleding bezorgde omdat witte stof geen hinderpaal zou vormen voor de realisatie. Zo ontstonden de **Śvetāmbara's** of de in het **wit gekleden**.

Daarnaast bestaan er nog verschillende sub-sekten, waaronder degenen die huwelijk en seks bewonderen en de noodzaak ervan verkondigen als heilsweg voor de lijdende zielen. Anderen zeggen dat de ver-doorgedreven ascese slechts bedoeld is voor de gevorderde leeftijd.

Aantal en verspreiding

De oorsprong van het jainisme moet gezocht worden in Noordwest-India. Zoals reeds gezegd van vóór de Indus-cultuur die gevestigd was in het huidige Pakistan en in het Noordwesten van het huidige India. De Tīrthankara's werden geboren in steden als Ayodhyā en Varānasī.

Vandaag vertegenwoordigen de jains $\pm 0,005$ % van de bevolking van India (deze bedraagt meer dan 1.000.000.000 mensen!). Een eenvoudige berekening leert ons dat er dus ongeveer 5.000.000 jains in India leven. Sommige bronnen houden het op het drievoud hiervan en spreken van $\pm 15.000.000$ (15 miljoen) jains.

De meeste Jains leven nu in de staat Rajasthan.

Op verschillende plaatsen zijn er nog prachtige tempels te bezichtigen, waaronder de mooiste specimen te Mount-Abu en te Ranakpur. Deze op doorgedreven verzaking ingestelde mensen hebben toch maar feeëriek tempels gebouwd, waarvan het beeldhouwwerk, overdadig, als een regen van kristaldruppels overkomt, inplaats van als gebeeldhouwd marmer!



Jain met doek voor de mond - Ahimsā

Inspirerende teksten

Aldus sprak Mahāvīra

(Uittreksels uit de heilige Schriften van de Jains)

Leef en laat leven. Bemīn allen - Dien allen.

Waar Liefde is, is Leven. Geweld (himsā) is zelfmoord.

Alle levende wezens verlangen om te leven. Geen enkele verlangt te sterven.

Heb mededogen tegenover alle levende wezens. Haat leidt naar vernietiging.

Stilte en Zelfbeheersing is geweldloosheid (Ahimsā).

Zoals ik niet van pijn houdt, zo houden alle anderen ook niet van pijn.

Een wijs mens doodt niet, noch is hij de oorzaak dat anderen doden, noch keurt hij het doden door anderen goed.

Respect voor alle levende wezens is geweldloosheid (Ahimsā).

Geweldloosheid is het hoogste Dharma (Godsdienst, Heilige Plicht).

Alle menselijke wezens zijn erbarmelijk door hun eigen onwetendheid en zij kunnen zichzelf gelukkig maken door het verwerven van juiste kennis.

De grootste dwaling van een ziel is het niet (h)erkennen van zijn werkelijke zelf en dit kan alleen maar rechtgezet worden door zijn werkelijke zelf te (h)erkennen.

Elke ziel is in zichzelf absoluut alwetend en vol zaligheid. De zaligheid komt niet van buiten.

Alle zielen zijn gelijk en goddelijk in potentie. Geen enkele is superieur of inferieur.

Er is geen afgescheiden bestaan van God. Iedereen kan goddelijkheid bereiken door zic uiterst in te spannen in de juiste richting.

Ken jezelf, (h)erken jezelf, wees geabsorbeerd door jezelf - Je zal goddelijkheid bereiken.

God is noch de Schepper, noch de Vernietiger van het universum. Hij is alleen maar de stille en alwetende waarnemer.

Iemand die, zelfs nadat hij kennis van het hele universum heeft, onaangetast en onge- hecht kan blijven, is God.

Elke ziel is onafhankelijk. Geen enkele hangt af van een andere.

Vecht met jezelf, waarom vechten met een externe vijand? Hij die zichzelf overwint door zichzelf zal geluk verkrijgen.

Een man zit op de top van een boom temidden van een brandend woud. Hij ziet alle levende wezens omkomen. Maar hij realiseert zich niet dat weldra hetzelfde lot ook hem te wachten staat. Deze man is een dwaas...

Volgende teksten komen niet uit de jain-literatuur, waarvan ons trouwens weinig bekend is in Europa (en zeker niet in vertaalde vorm).

Het zijn echter teksten uit de Hindu-literatuur die sterk op jain-invloed wijzen.

*Bejegen niemand smadelijk; draag geduldig beledigende taal;
zoek nooit, terwille van dit sterfelijk lijf, eens anderen
ondergang; drijve anderer gramschap nooit ook U tot toorn,
maar zegen wie U vloekt.*

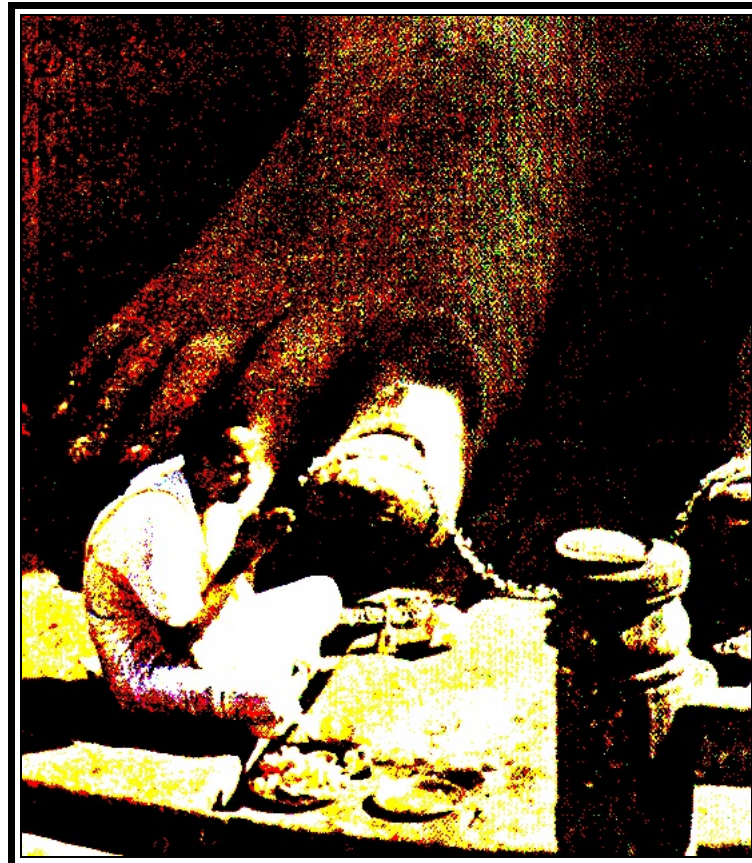
Manu

*Bedwing eens anderen gramschap door Uw kalmte;
Verwin de boze door hem goed te doen,
de vrek door mildheid, leugen door waarheid.*

Mahābhārata

*Gelijk de bij, die aan der bloemen kleur
Geen shade doet noch aan haar geur,
Maar in de vlucht haar honing gaart,
Zo toev' de wijze hier op aard.*

Dhammapāda



Jain aan de voeten van het enorme standbeeld van de heilige Gomatesvara te Sravana Belagola in de staat Karnataka (vorige foto idem)



BOOKS
FOR
SOME

BOEDDHISME

Wie is Boeddha?

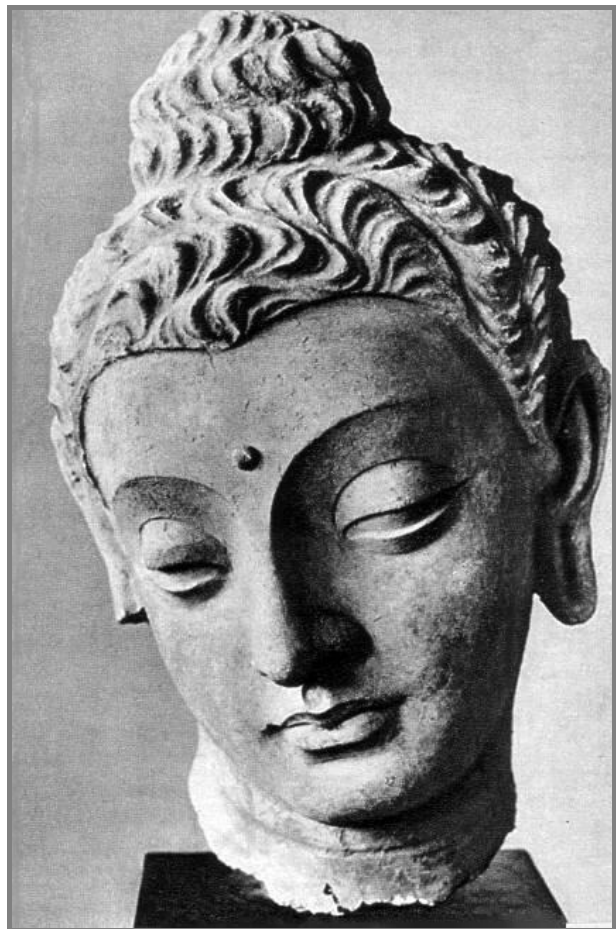
Ongetwijfeld is Boeddha een historische figuur, al zijn er, juist zoals dit het geval is met Jezus, geen echte historische "bewijzen".

Over zijn leven is waarschijnlijk meer bekend dan over dat van vele andere grote figuren uit het verleden. Maar, zoals dat meestal het geval is, werden de feiten vermengd met talloze legenden. Toch treedt uit deze mythische nevels een **reële persoonlijkheid** naar voren; een mens, gedreven door een intens verlangen om **waarachtig** te zijn en die tevens bewogen wordt door een diep **mededogen**, een diepe **vriendelijkheid en liefde**.

Boeddha's geboorte wordt geplaatst in het midden van de zesde eeuw vóór Chr. De meesten situeren het **geboortejaar rond 563 v. Chr.** en zijn **overlijden** zo'n tachtig jaar later, **rond 480 v. Chr.**

Hij werd geboren in een **Kṣatriya** familie (militairen, bestuurders), als prins **Siddhārtha Gautama** van het geslacht der **Śākya's**. Men noemde hem dan ook **Śākya Muni**.

Zijn vader was **Śuddhodana** en zijn moeder heette **Māyā**. Aan zijn vader was voorspeld dat zijn zoon een machtig heerser zou worden, of een grote wijze. Juist zoals bij de Messias-gedachte in het jodendom, waar



Boeddha (5^e eeuw, Gāndhāra-stijl)

men ook een Verlosser verwachtte in de wereldse zin, een bevrijder van het juk van de Romeinse overheersing, werd ook hier gedacht aan een grote, machtige koning. En ook hier kan men de vergelijking met het latere christendom doortrekken. Hij werd een machtig heerser, maar dan in het Rijk van de Geest!

De Legendes

I: De geboorte

Zoals de Jezus-legenden omgeven zijn met wonderverhalen en voorspellingen (denk maar aan de boodschap van de engel aan Maria, de overschaduwning door de Heilige Geest, de voorkennis van Maria's nicht, Elisabeth, de verschijning van de ster, enz.) zo zijn ook hier al deze ingrediënten aanwezig.

Zijn moeder, Māyā, leefde voor zijn ontvanging 32 maanden in volstrekte ascese. Ze was dus nog steeds **maagd**. Vervolgens kreeg ze een visioen, *waarin een jonge, witte olifant met zes slagstanden bij haar in de rechterzijde binnendrong. De moeder wordt beschreven als een "volmaakte" vrouw, "vrij van de tekortkomingen van haar geslacht", van een volkomen lichamelijke schoonheid, met een vriendelijk en glimlachend gezicht.*

Na 10 maanden in de moederschoot verbleven te hebben kondigen tal van wonderen de nakende geboorte aan: *er valt een diepe stilte over de natuur, er is geen wind en in de rivieren staat het water stil en stroomt niet. Ook brandt geen enkel vuur. Alle werkzaamheden stoppen in het hele land en uit de Himālaya's dalen jonge leeuwen af naar de stad en vlijen zich, zonder iemand kwaad te doen, vreedzaam neer voor de deuren.*

Dan weet de koningin dat haar tijd gekomen is. Met een prachtig gevolg trekt ze naar de lusttuinen van **Lumbini**, enkele kilometers verwijderd van de hoofdstad, **Kapilavastu**. *Terwijl ze staande, in een serene houding opkijkt naar de hemel, en terwijl haar rechterarm uitgestrekt naar een twijgje grijpt, treedt de Bodhisattva uit haar rechterzijde naar buiten...*

De goden zijn er als eerste bij om de nieuwgeborene alle eer te betuigen!

Tot zover een samenvatting van de vermenging van mythe en werkelijkheid.

Het zou ons te ver voeren om de hele "geschiedenis" te willen weergeven in deze korte cursus. Wat we echter kunnen distilleren is:

Er werd een belangrijk en groot personage geboren. Zoals wij uit onze eigen spirituele ervaring kunnen weten, worden ingrijpende gebeurtenissen in het (ons) leven dikwijls vooraf aangekondigd in visioenen en/of meditatieve ervaringen. Dat is de werkelijkheid, ontdaan van de franjes der legenden. Maar niet minder "wonderbaarlijk". Het was een persoon die voorbestemd was (begenadigd, getalenteerd) om ingrijpende dingen te presteren in het veld van de geest (zoals er ook geboren musici zijn!).

II: Boeddha's Jeugd

Hij groeide beschermd op in het paleis van zijn ouders en werd ver gehouden van alle miserie buiten de paleismuren. Zijn moeder stierf een week na zijn geboorte en haar taak werd overgenomen door haar zuster, Śuddhodana's tweede vrouw.

Alhoewel hij een geborgen leven leidde (zijn vader probeerde te voorkomen dat hij, zoals voorspeld, zou kiezen voor een ascetisch leven) was hij een actieve jongeling, die zijn tijd niet ijdel verdeed. Hij werd wel gemeden door de anderen omwille van zijn instelling en omdat de ridderlijke mentaliteit van zijn omgeving hem beschouwde als een slappeling en een lafaard.

Toch won hij in een toernooi, zoals dat toen gebruikelijk was, zijn jonge bruid: **Gopā Yaśodhara**, waarvan hij een zoon had: **Rāhula**. Indien de legenden hier de waarheid zouden vertellen dan had hij nog 84.000 vrouwen en een leger van kinderen! Vanzelfsprekend wil dit enkel zeggen dat **Boeddha** leefde temidden van de verlokkingen der zinnen...

III: Zijn Bestemming voltrekt zich

Op een dag reed Boeddha in zijn gouden rijtuig, bestuurd door zijn koetsier, door de tuinen. Hij wenste een andere weg te nemen en zo kwam hij voor 't eerst in aanraking met de miserie-zijde van het leven: hij ontmoette een tachtigjarige man, gebogen onder de last van ouderdom en zwakte.

"Waarom lijdt die man zo erg?" vroeg Siddhārtha aan de wagenmenner.
"Zo is het leven, mijn Heer." antwoordde deze naar waarheid.

Vervolgens ontmoette Boeddha een zieke man die pijn leed en weer wat later zag hij een begrafenisstoet. Dit alles maakte hem zeer bedroefd.

Ten slotte zag hij magere asceet met gerafelde kleren maar met een serene uitdrukking op zijn gezicht. Met een schok ontdekte hij wat zijn bestemming was: hij zou een antwoord zoeken op de vraag hoe men het lijden kan overwinnen...

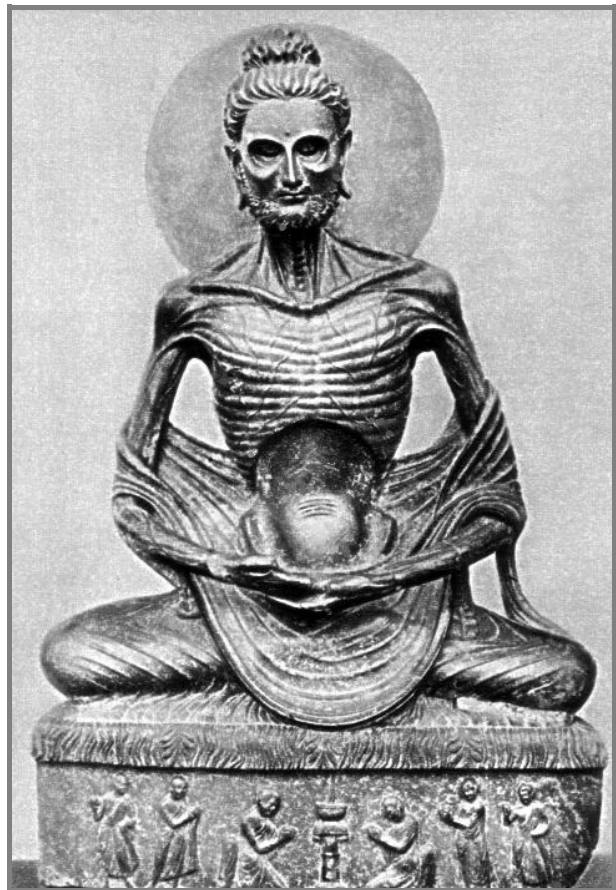
Hij keerde terug naar zijn paleis waar juist de geboorte van zijn zoon Rāhula werd gevierd.

's Nachts, toen iedereen, zijn vrouw, de dienaren, de gasten, de dansmeisjes en zijn minnaressen, sliepen, lag hij wakker en ijsbeerde door het paleis, denkend aan de ijdelheid van alle wereldse genoegens.

Hij wekte zijn vader en verzocht hem om de toestemming in de leer te mogen gaan bij de meesters van de **Sāṃkhya**. Hij nam afscheid van zijn slapende vrouw en van zijn pasgeboren zoontje en verliet, in gezelschap van zijn wagenmenner en trouwe dienaar, **Chanda** (Channa in het **Pali**, de taal van de boeddhistische schrift). Hij was toen 29 jaar.

Toen hij het woud bereikt had nam hij zijn zwaard, sneed zijn haren af en gaf ze terug mee met Chanda. Hij verwisselde zijn prinselijke gewaden voor de vodden van een bedelaar en begon vervuld van vervoering en verwachting aan zijn weg naar verlossing.

..



Boeddha tijdens zes jaren strenge ascese

Jaren studeerde hij bij de beroemdste leermeesters, maar kon geen vrede vinden. Hij ging door perioden van grote uitersten en verregaande ascese, maar ook daar vond hij geen oplossing. Tot hij, 36 jaar oud, zittend onder een **aśvattha-boom** (vijgenboom) tot de diepste meditatie doordrong en alles hem Licht werd. Ondanks de zware beproevingen en bezoeken door Māra, de boze. Hij was diep doordrongen van het feit dat alle lijden wortelt in de **begeerte**. Eens alle begeerten en verlangens afgelegd, komt men tot rust en diepe vrede en doorziet men de oorzaak van alle verlangens en begeerten, namelijk de **Waan** of de **Dwaling**. Dit laatste is een duidelijk synoniem voor het Semitische en dus ook Christelijke begrip van **Zonde** en het Yogische begrip **Avidyā**, zoals dat benaderd wordt in de **Yoga Sūtra** van Śrī Patañjali.



Mediterende Boeddha - museum Sarnath

De Boodschap van het Boeddhisme

De fundamentele boodschap van Boeddha luidt als volgt:

"Sabbe sankhara dukkha", (Pāli) of:
"Alle samengestelde dingen zijn duḥkha (lijden)".

"Eén ding leer ik", zei Boeddha, **"duḥkha en het einde van duḥkha"...**

En dan verklaart hij nader:

Geboorte is lijden,

**Vergaan (oud worden!) is lijden,
Ziekte is lijden,
Dood is lijden,
Vereniging met het onaangename is lijden,
Scheiding van het aangename is lijden.**

We zien dat deze gedachtegang helemaal niet uniek is, zoals trouwens ook die van Christus dat niet was. Maar de vormgeving, geplaatst in deze context, is wèl uniek...

Als we het allemaal op een rijtje zetten krijgen we volgende essentie:

a: "Samengestelde dingen" zijn lijden. 'Samengestelde dingen' betekent met andere woorden: veelheid, of de wereld der verschijnselen.

b: De oorzaak van het lijden ligt in de **begeerte!** De altijddurende toestand van ontevreden zijn. Begeerte zelf is immers de directe uiting van ontevredenheid, onvoldaan zijn, ongelukkig zijn... Boeddha beschouwt begeerte als *een tekort aan dharma*.

c: De oorzaak van de begeerte ligt in de **waan!**

Het geheel biedt ons een meer eenvoudige voorstelling van de leer van de **kleśa's**, waar *waan* vertaald wordt als **avidyā** (= onwetendheid). In de **Vedānta** heet het **māyā** (= begoocheling, illusie).

d: De Weg van de Verlossing gaat langs het **opheffen van de Waan**, waardoor de begeerte opgeheven wordt en zo wordt het lijden overwonnen...

Een andere manier om het te bekijken is: Dharma is synoniem van Waarheid en deze laatste vernietigt de Waan! Zei Jezus niet: "De Waarheid zal U vrijmaken"?

Kijk maar naar de overeenstemming in de twee onderscheiden religies: Jezus zegt: "Ik ben de Weg, de Waarheid en het Leven". De Boeddhistische belijdenis zegt: "De Waarheid is Boeddha en Boeddha is Waarheid. Geprezen zij Boeddha!"

Aan de basis van dit alles ligt een grondig inzicht in **dharma en karma**.

Daarom leerde Boeddha dat men de **"Weg van het Midden"** moet volgen om aldus de uitersten te vermijden.

Deze Weg bestaat uit het **achtvoudige pad** (!).

Juist inzicht
Juist besluit
Juist woord
Juiste daad
Juist leven
Juist streven
Juist denken
Juiste meditatie

Het is duidelijk dat hierdoor een sterk accent gelegd wordt op het **ascetische leven** (opnieuw een duidelijke overeenkomst met het oorspronkelijke christendom!)

Het boeddhisme startte dan ook als een monnikenbeweging (de saṅga), of de echte en hechte gemeenschap van de volgelingen van de weg. (Vergelijk opnieuw met het christendom: de **kerk**, wat eveneens *gemeenschap* betekent!)

Wie aldus leeft overstijgt het lijden en gaat in tot het **Nirvāna**. Dit laatste betekent letterlijk: **neer-waaien, uitblazen, uitdoven!** Het is de aanduiding van een toestand waarin **alle begeren is uitgedoofd** en dus **alle lijden is verdwenen...**

Een andere belangrijke eigenschap van Boeddha's leer is dat hij duidelijk maakt dat men het geheel niet met het verstand kan begrijpen.

In zijn grote redevoering: "Wat is Nirvāna?" probeert hij verschillende dwalingen uit de weg te ruimen.

1. Nirvāna is niet "slechts" de opheffing van het lijden! Dit is de *negatieve* visie op het Nirvāna die bijvoorbeeld graag door christelijke missionarissen beklemtoond werd en wordt! Boeddha's Nirvāna is in wezen **positief**.

2. Nirvāna is niet dualistisch! Te veel filosofen hebben een rationeel beeld opgehangen van het Nirvāna. Boeddha zegt dat de geleerden en filosofen blijven hangen in het dualisme omdat ze "*met hun hoofd denken in plaats van met hun hart!*"

3. Nirvāna is niet egoïstisch of egocentrisch! Diegenen die Nirvāna ervaren als hun eigen verlossing alleen, blijven daardoor gebonden aan dit bestaan.

Nirvāna is een bewustzijnstoestand die totaal buiten alle tegenstellingen valt, vervuld is van Liefde en alle wezens ten goede komt.

Situering van het Boeddhisme:

Zoals reeds vermeld startte Boeddha zijn leerproces bij de aanhangers van de toenmalig sterkste Hindoe-doctrine, de **Sāṃkhya darśana**. Het was een tijd van gisting en verandering. Een tijd van vragen en zoeken naar de diepere waarheden. Een tijd van reactie tegen het verstarde ritualisme van het brahmanisme (de term die men gebruikt voor de voorloper van het huidige hindoeïsme).

Het is tevens waarschijnlijk dat Boeddha eveneens in de leer ging bij de meesters van het Jaïnisme, dat toen juist zijn nieuwe impuls ontving van Mahāvīra. Een feit is dat Boeddha zelf een kṣatriya was van geboorte, en aldus een Hindoe.

Wij kunnen weer de vergelijking trekken met het christendom: Christus was een jood, en zijn onderricht was niet bedoeld om een nieuwe godsdienst te brengen, maar om het jodendom te zuiveren van de verstarring en het ritualisme van zijn tijd. Het jodendom wees zijn onderricht af en zo ontstond een nieuwe godsdienst!

Boeddha was een Hindoe waarvan het onderricht niet bedoeld was om een nieuwe godsdienst te brengen maar om de verstarde, vertekende leerstellingen te zuiveren en op een realistische manier te herstellen. Het hindoeïsme heeft het niet volledig aanvaard en het naar de marge verwezen. Zo ontstond een nieuwe godsdienst!

Strekkingen en sekten:

A: Theravada of Hīnayāna:

Naast al de parallellen met het christendom die reeds aangehaald werden kunnen we nog verwijzen naar de eerste geschiedenis van de bewegingen.

De jonge kerk kende al vlug concilies en schisma's of afscheuringen.

De jonge saṃga kende eveneens vlug concilies en schisma's of afscheuringen!

Het eerste boeddhistische concilie vond plaats kort na Boeddha's dood, te Rājagṛha. Vijfhonderd monniken namen eraan deel. Honderd jaar later vond het tweede concilie plaats te Vaiśālī. Daar kon men reeds geen eensgezindheid meer bereiken! Het waren echter nog geen dogmatische verschillen, maar eerder onenigheden op het disciplinaire vlak. Er vond een scheuring plaats in twee groepen: de Mahāsaṃghika's en de Sthaviravādins, of de aanhangers van de "Grote Gemeenschap" en de aanhangers van de "Leer der Ouden".

Zeer belangrijk is dan het **derde concilie** van de Sthaviravādins te **Pāṭaliputra**, onder de bescherming van keizer **Aśoka**. Op dit concilie werd de boeddhistische canon (de **Tripitaka**) vastgelegd in drie delen:

1. Vinayaṭṭaka: leer van de discipline en voorschriften voor het kloosterleven.
2. Sūtraṭṭaka: verklaring van Boeddha's leer met de sermoenen
3. Abhidharmaṭṭaka: de metafysica.

Op dit concilie werden ook beslissingen genomen op gebied van het missiewerk en tot de universele verspreiding, door de bekering van Śrī Lankā, nog steeds een boeddhistisch bolwerk. Er werden zelfs gezanten gestuurd naar Macedonië, Syrië en Egypte...

Heel deze beweging zal later bekend worden als **Hīnayāna**, of het "**Kleine Voertuig**", ook nog kleinerend het "**Mindere Pad**" genoemd. Deze naam werd gegeven door de latere aanhangers van het **Mahāyāna**, het "**Grote Pad**" of het "**Betere Pad**".

B: Mahāyāna:

Onder bescherming van vorst **Kaniska** vond rond 100 na Chr. het vierde concilie plaats te Jālandhara. Rond deze tijd vond een verandering plaats in het boeddhisme onder invloed van de Bhakti-doctrine en door de aanraking met andere godsdiensten.

Eveneens door de socialisering van de beweging; door de grotere massa-beweging, die automatisch een vervlakking inhield.

Boeddha had de brahmaanse goden afgezworen en ontzenuwd, maar het pantheon drong terug door. De leer werd meer religieus, mythisch en esoterisch. Het accent verplaatst zich (niet ten onrechte!) van persoonlijke heiliging naar altruïstische opoffering voor het heil van iedereen.

Het ideaal wordt verpersoonlijkt in de **bodhisattva** (diegene wiens essentie perfecte kennis is). Het is de nieuwe Boeddha, die, op de drempel van het Nirvāna staande, niet de ultieme stap zet van volledige zelfbevrijding, maar die beslist terug te keren om degenen te verlossen die nog gebukt gaan onder de invloed van de "illusie", van de waan.

C: Vajrayāna of Mantrayāna:

Ontstaan uit het Mahāyāna rond de zesde eeuw.

De regels van rituelen en ceremoniën die gebruikelijk waren, werden bijeengebracht in verzamelingen die men **tantra's** noemde. Yoga veroverde een meer vooraanstaande plaats (al is de invloed van yoga en zijn meditatiepraktijken in het oorspronkelijke boeddhisme van essentieel belang!) Ook het overgeleverde gebruik van **mantra's** als magische krachtwoorden om tot het Brahman door te dringen komt op de voorgrond. Zo groeit er een magisch-ritueel boeddhisme, met een wereld van niet alleen goden, maar eveneens een veelheid van demonen. Deze hele ontwikkeling sluit nauw aan bij de Tibetaanse praktijken en zo ontstond het **Vajrayāna** of **Diamanten voertuig**. Dit werd ook het **Tantrische Voertuig** genoemd of ook nog het **Mantrayāna** of **Ritueel Voertuig**. De twee vrouwen die het Tibetaanse koninklijke hof bekeerden, een Nepalese en een Chinese, werden later vergoddelijkt als de **Groene Tāra** en de **Witte Tāra**, beschermsters van Tibet.

Enkele belangrijke figuren uit deze strekking zijn, de monnik **Padma Sambhava**, en veel later, de religieus-politieke figuur van **Tsong Ka-Pa** (1358-1419), die verantwoordelijk is voor de hervorming van het monnikenwezen in twee groepen. Enerzijds waren er de **Gele Hoeden** (monniken van de rechterhand, die niet mochten trouwen), en anderzijds de **Rode Hoeden**, monniken van de linkerhand, die wel mochten trouwen).

D: Zen:

Het boeddhisme verspreidde zich over heel zuidoost Azië. Het bereikte Japan, via de lange omweg in ruimte en tijd, van uit China. De naam Zen is afgeleid van het Sanskrietwoord *dhyāna* of meditatie.

Het ontwikkelde specifieke methoden die het bijna tot weer een nieuwe godsdienst maakten. Maar Zen is in zijn essentiële benadering een systeem dat heel dicht bij het oerboeddhisme aansluit. Was Boedha zelf echter heel

rationeel in zijn onderrichtingen (waarin hij de beperkingen van het rationele onderwees!), dan is Zen in de meeste van zijn benaderingen typisch a-rationeel. Dit laatste maakt de charme uit van de talloze, schijnbaar absurde, zenverhalen...



Boeddha van Kamakura in Japan

Over Boeddha's kennis:

De menselijke realiteit van Boedha komt sterk naar voren in al zijn bewaarde onderrichtingen. Niemand beweert dat deze allemaal letterlijk uitspraken van hem zijn. Maar het patroon dat aanwezig is toont ons duidelijk de **menselijke persoonlijkheid** van Boedha. Na lezing van enkele van zijn sermoenen heeft men de indruk hem te kennen als een mens van vlees en bloed; zoals men zijn burens of vrienden kent!

Waar haalde deze mens zijn diepgaande en diepe kennis vandaan?

Zoals in al deze gevallen kan men spreken van **openbaring**. Bekomen in de diepste meditatie. Als hart en geest éénpuntig gericht zijn op Waarheid.

Sommige boeddhistische schrijvers komen de christelijke missionarissen te hulp als zij zeggen dat het boeddhisme *niet op openbaring* is gegrondvest, maar wel op de *inspanningen van de mens* Boedha. Dit zal wel eeuwig een twistpunt

blijven, omdat er een schijnbaar onoverbrugbare kloof is tussen de mystici en de rationalisten, die spreken vanuit totaal verschillende werkelijkheden!

Een feit is dat Boeddha zich beroept op de kennis die hij verkreeg via de meditatie.

"Ik heb aan jullie zoveel kennis geopenbaard als er bladeren aan een boom zijn. Aan mij is echter zoveel geopenbaard als er bladeren zijn in een heel bos."

Is dit grootspraak? Of had hij een enorme kennis-erfenis van de brahmanen? Of - even speculatief - had hij op een of andere manier de kennis overgeërfd van een oude, volmaakte beschaving? Of... kwam hij mogelijk van een andere planeet?

Dit laatste wordt gezegd over zijn tijdgenoot Mahāvīra! En heel het geboorteverhaal uit de evangeliën en de overlevering doet sommigen (of velen) hetzelfde denken over Christus. Wij kennen de bijbelverhalen die in die richting wijzen. Eliah, de profeet, werd levend in een vurige wagen meegevoerd "naar de hemel". Ezechiël had zijn "visioenen" van een goddelijk voertuig waarmee hij opsteeg en de aarde van in de hoogte zag...

Boeddha zegde: *"Ik heb gereisd in de hemelen die de aarde omgeven en ik heb andere werelden bezocht"*. Was dit beeldspraak? Een mythische symboliek? Of een realistische vaststelling?

Het antwoord is onbestaande!

Inspirerende teksten:

Het is onbegonnen een zinvolle keuze te maken uit de overvloed van de boeddhistische schrift. Het zal dan maar een greep zijn uit de grabbelton. Toch zullen zelfs de weinige aanhalingen voor zichzelf spreken en de geest van Boeddha onthullen in al zijn grootheid.

Over Nirvāna:

"Nirvāna, Nirvāna, zo zegt men, vriend Sariputta. Maar wat is nu Nirvāna?"

“Het einde van de begeerte, het einde van de haat, het einde van de waan.

Dat, mijn vriend, noemt men Nirvāna”.

“Heiligheid, Heiligheid, zo zegt men, vriend Sariputta. Maar wat is nu Heiligheid?”

“Het einde van de begeerte, het einde van de haat, het einde van de waan.

Dat, mijn vriend, noemt men Heiligheid.”

Hier volgt het ontroerende verhaal van **Kṛṣṇa Gautamī**, die haar enig kind verloren had en op zoek ging naar hulp bij wijzen en heiligen. Boeddha wist haar geest te openen en haar tot inzicht te brengen betreffende de vergankelijkheid van alles. Hij wees haar de weg naar verlossing. Het verhaal werd omgezet in dichtvorm door Bernard Raimond.

HET MOSTERDZAAD

*Het kind was koud en stijf
Kṛṣṇa Gautamī zag het knaapje rusten,
maar niets verroerde aan zijn lijf,
als ze zijn naam riep en hem kuste.*

*Ze nam het knaapje aan haar hart,
en ging van vriend tot vriend,
Ze spraken woorden voor haar smart,
en weenden om het kind.*

*Maar geen van hen bezat een kruid
om 't kindje te genezen.
Alleen een bedelmonnik duidt
haar op het Verlichte Wezen.*

En Boeddha

*spreekt: "Gij zult alleen
een mosterdzaad me beuren,
geplant in 't huis, van wie geen één
verwant of slaaf betreuren."*

*Ze gaat op zoek naar 't medicijn,
alom is iemand dood.
't Getal der levenden is klein,
dat der gestorvenen is groot.*

*Zo keert ze tot de Boeddha weer,
"Hebt ge uw mosterdzaad?"
Ze zegt alleen: "Dat kruid, o Heer,
is iets wat niet bestaat."*

*Toen sprak hij haar ook van zijn leer,
't vergankelijke der dingen.
Ze legde zich bij 't noodlot neer,
en werd een volgeling.*

Volgende teksten komen uit de **Dhammapada** (Dharmapāda).

*Al wat verschijnt, komt uit het denken; het is geboren uit denken,
gevormd uit denken. Als iemand spreekt of handelt met kwade gedachte,
volgt smart hem na als 't wiel de poten van de os die trekt.*

*Al wat verschijnt, komt uit het denken; het is geboren uit denken,
gevormd uit denken. Als iemand spreekt of handelt met goede gedachte,
volgt hem 't geluk als schaduw op de voet.*

*"Hij beschimpte mij, trof mij, versloeg mij, beroofde mij," in hen,
die zulke gedachten huisvesten, eindigt de haat nooit.*

*"Hij beschimpte mij, trof mij, versloeg mij, beroofde mij," in hen,
die zulke gedachten niet huisvesten, eindigt de haat.*

*Want haat eindigt nooit door haat; haat eindigt door liefde, dat is
de eeuwige wet.*

Zoals ge ziet is ook hier de boodschap van liefde aanwezig.

*De boosdoener treurt in deze wereld en hij treurt in de volgende;
hij treurt in beide. Hij treurt en lijdt, wanneer hij 't kwade ziet, dat
komt uit eigen werk.*

De goede geniet in deze wereld en hij geniet in de volgende; hij geniet in beide. Hij geniet en verblijdt zich, als hij de reinheid ziet van eigen werk.

Tot slot een gedicht van mezelf, geschreven in 1959, het jaar waarin de Dalai Lama vluchtte uit Tibet.

NIRVĀNA

Atma Muni

*De Boeddha sprak, Zijn wijze woorden
daalden neer en schiepen rust;
zweefden voort tot verre oorden
en de mens werd Zelfbewust.*

*Zalvend klonk Zijn stem aan d' oren
over onbegrensde dorst;
hoe eenieder naar behoren
dan zijn deel van 't lijden torst.*

*En Hij leerde van 't Nirvāna
en het achtvoudige pad;
over cakra en van prāṇa
en het Inzicht dat Hij had.
Maar 't voornaamste dat Hij leerde:
't lijden kwam tot wie begeerde...*

Tot Slot:

De historische Boeddha heette Siddhārtha, uit de familie Gautama van de Śākya-clan.

Toen hij asceet werd, werd hij Śākyamuni (de wijze van de Śākya) genoemd. Andere namen die men hem gaf waren, Bhagavān (hij die geluk bezit), of Jina (de overwinnaar), of Tathāgata (hij die gekomen is, de vervolmaakte).

Toen hij de staat van verlichting (bodhi) bereikte werd hij de Boeddha.

Men noemt hem ook nog vergoddelijkt Maitreya (de vriendelijke, de genadevolle).

Maar wie hij werkelijk was weten we niet!

Weten we eigenlijk wel wat zijn boodschap was? Is die nog te ontrafelen onder al het verdichtsel en al de interpretaties?

Ik laat het slotwoord aan Gabriele Mandel Sugana:

Wie was Boeddha dan wel? Wat was zijn boodschap?

Hij heeft ons een denkwijze nagelaten, die gebaseerd is op wetenschappelijke kennis, waarvan wij de bronnen niet kennen, en hij werd het hoofd van een religie die hij niet gesticht heeft.

Het is echter zeker dat hij heeft geleefd, en de geschiedenis heeft het bewezen, hoewel Boeddha zelf leerde hoe vals historische bewijzen kunnen zijn.

*Vóórdat filosofen van zijn leer bezit namen en hem met hun verhelderingen obscuur maakten,
vóórdat het menselijke verlangen naar immanentie hem tot een god verhief,
vóórdat de drang naar het mystieke zijn handelingen voor ons verborg onder de mantel van wonderen en van symbolen,
waren wij in staat over de man zelf na te denken.*

Maar hij heeft deze situatie voorzien en gezegd:

*"Laat de leerstellingen die jullie zelf overwegen,
tot rust leiden en niet tot hartstocht,
tot onbezorgdheid en niet tot egoïsme,
tot soberheid en niet tot hebzucht,
tot tevredenheid en niet tot ontevredenheid,
tot eenzaamheid en niet tot veelheid,
tot energie en niet tot traagheid,
tot vreugde in goedheid en niet in het kwaad.
Dit is de weg, de discipline en de boodschap van de Boeddha."*

Voor de grote massa voorzag zijn woord in een morele aanmoediging; en voor de intellectuelen in een uitnodiging om tot de ethische en wetenschappelijke kennis door te dringen.

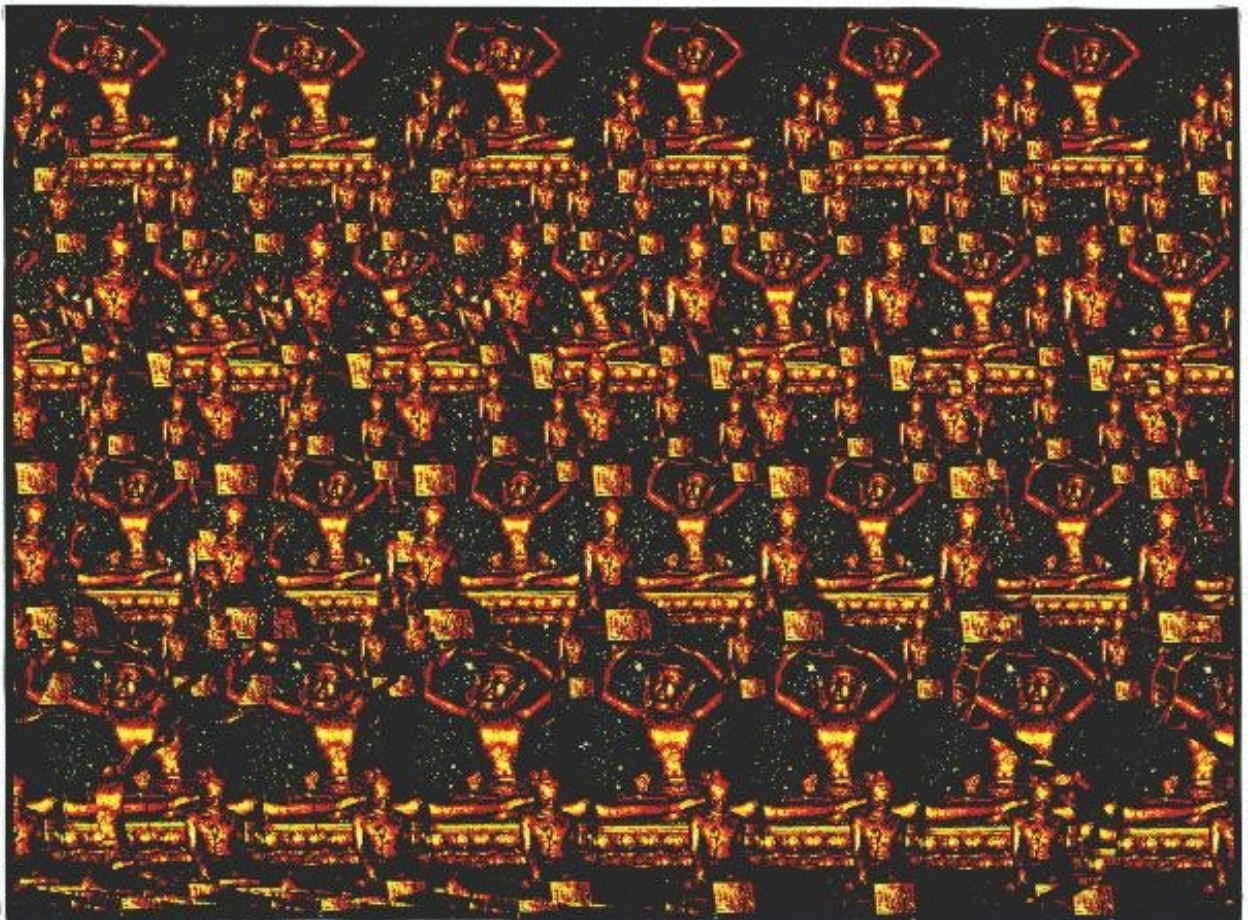


Boeddha in meditatie

**Alles is vergankelijk!
"Er komt een dag
dat zelfs de zon geblust zal zijn",
voorspelde Boeddha.**



Liggend op zijn rechterzijde gaat hij in tot het Mahā Nirvāna - Ajanta



BIJLAGEN



LE JAÏNISME, PHILOSOPHIE DE LA NON VIOLENCE

Pourquoi, écrire un article sur le jaïnisme, une religion indienne presque inconnue, juste avant Noël, fête de l'amour? C'est précisément le bon moment, car les points communs entre le jaïnisme et Noël sont l'amour, le respect et l'attention.

Traudel Pandya

Dans le jaïnisme, cela se nomme l'AHIMSA, principe de non violence qui est la règle éthique suprême. Exprimé autrement: sans AHISMA, il n'y aurait pas de jaïnisme pour lequel l'AHIMSA ne signifie pas seulement l'absence de violence, mais aussi la sollicitude et l'amour interprétés et vécus de manière conséquente comme dans aucune autre religion. Ahimsa signifie pour les jaïns, la non violence dans la pensée, dans les paroles et dans les actes. Le principe ne se limite pas à certaines activités, il n'admet aucune incitation active ou passive à la violence. Une attention soutenue dans les relations avec tous les êtres vivants mène à une conception profonde et complète de l'Ahimsa. Par exemple, les personnes qui achètent de la viande ne pratiquent pas directement la violence, mais encouragent d'autres à la pratiquer. Les agressions verbales ou par la pensée mentale, sous la forme de mauvais souhaits envers d'autres êtres, sont également de la violence qui a un effet qui se retourne ensuite sur soi-même.

Une autre composante de l'Ahimsa est l'ANEKANTAVADA, enseignement de la relativité, qui est la deuxième doctrine éthique des jaïns. Il prône qu'il est nécessaire d'appréhender une réalité sous toutes ses facettes pour obtenir une vue globale. Une considération ou une opinion univoque n'est jamais complète. Une grande tolérance est encouragée, car la réalité est trop complexe pour être réduite à un seul point de vue. Tout le monde a déjà expérimenté des discussions sans fin qui mènent souvent à des disputes au cours desquelles chacun essaie de présenter son point de vue comme le seul qui soit juste et qui veut l'imposer aux autres comme tel. Mais, comme pour une pièce de monnaie posée sur la table et dont on ne voit qu'un seul côté, on doit se souvenir qu'il y a toujours une face cachée. Ainsi est la réalité. On ne doit pas se murer dans l'obstination. Il faut tenter de s'en extraire pour comprendre les différents points de vue. Il faut s'efforcer de ne pas exprimer ses opinions par la Himsa (violence) verbale.

Pour comprendre davantage ces principes, il faut se rapprocher de la philosophie jaïne. Le jaïnisme ne connaît pas de dieu externe. Le divin est dans tous les êtres vivants: hommes, animaux, plantes, mais pas dans les matériaux inanimés. Il y a une conception dualiste qui différencie JIVA et AJIVA. La Jiva c'est l'âme, l'énergie sensible qui est la caractéristique

principale de la conscience qui comprend la connaissance et l'intuition. L' Ajiva, c'est la matière, c'est-à-dire tout ce qui ne comprend pas d'énergie sensible. Elle se compose de 5 éléments de base: le mouvement, le repos, l'espace, le matériel solide et le temps.

Dans chaque être la Jiva et l' Ajiva sont liés car sans âme, nous serions morts et sans la matière du corps, nous serions invisibles. Le lien entre la Jiva et l' Ajiva est renforcé et réduit par le karma, le principe de la cause. Chaque pensée, chaque mot, chaque acte, entraînent un karma qui dans le jaïnisme est considéré comme de la matière subtile.

Le mauvais karma comme la violence, l'avidité et la haine, renforce ce lien, et le bon karma, comme la recherche de la connaissance et les bonnes actions, l'affaiblit.

Au moins on est lié au karma, au plus on peut développer son potentiel car on n'est plus freiné par le mécanisme d'action/réaction. Dans la philosophie jaïne, le but le plus élevé est de se libérer du lien karmique. L'âme doit se détacher de la matière et rejoindre la mort dans la Moksha en état de liberté, afin de ne plus devoir retourner dans le cycle de la vie.

Dans la recherche du Moksha les jaïns essaient d'exercer le moins de Himsa possible dans leur vie de tous les jours, afin de se placer dans une position plus éthique. Les vœux sont plus ou moins forts selon que l'on est moine ou nonne, ou alors laïque. Les vœux de base pour les laïques sont: pas de violence, pas de mensonge, pas de vol, pas d'impureté sexuelle, pas d'avidité. L'engagement a des influences dans la vie de tous les jours: le végétarisme est un principe parmi d'autres. Les jaïns ne doivent pas escroquer; ils doivent choisir une profession en accord avec leur philosophie. Les métiers comme bouchers, tanneurs etc, sont exclus. Les métiers typiques pour des jaïns sont: commerçants, thérapeutes, enseignants.

Pour ne pas avaler d'insectes et éviter de commettre l'Himsa, les moines et les nonnes portent une protection sur la bouche. Les autres jaïns pratiquent leur Pujas (rituel religieux).

Au terme de cet article se pose la question de savoir dans quelle mesure on peut pratiquer le jaïnisme en Europe? Cela peut se réaliser, mais il y a des règles qui sont difficiles à respecter avec les horaires de travail en vigueur dans nos pays, par exemple le fait de ne pas pouvoir manger après le coucher du soleil. Pour ces principes, il faut trouver des compromis.

QUESTIONS SUR LE JAÏNISME

Combien de jaïns y a-t-il en Inde et dans les pays de langue allemande?

En Inde il y a 5 millions de jaïns et dans les pays de langue allemande, une centaine.

Comment se nourrissent les jaïns?

Par une nourriture végétarienne basée sur la cuisine indienne. La cuisine indienne comprend la tradition ayurvédique qui admet l'influence de la

nourriture et des épices sur le corps et la psyché. Pour les moines et nonnes de certaines sectes, il y a interdiction de manger de la nourriture qui pousse sous la terre, pour éviter de tuer ou de blesser les êtres vivants qui vivent dans le sol.

Est-ce que tous les jaïns portent une protection sur la bouche?

Non, seuls les moines et les nonnes de certaines sectes portent une protection sur la bouche. Les autres ordres doivent pratiquer leur Pujas et lire des livres sacrés.

Les jaïns sont-ils hindouistes?

Non. Le jaïnisme est antérieur à l'hindouisme, car dans les Védas, écritures sacrées hindouistes, écrites 4000 ans avant J-C. il est indiqué que les Jaïns sont les 3 premières des 24 Tirthankara. Une différence importante existe entre le jaïnisme et l'hindouisme: le jaïnisme ne connaît pas de dieu.

Y a-t-il des temples jaïns?

En Inde, il y a beaucoup de très beaux temples jaïns et on construit encore de nouveaux temples. Il y a également des temples en Angleterre, en Amérique et en Afrique.

Pour plus d'information sur les Jaïns (en allemand):

Jaïn Association International
Schweriner Str. 5
D-24558 Henstedt-Ulzburg
Allemagne

Internet (en anglais):

<http://www.jaina.org>

Jainism

YOUTH EDUCATION

LITERATURE CENTER

The Alphabet

A

A is for Ahimsa

Ahimsa means non-violence.

When there are no stop lights, a policeman tells us when to stop. He does this by holding up his hand, this tells us to stop. In the same way the hand in the picture tells us to stop and think about what we are going to do, talk to other people, or think. We can hurt someone by any of these actions. We need to stop and think before doing anything. This way, we will be able to observe the principles of Ahimsa better. We get either good or bad karmas* by the things we do, the words we say, and the way we think. The wheel in the hand tells us that if we don't watch all of these things, then our soul** will never be free from this cycle of life and death. So Ahimsa reminds us to stop and think before we do anything, and to be sure that what we do, say, or think doesn't get us in trouble.

* look under K

** your true inner self; the part of you that never dies

B

B is for Bowing down

Bowing down means paying respect.

We bow down to Siddha* and Arihant Bhagwans. We also bow down to Acharyas**, Upadhyayas**, and all Monks and Nuns***. By bowing down, we show our respect to them and we admire their success. We also bow down to our parents, grandparents, and our teachers because we want to show our respect for them. And thank them for what they have done for us. In this picture, a man is bowing down. When we bow down, our ego disappears and we become more humble. When we are humble, we don't get angry or jealous, but we become calm.

So remember, respect others by Bowing down.

* look under I

** look under N

*** look under S

C

C is for Charity

Charity means sharing and caring.

Charity is when we give something to others without expecting anything in return. In the picture, the boy is happily giving food to the Monk*. When we offer charity or after we do charity, we should stay happy and should not regret what we did. When we give with happiness and don't feel bad, we get good karmas**. When we give and then feel that we shouldn't have given, we get bad karmas.

So, remember to give Charity and enjoy doing it.

* look under S

** look under K

D

D is for Donation

Donation means share what you have with less fortunate* people.

We get wealth in return for all the good things we did. When we have wealth we shouldn't forget that there are a lot of people who are not as lucky as we are and they sometimes don't have what they need. So we should use some of our wealth to help these people. We can give money, clothes, vegetarian food, books, and things like that. We should also use our wealth to help people learn more about religion. In this picture, the King is giving jewels and money. We should be proud because we are rich, but instead we should feel happy that we can help others.

So remember that we should share our wealth with others by giving Donation.

* *lucky*

E

E is for Evening prayer

Prayer means to remember those who are virtuous* and remind ourselves to be like them.

Prayer can be done in the morning and in the evening. The most important prayer in Jainism is the Navkar Mantra**. In the picture, the boy is doing prayer in the evening. We should say the Navkar Mantra at least five times in the morning and five times in the evening before going to bed. Another prayer we do in the evening is called Pratikraman. We say this prayer to remember all the bad things we've done during day and apologize for them and promise ourselves to be more careful.

Prayers purify our soul, and we should always do them in the morning and the Evening.

* *those who freed themselves from the birth and death cycle*

** *look under N*

F

F is for Forgiveness

Forgiveness means pardoning someone who may have done something bad to you.

In Jainism, just as Ahimsa* is the main goal, forgiveness is the main action. We will find a lot of people who have done, said, or thought something bad about us. But no matter how they hurt us, we should forgive them. We should always think that maybe we did something bad to them first, and now they're getting back at us. No matter what, we should stay calm and not get angry, and we shouldn't try to get even. In the picture, Lord Mahavira** is forgiving Chandkaushik, the snake, even though he bit Mahavira. This shows that if Mahavira can forgive, we, his followers, should also forgive those who hurt us. Forgiving helps our soul whereas anger will only pull us down.

Just as Ahimsa is part of our life, forgiveness should also be part of our actions.

* *look under A*

** *look under M*

G

G is for Gautamswami

Gautamswami was Lord Mahavir's* first disciple.

Gautamswami was the most well-known Brahmin** during the time of Lord Mahavira. He was also very egoistic. He thought that no one was smarter than him. He thought he knew everything. One day, he saw some angels coming into the town. He told everyone, "See how great I am. Even heavenly angels come to see me." But the angels didn't come to him. They went passed him without stopping. Gautam was surprised and asked someone where they went. The town's people said that the angels went to pay their respect to Lord Mahavira, who

had come to town. They said that Lord Mahavira knew everything and that everyone was going there to pay respect. Gautamswami became mad and shouted, "He is nothing compared to what I am! No one is smarter than me in this world! I will go to him and show you."

When Gautam came to Lord Mahavira and saw his nice personality, Gautam felt something different that he never felt before. Then, Lord Mahavira told him what was going through his mind. Gautam couldn't take anymore. He knew that Mahavira was more powerful than he was. He lost his ego. Gautam bowed down to him and became his first student.

We owe a lot to Gautamswami. Even though he knew almost all the answers to all the questions in the world, he still asked Lord Mahavira questions so that other people could learn about them. They are a part of our Agams Sootras, the original books. If people like Gautamswami can give up their ego, so can we.

** look under M*

*** a very wise person who wanders a lot*

H

H is for Help

Help means aiding somebody when he is in trouble.

We should be helpful to anyone who needs support. We shouldn't leave anyone out. Even though Jainism says that you should help those who are good. It also says that, out of thoughtfulness, you should help everyone. We don't just help people, but we should also help animals, birds, etc. We can help in many different ways like giving money, clothes, food, medicine, and books, etc. We can also help by making a person feel better if they are sad. If someone comes for help and we have only a little, we should still give some of that. In the picture, a house holder is helping a sick monk*.

We must make it a habit to help others.

** look under S*

I

I is for Immortal

Immortal means no death.

All souls are immortal. But, while karmas* are still attached to the souls, the souls occupy various types of bodies, like the humans, the animals, the birds, the plants, etc. The body and the soul are different things. When all the attached karmas are destroyed the soul is liberated from the body permanently and reaches to the top of universe, called Siddh Shila and stays there forever. These souls then are called Siddhas.

Our goal should be to liberate our immortal soul from the jail of body.

** look under K*

J

J is for Jai-Jinendra

Jai-Jinendra means "Praise to the Jinas*."

Just like we say, "Hi!!" or, "Hello!!" or, "Namaste", when we meet others, we should also greet them by saying, "Jai-Jinendra". This helps us in a lot of ways. We are honoring the virtuous**. It also tells others that you are Jain. It reminds us of where we came from and of our goals of being one of these Jinas. In the picture, the boy is saying, "Jai-Jinendra", to his parents.

Every morning and before you go to bed, you should say, "Jai-Jinendra", with respect to your parents, sisters, brothers, and grandparents. You should say, "Jai-Jinendra", with respect to your guests. You should also say, "Jai-Jinendra", to your teachers, other students at Jain Pathshala***, and other Jains who you may see at the Jain Center or any other place.

Remember always greet others by saying "Jai-Jinendra".

** someone who does not have any anger, ego, deceit and greed*

*** those who have freed themselves from the cycle of birth and death*

**** look under P*

K

K is for Karma

Karma is the end result of what we do.

Every moment, we are doing something physically, verbally or mentally. We should remember that while we do things, we always get karmas. There are two kinds of karmas: good and bad. When we do good things, like helping or sharing, we get good karmas. But when we do something bad, like getting mad, screaming, or cheating, we get bad karmas. In the picture, the person is paying respect to the monk, and the students are paying respect to the teacher, so they are getting good karmas. In the bottom picture the man is shooting a lion, and is getting bad karmas. Both of the karmas give results. If you get bad karmas, then you will have to suffer. Your life could be sad and very hard. But if you get good karmas, your life will be comfortable and happy.

Be sure to do good things that will help your soul. Be careful of what you do and how you do it, because you are always gathering Karmas.

L

L is for Leshya (Aura)

Leshya is what you think.

There were six friends going to a big city. On the way, they got lost in the forest. They were hungry and thirsty, but they couldn't find anything. Then one of them noticed a fruit tree. They ran to it.

The first friend wanted to chop down the whole tree and get the fruit. The second friend thought that they should just chop off a big branch. The third friend said that they only needed to chop off a small branch. The fourth one thought that they didn't need to chop off a branch, they should just get big bunch of fruit. The fifth friend asked why they should waste any fruit. He wanted to pick what they needed so there would be no waste. The sixth one asked why they should climb the tree, when there were many good fruits on the ground.

See how differently the six friends thought? The first one wanted to destroy the whole tree while the sixth one didn't want to hurt the tree at all. You can see how differently people can think. The way the sixth man thought was the best way to think and the way the first man thought was the worst way. There are six leshyas that described the way the people in the story thought. The first leshya is the worst one. It's called the Black (Krishna) leshya. The second one is called the Blue (Neel) leshya and the third leshya is called the Brown (Kapot) leshya. The fourth one is called the Red (Tejo) leshya and the fifth leshya is called the Yellow (Padma) leshya. Last, the sixth leshya, the best one, is called the White (Shukla) leshya.

We should always think like the sixth man did. We should learn to be like the white Leshya and be happy by keeping our needs as small as they can be and should not be wasteful. Our body is always surrounded by invisible aura reflecting our inner thoughts.

M

M is for Mahavira

Mahavira was our last and 24th Tirthankar*.

Lord Mahavira was born in 599 B.C. in Kshatriyakund. His father was King Siddhartha and his mother was Queen Trishala**. Soon the people in King Siddhartha's kingdom began noticing that business and farming were starting to get better. They told the King and Queen. The King thought that the reason was because of the baby the Queen was going to have. When the baby was born, they named him "Vardhaman" which means prosperous.

As he grew, Prince Vardhaman showed bravery while he was playing with his friends. One time a snake came to where they were playing, everyone got scared except Prince Vardhaman who was still calm. He gently caught the snake, and took it away. Another time, they were playing hide-and-go-seek. Whoever was caught would have to give a piggy ride to the winner. A strange boy came there and asked if he could play with them. Soon, Prince Vardhaman caught him, and the boy gave the Prince a piggy ride. Suddenly the child started to grow taller and taller and he began to look scary. The rest of the kids got scared and ran away. Some of them climbed up a tree, and some of them ran to tell their parents. While all of this was going on, Prince Vardhaman was enjoying the ride. When he realized that the child wasn't a child anymore, but a big monster, the Prince hit the monster's head with fist. The monster couldn't take the pain and gave up. He asked the Prince for forgiveness*** and the Prince forgave him. The Monster named Prince Vardhaman "Mahavira, meaning strong one" from that time on.

Two years after his parents died, Mahavira became a monk****. He went through a lot of pain and performed a lot of meditation***** before he finally became a Kevali (a person with infinite knowledge) and the 24th Tirthankar. He re-formed the Jain Sangh into Monks (sadhus), nuns (sadhvis), household men (house holders), and household women (shravikas). For thirty years he showed people the path to freedom, and finally his soul freed on the last day of the month of Aso.

We should try to be like Mahavira.

* *one who establishes the Jain Sangh*

** *look under Q*

*** *look under F*

**** *look under S*

***** *deep prayer*

N

N is for Navkar Mantra

Navkar Mantra is the most important prayer in Jainism.

When we say the Navkar Mantra, we are paying our respect to the Arihant Bhagwans, the Siddha Bhagwans, the Acharyas, the Upadhyayas, the Monks, and the Nuns*. Persons like us, who are spiritually uplifted, can become Arihant Bhagwans in their last life after they have destroyed the four ghati (heavy) karmas which affect the condition of the soul. They have infinite knowledge and don't have any attachment to anything. They don't hate anything either. They will get rid of the other four karmas called aghati (lighter) karmas before they die. Then they will become Siddha Bhagwans. They are first in the Navkar Mantra, even though their souls aren't free because they show us the path to freedom. Since they are our teachers, we pay respect to them first. Those souls who don't have any karmas and don't have to go through the cycle of birth and death anymore are called Siddha Bhagwans. Next we pay respect to Acharyas. They are the heads of all monks and live a very pure and perfect life. Then we pay respect to Upadhyayas. They have learned the sacred scriptures and are now teaching them to the monks, nuns and all of us. Lastly, we pay respect to all the monks and nuns who have accepted to live under strict code of conduct and trying to uplift their souls.. We should always recite the Navkar Mantra to pay homage to these great souls.

* *look under S*

O

O is for Om

Om is used during meditation.*

Om is a holy word used in the beginning of many prayers. Om is also used to set a tune for meditation. We also think that Om is like the Navkar Mantra**.

By paying attention to one word, Om, we are paying respect to Arihants, Siddhas, Acharyas, Upadhyayas, and Monks and Nuns.

** deep prayer*

*** look under N*

P

P is for Pathshala

Pathshala is the place where we learn about our religion.

We need a place to go to learn about our religion. A pathshala is that place. Almost all Jain centers in North America have pathshalas. A pathshala is held at least once a month.

Children should go to the pathshala so they can learn more about religion, since there are no other places to learn religion. Parents should make sure that their children get a chance to go there.

So remember to go to your pathshala to learn more about religion.

Q

Q is for Queen Trishala

Queen Trishala had fourteen or sixteen dreams after Lord Mahavir's* soul entered her womb. Queen Trishala had fourteen (some believe sixteen) dreams * when she was pregnant. All the dreams symbolized good qualities of her child. Queen Trishala was very happy to have such a wonderful child. That child was Lord Mahavira**. He showed us the path to freedom from the cycle of birth and death.

Queen Trishala was a very good woman.

** refer to book on sixteen dreams*

*** look under M*

R

R is for Rosary

Rosary is used for meditation*.

Usually, we say the Navakar Mantra** in the morning and in the evening. Some people say it three to five times, and some people say it one hundred and eight times. It would be hard to count one hundred and eight times and meditate at the same time. This is why we use a rosary (mala). One hundred and eight beads in the rosary represent total of one hundred and eight attributes of Arihants (12), Siddhas (8), Acharyas (36), Upadhyayas (25), and Monks and Nuns (27). Some canons indicate that 108 beads in rosary represent gradual removal of 108 types of passions (kashayas). So in a way we are reminding ourselves that when would we get these one hundred and eight attributes ourselves.

To say the Navkar Mantra we should sit in the same quiet place everyday. We should forget everything else and concentrate on the five great souls in the Navakar Mantra. It can destroy our karmas*** and bring good thoughts into our minds.

This can be done by using a Rosary.

** to pray deeply*

*** look under N*

**** look under K*

S

S is for Sadhu

Sadhu (monk) and Sadhvi (nun) are religious leaders, who have given up routine life and have taken the five great vows* to purify their soul from karmas.

The sadhu and sadhvi are person like us but they have voluntarily left the worldly life and have accepted five great vows as a code of conduct to uplift the soul. The sadhu and sadhvi

stay in upashraya. They do not cook for themselves and do not eat any food that is cooked for them. They take only accepted food from various houses. They give up attachment for their parents and relatives. The monks and nuns keep a few clothes and a few bowls to collect food, rajohan, muhapati, morpichhi, and kamandal, etc., but they do not keep money, jewelry, or own things like house or car. They do not keep anything more than what they need. They walk bare foot so that they can watch for bugs or insects. The monks do not touch or sit with ladies or girls and nuns do not touch or sit with man or boys. They do not stay in one place for more than a few days at a time, except in rainy season. Svetambar monks and nuns wear white clothes while Digambar monks do not wear any clothes. Digambar nuns wear white clothes.

They observe total Ahimsa, non-violence. They tell the truth, observe the celibacy, and do not believe in possessions. They follow strict code of conduct, study scripture, perform meditation, and austerity to free their souls from the cycle of birth and death. They go through austerities to get rid of their karmas. They teach people about religion. Upadhyayas are the monks who teach normal monks and nuns about the scriptures. Acharyas are the heads of all the monks and nuns and look after the Jain Sangh, that is made up of monks, nuns, male and female house holders.

We should always respect the Sadhus and Sadhvis because of all the strict discipline they follow and for all that they teach us.

** look under V*

*** your inner self; the part of you that never dies*

**** harshness*

T

T is for Temple

Temple is the place for prayer.

Temples are the places where Jains have the idols of Jina Bhagwans. They go there and worship the statues. All Jains don't worship statues. The main reason we worship is so we can pay respect to the souls that have reached salvation. This also reminds us that we should be like them. Just praying and not taking any actions to free our soul won't work. We need to learn to discipline ourselves. So that we can control our desires and karmas.

We should be silent in the temple. We should keep it very clean.

The temple is the best place to go to worship.

U

U is for Upashraya

Upashraya is a place where monks* and nuns* stay.

An upashraya is a very simple place with a big hall and a few rooms. It does not have air conditioner or any fans but has many windows. An Upashraya does not have any furniture except a few wooden paats for sadhus to sit and sleep. The place where the sadhus and the nuns stay is called an upashraya. Usually monks or nuns do not stay more than a few days at one place except during rainy season. Then they don't travel and stay in these places for four months. The monks and nuns do not stay together in the same upashraya at the same time. But same upashraya can be used by either sadhus or sadhvis at different times.

An upashraya is also used by householders (house holders and shravikas) to study or perform samayika and other religious activities.

The monks or nuns deliver their religious lectures in upashraya.

** look under S*

V

V is for Vow

Vow means a promise.

To take a vow means to make a promise to yourself to do certain things in certain ways. The vows help us discipline ourselves. The vows are very important to help reduce bad karmas and accumulate good karmas. There are various types of vows like chovihar, ektana, upvas, samayik etc. The different vows can be for different times, for example a samayika is for 48 minutes while a chovihar is from sunset to sunrise next day. The monks* and nuns* take five great vows, not to 1) do any violence (himsa), 2) lie, 3) steal, 4) be unchaste, and 5) be possessive for the rest of life. Same way some house holders and shravikas take 12 minor vows for a few years to rest of life.

The vows once taken should be followed very carefully.

** look under S*

W

W is for Worship

Worship means to pray.

We should always look up to those who have done better than us. Jains worship Siddha Bhagwans* who have freed themselves from the cycles of birth and death. When we worship, we have to remind ourselves that Siddha Bhagwans are great and that we want to be like them. This doesn't happen right away, but while we worship, we can make some rules for ourselves or we may take some vows. This helps us to be like Siddha Bhagwans.

The worship is done by prayers, meditation, fasting etc. The worship can be done in the temple, upashraya, Jain centers, or even at home.

We should worship with our full heart and mind and not just for show.

** look under I*

X

X is for Xylography

Xylography means art of making engravings on woods.

Xylography is the art of carvings on the woods. This art has been speciality in the state of Gujarat in India. There are wood carvings of Jina idols, auspicious symbols (eight), security deities (yakshas), etc., in the door and window frames and domes and arches of houses of Jains. The house temples and other temples are found with exquisite wood carvings since fourteenth century. The circular carvings above any hall represents the endless world. The Jinas remind us to move above this cyclic world of miseries.

Xylography art is seen in the temples.

Y

Y is for Yoga.

Yoga is what you do.

In Jainism, we believe that we do yoga in three different ways. We perform yoga, by physical, verbal or mental means. That means that we're doing yoga all the time. Whenever we do something, we get karma*. So in Jainism, when we are doing yoga, we are actually getting karma. We should control our yoga. We can do this by meditating or paying attention to what we do. It is easy to control physical yoga, but it is harder to control verbal yoga and mental yoga is the most difficult to control. So be careful when you want to do something, and be sure you are not doing, saying or thinking anything bad.

In Jainism, yoga and meditation are two different things.

**look under K*

Z

Z for Zebra

Zebra is a five sensed living being.

This universe consists of two different kinds of things: living and non living. A living things have a soul* in them. They can learn, breathe, and get hurt, and so on. Things that are not living don't have souls. They can't learn, breathe, get hurt, and so on.

Living beings are grouped in two ways: whether they can move or not or by the number of senses they have. They can have up to five senses. These five senses are touch, taste, smell, seeing, and hearing. Some things can have less than five senses. The zebra, in the picture, has five senses, just like us. All humans have five senses. Some people may not have all five senses fully developed when they are born. For example, a person may be blind or deaf. Still, this doesn't mean that a person has only four senses. It's just that one sense isn't working.

Higher the number of senses a living being has, the better it is. Humans are the best out of all the living beings, since we can control what we do and can experience hardship to get rid of karmas**. That's why if you want to be free you should be a human.

Zebra represent living beings.

** your inner self; the part of you that never dies*

*** look under K*

Lijst van de 24 Tirthankaras

- 1.) Rsabhanatha**
- 2.) Ajitanatha**
- 3.) Sambhavanatha**
- 4.) Abhinandana**
- 5.) Sumatinatha**
- 6.) Padmaprabha**
- 7.) Suparsvanatha**
- 8.) Candraprabha**
- 9.) Puspadanta**
- 10.) Sitalanatha**
- 11.) Sreyasa**
- 12.) Vasupujya**
- 13.) Vimalanatha**
- 14.) Anantajit**
- 15.) Dharmanatha**
- 16.) Santinatha**
- 17.) Kunthunatha**
- 18.) Aranatha**
- 19.) Malinatha**
- 20.) Munisuvrata**
- 21.) Nimi**
- 22.) Neminatha**
- 23.) Parsvanatha**
- 24.) Mahavira**

Acaranga Sutra

The Acaranga Sutra, or Book of Good Conduct, is one of the sacred books of Jainism. While not written by Nataputta Vardhamana (ca. 599-527 BC), also known as Mahavira, the Great Hero, it contains many of his teachings.

The Arhats [1] . . . of the past, present, and future, all say thus, speak thus, declare thus, explain thus: all breathing, existing, living, sentient creatures should not be slain, nor treated with violence, nor abused, nor tormented, nor driven away. This is the pure, unchangeable, eternal law [dharma], which the clever ones, who understand the world, have declared: among the zealous and the not zealous, among the faithful and the not faithful, among the not cruel and the cruel, among those who have worldly weakness and those who have not, among those who like social bonds and those who do not: "that is the truth, that is so, that is proclaimed in this."

Having adopted the law, one should not hide it, nor forsake it. Correctly understanding the law, one should arrive at indifference for the impressions of the senses and "not act on the motives of the world." "He who is not of this mind, how should he come to the other?"

* * *

Beings which are born in all states become individually sinners by their actions.

The Venerable One [2] understands thus: he who is under the conditions of existence, that fool suffers pain. Thoroughly knowing karma, the Venerable One avoids sin.

The sage, perceiving the double karma, proclaims the incomparable activity, he, the knowing one; knowing the current of worldliness, the current of sinfulness, and the impulse.

Practicing the sinless abstinence from killing, he did no acts, neither himself nor with the assistance of others; he to whom women were known as the causes of all sinful acts, he saw the true state of the world . . .

He well saw that bondage comes through action. Whatever is sinful, the Venerable One left that undone: he consumed clean food.

Knowing measure in eating and drinking, he was not desirous of delicious food, nor had he a longing for it . . .

The Venerable One, exerting himself, did not seek sleep for the sake of pleasure; he waked up himself, and slept only a little, free from desires . . .

Always well guarded, he bore the pains caused by grass, cold, fire, flies, and gnats; manifold pains.

He traveled in the pathless country of the Ladhas.[3] . . .

In Ladha natives attacked him; the dogs bit him, ran at him.

Few people kept off the attacking, biting dogs . . .

Such were the inhabitants. Many other mendicants," eating rough food . . . and carrying about a strong pole [to keep off the dogs], . . . lived there.

Even thus armed they were bitten by the dogs, torn by the dogs. It is difficult to travel in Ladha.

Ceasing to use the stick against living beings, abandoning the care of the body, the houseless, the Venerable One endures the thorns of the villages being perfectly enlightened.

As an elephant at the head of the battle, so was Mahavira there victorious . . .

The Venerable One was able to abstain from indulgence of the flesh . . .

Purgatives and emetics, anointing of the body and bathing, shampooing and cleansing of the teeth do not behoove him, after he learned [that the body is something unclean] . . .

In summer he exposes himself to the heat, he sits squatting in the sun; he lives on rough food: rice, pounded jujube, and beans . . .

Sometimes the Venerable One did not drink for half a month or even for a month.

Or he did not drink for more than two months, or even six months, day and night, without desire for drink. Sometimes he ate stale food . . .

Having wisdom, Mahavira committed no sin himself, nor did he induce others to do so, nor did he consent to the sins of others.

Having entered a village or a town, he begged for food which had been prepared for somebody else. Having got clean food, he used it, restraining the impulses . . . The Venerable One slowly wandered about, and, killing no creatures, he begged for his food.

Moist or dry or cold food, old beans, old pap, or bad grain, whether he did or did not get such food he was rich . . .

Himself understanding the truth and restraining the impulses for the purification of the soul, finally liberated, and free from delusion, the Venerable One was well guarded during his whole life.

The Venerable Ascetic Mahavira endowed with the highest knowledge and intuition taught the five great vows.

* * *

The first great vow, Sir, runs thus:

I renounce all killing of living beings, whether subtle or gross, whether movable or immovable. Nor shall I myself kill living beings, nor cause others to do it, nor consent to it. As long as I live, I confess and blame, repent and exempt myself of these sins, in the thrice threefold way, in mind, speech, and body . . .

The second great vow runs thus:

I renounce all vices of lying speech arising from anger or greed or fear or mirth. I shall neither myself speak lies, nor cause others to speak lies, nor consent to the speaking of lies by others . . .

The third great vow runs thus:

I renounce all taking of anything not given, either in a village or a town or a wood, either of little or much, of small or great, of living or lifeless things. I shall neither take myself what is not given, nor cause others to take it, nor consent to their taking it.

The fourth great vow runs thus:

I renounce all sexual pleasures, either with gods or men or animals. I shall not give way to sensuality . . .

The fifth great vow runs thus:

I renounce all attachments, whether little or much, small or great, living or lifeless; neither shall I myself form such attachments, nor cause others to do so, nor consent to their doing so.

[1] The perfect souls.

[2] The Mahavira

[3] The exact location is uncertain.

From the translation by Hermann Jacobi, Gaiya Sutra, in Max Mueller, ed., The Sacred Books of the East, 50 vols. (Oxford; Clarendon Press, 1879-1910), vol. 22, pp. 36, 81-87, 202-208 passim. Reprinted in Alfred J. Andrea and James H. Overfield, eds., The Human Record: Sources of Global History, 3rd ed., Vol. 1, (New York; Houghton Mifflin, 1998) pp. 72-74.

Copyright 2005-2014 by ThenAgain All rights reserved.

BECK index

Mahavira and Jainism

Parshva

Mahavira

Jainism

This chapter has been published in the book INDIA & Southeast Asia to 1800.
For ordering information, please [click here](#).

The legendary founder of Jainism was called Rishabha, but claims that he lived many millions of years ago are obviously exaggerated. This first Tirthankara (literally "maker of the river-crossing") is said to have invented cooking, writing, pottery, painting, and sculpture, the institution of marriage and ceremonies for the dead. Not much else is recorded about Rishabha and the next twenty Tirthankaras, but the ancient Jaina tradition that there were ascetic religious teachers in India before the coming of the Vedic Aryans is likely from evidence found in the Harappan culture.

The twenty-second Tirthankara, Arishtanemi, is mentioned in the Kalpa Sutra. All of the Tirthankaras were Kshatriyas, and Arishtanemi was the son of King Ashvasena of Varanasi (Benares) and cousin of Krishna, who is supposed to have lived during the great Bharata war probably about 900 BC. According to legend Krishna negotiated his marriage to princess Rajamati. However, when Arishtanemi discovered the great number of deer and other animals to be sacrificed at his wedding, he changed his mind to prevent their slaughter, brooded over the cruelty and violence of human society, and soon renounced the world to seek and find enlightenment.

Parshva

The twenty-third Tirthankara, Parshva, probably lived in the eighth century BC. Legends connect him with snakes, one of whom he saved from fire when a Brahmin ascetic was about to burn a log where it was hiding. He married a princess, and up to the age of thirty he lived in great splendor and happiness as a householder. Then he gave up all his wealth to become an ascetic. After 84 days of intense meditation he became enlightened and taught as a saint for seventy years.

Parshva was called "Beloved" and organized an order (samgha) of monks, nuns, and lay votaries of many thousands, though the numbers are probably exaggerated. He had eight or ten disciples (ganadharas) according to different sources. His religion was open to all without distinction of caste or creed, and women were a large part of the order. He allowed his followers to wear an upper and lower garment.

The main emphasis of Parshva was on the first vow of non-injury (ahimsa) or abstinence from killing any living beings. The other three vows Parshva required were truthfulness, not to steal, and freedom from possession. These vows are exactly the same as the first four vows of the sannyasins of the Vedic tradition who renounce the world. The Brahmanic fifth vow of liberality could not be practiced by mendicants without possessions.

Two centuries later during the life of Mahavira there were still followers of Parshva, and they are mentioned in Buddhist texts as well as in Jaina scriptures. In addition to Brahmanical sects of ascetics like those described in the Upanishads who acknowledged the authority of the Vedas, new shramana (ascetic) sects were appearing which challenged the Vedas and their rituals, emphasizing ethics and allowing those of any caste and women to renounce the world as well.

Mahavira

Before turning to Mahavira and the Buddha, let us briefly examine a few of the other teachers who appeared in India in that spiritually rich sixth century BC. Purana Kassapa was a respected teacher who promulgated a no-action theory (akriyavada). Once he explained to King Ajatashatru that there is no guilt for causing grief or torment or killing, robbing, etc., and no merit for offering sacrifices, self-mastery, or speaking truth; because the soul is passive, no action can affect it. Nothing can defile one nor purify one. Purana Kassapa claimed that only an infinite mind could comprehend a finite world, and it was said that he could perceive anything. The Buddha even credited Kassapa and other heretical teachers with the ability to know where a particular dead person was reborn.

Another esteemed religious leader was Pakudha Katyayana, who may have been the one who asked Pippalada in the Prashna Upanishad about the roots of things. His doctrine classified everything into seven categories: earth, water, fire, air, pleasure, pain, and soul, all of which are eternal. Like Kassapa, Katyayana denied the reality of action, asserting that the soul is superior to good and evil and untouched by any change. His doctrine was called Eternalism by Mahavira and the Buddha, who both considered it another theory of non-action.

The founder of materialism in India was Ajita Keshakambalin. He found no merit in sacrificing or offering or doing good either, because nothing exists but the material world - no other world, no afterlife, no benefit from service, no ascetics who have attained enlightenment or perfection. When a person dies, the body returns to earth, fluids to water, heat to fire, and breath to air, the senses into space, and no individuality remains. He criticized the view of Katyayana and others that the soul existed independently of the body. Ajita saw the individual as a whole, which the apprehending mind can conceive. Mahavira criticized Ajita's philosophy for encouraging people to kill, burn, destroy, and enjoy the pleasures of life, but actually Ajita taught people to respect life and honor the living while they are alive rather than death and those who are dead.

The leader of the agnostics (Ajnanavada) was Sanjaya Belatthiputta. He found so many contradictory views of the soul and body current that he believed it was better to realize that one is ignorant of these things than to adopt one folly or another. His followers were described as wriggling out of answering questions like an eel and were criticized by Jainas for walking around in ignorance. However, in disregarding speculative questions he did attempt to focus the attention of his many followers on the attainment and preservation of mental equanimity. Sanjaya may have prepared the way for Mahavira's doctrine of antinomies (syadvada) and the Buddha's method of critical investigation (vibhajyavada), for they both found that there could be no final answers to some of the difficult questions of cosmology, ontology, theology, and eschatology.

The leader of the Ajivaka sect at this time, Mankhali Gosala, became closely associated with

Mahavira. Gosala traveled with Mahavira for six years, but then he left because of doctrinal differences and was the leader of the Ajivaka sect for sixteen years in Savatthi at the pottery workshop of the woman Halahala.

Gosala taught a theory of transformation through re-animation like the seeds of plants. Humans are purified through transmigration, and the complete cycle of reincarnation periods is said to be eighty-four hundred thousand, possibly the origin of the term "wheel of eighty-four." He believed that everything was pre-destined, and nothing could change fate. Thus he denied the usefulness of effort or manly vigor, rationalizing that these, like all things, are unalterably fixed and predetermined. Everything acts according to its own nature, and nature is a self-evolving activity making things come to pass and cease to be.

Gosala believed that karma is independent of individual will and follows its own logic. He categorized humanity into six groups and put himself with only two other individuals in the "supremely white" category. He described eight stages of life from babyhood to renunciation, and his followers practiced the fourfold discipline of asceticism, austerity, comfort-loathing, and solitude. Although criticized by Jainas and Buddhists as amoral, Gosala taught that although it was predetermined, it was still one's duty to be lawful, not trespass on other's rights, make full use of one's liberties, be considerate, pure, abstain from killing, be free from earthly possessions, reduce the necessities of life, and strive for the best and highest of human potential. Aside from the determinism one can find many similarities in the teachings of Gosala and Mahavira. They divided living beings into the same six categories, and both recommended nudity for the saints and believed in the omniscience of the released.

Mahavira was born in Kundapura near Vaishali. The traditional Jaina date for Mahavira's birth is 599 BC, but comparison with the life of Buddha and the Magadha kings Bimbisara and Ajatashatru indicate that his death at the age of 72 was probably about 490 BC. An elaborate legend is told in the Acharanga Sutra and in the Kalpa Sutra how he was conceived in the womb of the Brahmin Devananda, who had fourteen prophetic dreams but then after three lunar cycles divinely transferred to the womb of the Kshatriya Trishala, who also had the same fourteen prophetic dreams. These fourteen dreams are supposed to indicate that the child will become either an emperor or a great Tirthankara (prophet). This unbelievable story probably resulted from the Jaina tradition that all the Tirthankaras were Kshatriyas, perhaps converting his stepmother into a second mother.

The father of Mahavira was King Siddhartha; he and Trishala were both pious and virtuous followers of Parshva. Trishala was the sister of King Chetaka of Vaishali, the capital of a federation where the Jainism of Parshva was popular. King Chetaka had seven daughters, one of whom was initiated into the Jaina order of ascetics while the other six married famous kings, including King Shrenika (Bimbisara) of Magadha and Mahavira's own brother, Nandivardhana.

Since the wealth of his father's kingdom had increased during the pregnancy, the child was called Vardhamana. He was raised in princely opulence and showed his courage as a child by mounting a charging elephant by the trunk and on another occasion picking up a large snake and casting it aside. For his courage and self-control in enduring the rules of penance, Vardhamana was given the name Mahavira, which means great hero. Jaina comes from jina meaning victor or conqueror. He probably received the usual education for an aristocrat in philosophy, literature, military and administrative sciences, and the arts.

Mahavira married a princess named Yasoda, and they had a daughter, Anojja. She eventually married his nephew Jamali, who later caused a schism in the order. When Mahavira was 28 years old, both his parents died. He wanted to renounce the world; but to please his elder brother he agreed to live at home for two more years during which he practiced self-discipline, giving up all luxuries and giving charity to beggars every day of the last year.

At the age of thirty Mahavira renounced all his wealth, property, wife, family, relatives, and pleasures. In a garden of the village Kundapura at the foot of an Ashoka tree, no one else being present, after fasting two days without water he took off all his clothes, tore out the hair of his head in five handfuls, and put a single cloth on his shoulder. He vowed to neglect his body and with equanimity to suffer all calamities arising from divine powers, people, or animals. Having already attained before marriage the first three levels of knowledge (knowledge from the senses and mind, knowledge from study, and knowledge from intuition), at this initiation it was said he attained the fourth level of knowledge that includes the psychological movements of all sentient beings.

Thus Mahavira became homeless. As he was leaving the garden, a Brahmin beggar, who had missed out on the last year of Mahavira's almsgiving, asked him for alms; he gave him half of the garment on his shoulder. After thirteen months he gave up clothes altogether.

Neglecting his body,
the venerable ascetic Mahavira meditated on his self,
in blameless lodgings and wandering,
in restraint, kindness, avoidance of sinful influence,
chaste life, in patience, freedom from passion, contentment;
practicing control, circumspectness, religious postures and acts;
walking the path of nirvana and liberation,
which is the fruit of good conduct.
Living thus he with equanimity bore,
endured, sustained, and suffered all calamities
arising from divine powers, men, and animals,
with undisturbed and unafflicted mind,
careful of body, speech, and mind.¹

After a few months of wandering Mahavira went to an ashram in Moraga, where he was invited to spend the four-month rainy season by its abbot who was a friend of his father. Mahavira was assigned a hut with a thatched roof. The previous summer had been so hot that the grass in the forest was destroyed, and the cattle ran to eat the ascetics' grass huts. The other ascetics beat off the cattle, but Mahavira just let the cattle eat the thatched roof. The ascetics complained to the abbot, and so Mahavira decided to leave the ashram and spent the rainy season in the village of Ashtika.

Reflecting upon this experience, Mahavira resolved to follow the fivefold discipline of never living in the house of an unfriendly person, usually standing with the body like a statue (kayostarga), generally maintaining silence, eating out of his hand as a dish, and not showing politeness to householders. Thus he practiced meditation and severe austerities. In the summer he would meditate in the sun or walk through sun-baked fields, and in winter he would meditate naked in the open air. Each year during the rainy season he stayed in one place. He walked quietly, carefully keeping his eyes on the ground so as to avoid stepping on

any insects. He stayed in deserted houses, crematoriums, gardens, or any solitary place.

What little food he ate he got from begging. If he saw any other beggar, animal or bird waiting for food at a house, he would silently pass by to another house. He fasted for fifteen days at a time and up to a month. He passed the second rainy season at Nalanda, where he met Gosala, who was impressed by Mahavira and joined him. Traveling with Gosala, his fasts now extended as long as two months. According to Jaina biographies of Mahavira, Gosala often insulted others and misbehaved, while Mahavira remained silent and still (in kayostarga). This brought upon them abusive behavior.

In Choraga of Bengal they were taken for spies and imprisoned. Another time they were both tied up and beaten. In Kuiya they were once again imprisoned as spies but were released at the behest of two sisters. In the sixth year Gosala left Mahavira for six months; but he returned until the tenth year when he left Mahavira and proclaimed himself a prophet and leader of the Ajivika sect. Mahavira went to Vaishali where the republican chief Sankha rescued him from trouble caused by local children.

In the eleventh year Mahavira was tested by a god named Samgamaka, who gave him terrible physical pain, accompanied him begging, and contaminated his food. Mahavira gave up begging and sat in meditation. For six months Samgamaka inflicted tortures on him, but unable to disturb him he finally fell at his feet and begged his forgiveness before returning to his own place. Government officials in Tosali took Mahavira for a thief and tried to hang him, but he was rescued in time.

In the twelfth year Mahavira took a vow that he would fast until an enslaved princess with a shaven head and fettered feet, in tears and tired after three days fasting, would lean out a window and offer him boiled pulse. It was five months and twenty-five days before such an event occurred in Champa. While in this town a Brahmin questioned him about the soul and its characteristics. Mahavira explained that what one understands by the word "I" is the soul.

In Chammani a bull strayed while grazing, and a cowherd asked Mahavira about it. Met with silence, the cowherd became enraged and pushed grass sticks into Mahavira's ears. Remaining peaceful and undisturbed, Mahavira continued his wanderings until eventually a physician noticed the condition, removed the painful plugs from his ears, and cured the wound with medicine. Seeking the highest enlightenment, Mahavira meditated for six months sitting motionless, but he failed. He did penance in a cemetery when Rudra and his wife tried to interrupt him.

Finally in the thirteenth year of this ascetic life while meditating after two and a half days of waterless fasting, Mahavira attained nirvana and the highest awareness called kevala or absolute knowledge. The first message of Mahavira after his enlightenment is recorded in the Buddhist text Majjhima Nikaya:

I am all-knowing and all-seeing,
and possessed of an infinite knowledge.
Whether I am walking or standing still,
whether I sleep or remain awake,
the supreme knowledge and intuition
are present with me---constantly and continuously.

There are, O Nirgranthas, some sinful acts
you have done in the past,
which you must now wear out
by this acute form of austerity.
Now that here you will be living restrained
in regard to your acts, speech and thought,
it will work as the non-doing of karma for future.
Thus, by the exhaustion of the force of past deeds
through penance and the non-accumulation of new acts,
(you are assured) of the stoppage of the future course,
of rebirth from such stoppage,
of the destruction of the effect of karma,
from that, of the destruction of pain,
from that, of the destruction of mental feelings,
and from that, of the complete wearing out
of all kinds of pain.²

After attaining omniscience Mahavira attended a religious conference by the river Ijjuvaliya, but his first discourse had little effect. Then he traveled to another conference in the garden of Mahasena, where in a long discussion he converted eleven learned Brahmins, who had gone there to sacrifice. Breaking the tradition of speaking in Sanskrit, Mahavira spoke in the Ardhamagadhi dialect, and all the Jaina Agama scriptures are written in Ardhamagadhi.

Hearing of a magician, the Brahmin Indrabhuti Gautama went to expose him; but as he approached the garden, Mahavira called him by name and reading his mind, said, "Gautama, you have a doubt in your mind about the existence of the soul." Then Mahavira explained how to interpret a passage in the Vedas so as to understand that, although categories of knowledge may disappear, this does not affect the existence of the soul. This mind-reading and wisdom convinced Indrabhuti of the omniscience of Mahavira. After hearing Mahavira's discourse on his essential teachings, Indrabhuti decided to renounce the world and was initiated by Mahavira into the religion.

Having heard of his brother's defeat by Mahavira, Agnibhuti Gautama came to debate with Mahavira; but he too, won over by Mahavira's explanation of the reality of karma and the soul's bondage to it, also became initiated. According to tradition nine more scholars argued with Mahavira and were converted, becoming his eleven disciples. Jaina tradition also claims that these eleven brought along 4400 of their pupils into the new faith.

Then Mahavira wandered in silence for sixty-six days until he reached Rajagriha, the capital of the powerful state Magadha. King Shrenika (Bimbisara) and his family attended, and he received satisfactory answers to his questions. Indrabhuti was quite learned and vain; but when an old man came to him for an explanation of a sloka Mahavira had quoted before becoming lost in meditation, Indrabhuti could not explain it. When Mahavira explained it, all of Indrabhuti's pride fell away in the presence of the great ascetic.

Mahavira organized his order into four groups of monks, nuns, male householders, and female householders. All those initiated had to take the five vows, which included the four vows of Parshva (nonviolence, truthfulness, non-stealing, and non-possession) plus chastity. After spending the rainy season at Rajagriha, Mahavira went to Vaishali, where he initiated

his daughter and son-in-law Jamali and spent the next year's monsoon season. Perceiving telepathically that the king of Sindhu-sauvira wanted to meet him, Mahavira traveled there and initiated King Rudrayana into the religion of the Shramanas.

Returning from this long journey through the desert of Sindhu, they suffered from lack of food and water but remained indifferent. At Benares a multi-millionaire and his wife were converted. Spending two more rainy seasons in Rajagriha twenty-five of King Shrenika's sons were initiated into the Shramana community. It was recorded that Ardraka Kumara, a non-Aryan prince, who knew his past births, traveled to Mahavira to join his order and on his way defeated in argument Gosala, Vedic Brahmins, and other ascetics.

At Kaushambi Mahavira converted King Prodyota and several queens, who were admitted into the order of nuns. After spending a rainy season at Vaishali he went back to Rajagriha, where he converted many followers of Parshva's religion who adopted the fifth vow of the Shramana community as well. Later he convinced Keshi Kumara, the leader of the Parshva religion, that he was the 24th Tirthankara, and Keshi brought his disciples into the new order. A few years later his son-in-law Jamali left the Shramana order with his disciples to form the Vahurata sect; but it was not successful, and most of his disciples returned to Mahavira's order.

A dispute arose when Mahavira said that Gosala was not omniscient. Hearing of it and approaching Mahavira, Gosala tried to explain to him that he was no longer his disciple, because he was a different soul, who had entered Gosala's body and founded a new religion. Mahavira asked why he was vainly trying to conceal his identity. The irate Gosala swore at him and abused two of the Jaina monks, according to tradition destroying them, although Mahavira had warned them not to argue with Gosala. However, the negative energy that Gosala aimed at Mahavira returned to himself. He said that he would cause Mahavira to die of a fever in six months. Mahavira replied that he would live on, but that Gosala would be struck by his own magical power and die from fever in seven days, which came to pass. Mahavira outlived Gosala by sixteen years, but the Ajivika sect Gosala founded lasted for many centuries.

When Kunika (Ajatashatru) forcibly took over his father's kingdom of Magadha, he moved the capital to Champa, where many princes and townspeople adopted Mahavira's religion. Although Ajatashatru liked to listen to Mahavira, it did not stop him from gathering a large army and allies to attack and defeat the Vaishali confederacy in a major war that killed King Chetaka.

Finally at the age of 72 Mahavira left his body and attained nirvana, liberated and rid of all karma, never to return again. His first disciple, Indrabhuti Gautama, died also at dawn the next morning.

Jainism

According to Jaina tradition nine of the eleven disciples attained the highest knowledge of kevala during Mahavira's lifetime, usually many years before their nirvana and final death. Indrabhuti Gautama, the first disciple, attained kevala and nirvana the same night Mahavira died. The other disciple, Sudharma, became the leader of the Nirgrantha community (Nirgrantha means unfettered ones.) and attained kevala knowledge after twelve more years

and died eight years later at the age of one hundred. Thus Sudharma led the Order (Samgha) for twenty years and was succeeded by Arya Jambu Swamy, who had been initiated at the age of 16, attained kevala knowledge twenty years later, and directed the community until his nirvana death when he was 80. According to Jaina tradition he is the last person to have attained omniscience and nirvana.

The essential metaphysical ideas of Jainism are nine cardinal principles. The universe is divided into that which is alive and conscious (jiva) and matter which is not (ajiva). Jivas (souls) are either caught by karma (action) in the world of reincarnation (samsara) or liberated (mukta) and perfected (siddha). Though their number is infinite, jivas are individuals and each potentially infinite in awareness, power, and bliss. Matter (ajiva) is made up of eternal atoms in time and space which can be moved and stopped.

The other seven principles explain the workings of karma and the soul's liberation from it. The soul (jiva) is attracted to sense-objects by the principle of ashrava which leads to the bondage (bandha) of the soul by karma, which covers up and limits the soul's natural abilities to know and perceive in its blissful state, resulting in delusions and a succession of births. The next two principles are virtue (punya) and vice (papa) by which all karma either works beneficially toward liberation or negatively toward bondage.

The seventh principle samvara is how the soul prevents ashrava (the influx of karma) by watchfulness and self-discipline of mind, speech, and body. This eventually leads to nirjara, the elimination of karma. Finally moksha or liberation is attained. In one's last life at death, nirvana (literally "being extinguished") describes the end of worldly existence for the soul, which then rises to the highest heaven.

Although Jainas believe that souls may have some lives as gods and goddesses in heavenly worlds or suffer in hell and become demon-like, there is no total God lifting up souls or punishing them in hell. Rather each individual jiva is responsible for itself and completely determines its own destiny, although these jivas do have the divine attributes of infinite knowledge, power, and bliss. This doctrine of individual responsibility makes Jainism a primarily ethical religion, as does the severity of their five vows of nonviolence, truthfulness, non-stealing, chastity, and non-possession.

Ahimsa (nonviolence) means not injuring any living thing in any way, and the Jainas took it very seriously. Injuring an animal or causing anyone to do so was considered a sin. This meant walking carefully so as not to injure even the tiniest creatures. The mind had to be watched to prevent thoughts and intentions that might lead to quarrels, faults, pain, or any kind of injury. Similarly one's speech had to be carefully monitored. The Jaina must be careful in laying down their begging utensils so as not to hurt a living being, and food and water must be carefully inspected to make sure no living things are hurt or displaced.

As with nonviolence one must not speak any lies nor cause any lies to be spoken nor consent to any lies being spoken. Thus the Nirgrantha (Jaina) speaks only after deliberation and renounces anger, greed, fear, and mirth so that no falsehoods will be uttered. This vow combined with nonhurting (ahimsa) meant that speech must be pleasant and not painful or insulting in any way. Silence as a discipline was observed most of the time.

Non-stealing means that nothing must be taken that is not freely given. Thus the Nirgrantha

begs only after deliberation and according to strict rules, consumes food and drink only after permission is granted, occupies only limited ground for short periods of time, continually renewing the grant to be there.

Chastity is the renunciation of all sensual pleasures. To achieve this discipline monks do not discuss women nor contemplate their lovely forms nor recall previously enjoyed pleasures nor occupy a bed or couch used by women, animals, or eunuchs. A Nirgrantha does not eat and drink too much nor drink liquor nor eat highly seasoned food.

Finally all attachments must be renounced, even to the delight in agreeable sounds or being disturbed by disagreeable ones. Similarly with all the five senses, one may not be able to avoid all experiences, but one is not to be attached to the agreeable ones, for those who acquiesce and indulge in worldly pleasures are born again and again. By these disciplines the wise avoid wrath, pride, deceit, greed, love, hate, delusion, conception, birth, death, hell, animal existence, and pain.

In order to find liberation four things must be attained: human birth, instruction in the teachings, belief in them, and energy in self-control. This meant freeing oneself from family bonds, giving up acts and attachments, and living self-controlled towards the eternal. Collecting alms one may be insulted and despised, but the wise with undisturbed mind sustains their insults and blows, like an elephant in battle with arrows, and is not shaken any more than a rock is by the wind. The sage lives detached from pleasure and pain, not hurting and not killing; bearing all, one's luster increases like a burning flame as one conquers desires and meditates on the supremacy of virtue, though suffering pain.

The great vows, which are a place of peace, the great teachers, and the producers of detachment have been proclaimed by the infinite victor (Jina), the knowing one, as light illuminating the three worlds (earth, heaven, and hell). The unfettered one living among the bound should be a beggar, unattached to women, and speak with reverence, not desiring this or the next world. The dirt of former sins committed by a liberated mendicant walking in wisdom, who is constant and bears pain, vanishes like the tarnish from silver in the fire. Free from desire with conquered sensuality, one is freed from the bed of pain like a snake casts off its skin. Renouncing the world, the sage is called "the maker of the end," for that one has quit the path of births.

The soul cannot be apprehended by the senses, because it possesses no corporeal form and thus is eternal. The fetters on the soul are caused by bad qualities, which cause worldly existence. The golden rule is a part of the Jaina teachings and is extended to all living beings:

Having mastered the teachings and got rid of carelessness,
one should live on allowed food,
and treat all beings as one oneself would be treated;
one should not expose oneself to guilt
by one's desire for life;
a monk who performs austerities should not keep any store.³

Once a disciple of Parshva, the 23rd Tirthankara, asked Gautama why Mahavira taught five vows instead of four. Earlier chastity was practiced as part of non-possession or detachment, but Keshi also explained that the first saints were simple and slow of understanding; they

could practice the teachings better than they could understand them. The last saints were prevaricating and slow of understanding; though they might understand them, they had difficulty practicing them. Those in between were simple and wise; they easily understood and practiced them.

The three gems of Jainism are right attitude, right knowledge, and right conduct. The right attitude takes an unbiased approach, believes in the nine essential principles, and uses discriminating perception. Right knowledge proceeds through the five stages of sense perception, study, intuition, clairvoyance, and omniscience (kevala). Right conduct or character comes from self-discipline, renunciation, and pure conduct in practicing the five major vows. The rationale for self-discipline is explained in the Uttaradhyayana

Subdue yourself, for the self is difficult to subdue;
if your self is subdued,
you will be happy in this world and the next.
Better it is that I should subdue myself
by self-control and penance,
than be subdued by others
with fetters and corporal punishment.⁴

The rules for walking, sitting, begging for food, and evacuating one's bowels were very strict. In order to avoid causing anyone else even to do injury in preparing food, for example, monks must not accept food that is especially prepared for them. The monk must not encourage a lay person to give alms by playing with their children, giving information, praising charity, declaring one's family, expatiating on one's misery, curing the sick, threatening, showing one's learning, and so on.

Attending a sacrifice performed by a Brahmin, a sage named Jayaghosha explained that a true Brahmin is one who has no worldly attachment, who does not repent being a monk, who delights in noble words, who is exempt from love, hate, and fear, who subdues oneself and reaches nirvana, who thoroughly knows living beings and does not injure them, who speaks no untruth from anger or fun or greed or fear, who does not take anything that is not given, who does not love carnally divine, human, or animal beings in thought, words, or action, who is undefiled by pleasure as a lotus growing in water is unwetted, who is not greedy, lives unknown with no house or property or friendship with householders, who has given up former connections with relations, and who is not given to pleasure.

Showing that character and actions are more important to what one is than outward symbols or birth and color in regard to caste, Jayaghosha declared,

The binding of animals, all the Vedas, and sacrifices,
being causes of sin, cannot save the sinner;
for one's works are very powerful.
One does not become a Shramana by the tonsure,
nor a Brahmin by the sacred syllable aum,
nor a Muni by living in the woods,
nor a Tapasa by wearing kusha-grass and bark.
One becomes a Shramana by equanimity,
a Brahmin by chastity, a Muni by knowledge,

and a Tapasa by penance.

By one's actions one becomes a Brahmin
or a Kshatriya or a Vaisya or a Sudra.⁵

Then Jayaghosha warned the Brahmin that there is a kind of glue in pleasure. Those who are not given to pleasure are not soiled by it, but those who love pleasures wander around in Samsara (reincarnation) and are not liberated. He said that if you take two clods of clay, one wet and one dry, and fling them against the wall, the wet one will stick to it. So the foolish are fastened to karma by their pleasures; but the dispassionate are not, just as the dry clay does not stick to the wall.

Mahavira's theory of knowledge (syadvada) is relativistic and tentative to allow for the relativity of this world. Anything may be or not be or be indescribable or any combination of these to allow for various perspectives.

Mahavira taught 73 methods for exertion in goodness by which many creatures, who believed in and accepted them, studied, learned, understood, and practiced them, and acted according to them, obtained perfection, enlightenment, deliverance, beatitude, and an end to all misery. Briefly they are: longing for liberation, disregard of worldly objects, faith in the law, obedience to other monks and the guru, confession of sins, repenting to oneself and the guru, moral purity, adoration of the 24 Jinas, expiation, meditating without moving the body, self-denial, praises and hymns, time discipline, penance, asking forgiveness, study, recitation, questioning, repetition, pondering, discourse, sacred knowledge, concentration, control, austerity, cutting off karma, renouncing pleasure, mental independence, using unfrequented lodgings, turning from the world, not collecting alms in only one district, renouncing useful articles, renouncing food, overcoming desires, renouncing activity and the body and company, final renunciation, conforming to the standard, doing service, fulfilling all virtues, freedom from passion, patience, freedom from greed, simplicity, humility, sincerity of mind and religious practice and action, watchfulness of mind and speech and body, discipline of mind and speech and body, possession of knowledge and faith and conduct, subduing the five senses, conquering anger and pride and deceit and greed and wrong belief, stability, and freedom from karma.

In disciplining the mind, speech, and body, Jainas often stood in one position for a long time. Meditation might focus on such thoughts as the impermanence of worldly things, human helplessness, transitory quality of human relations, aloneness, separateness of the conscious soul from the unconscious body, the impurity of the body, how attachment binds the soul by karma, how good thoughts may release the soul, how karma may be eliminated, the difficulty of attaining perfection, and how the teachings may save one.

Mahavira's travels spread Jainism to various parts of northern India, and later migrations of monks enabled the religion to take hold in most of India. A poetic work on the rules of behavior for monks by Arya Sayyambhava written about 400 BC expresses concern that an act might "undermine the prestige of the Jaina order."⁶ This lapse of humility, one of the main virtues emphasized in this work, does indicate that Jainism was very likely respected by many. The examples of these extremely conscientious ascetics surely must have had their affect on people wherever they went; since they were homeless, they traveled constantly.

Though they seem to have argued over doctrinal differences, no major schism occurred in the

religion until the first century CE, and that was only over whether monks ought to go naked or whether they could wear a garment.

In evaluating the ethics of Jainism we must keep in mind that the ascetic monks and nuns were probably far outnumbered by the householders, who practiced a minor version of the five vows. The primary goal of those who have renounced the world is spiritual liberation (moksha) from the wheel of reincarnation (samsara). Thus their lives were essentially motivated by this intention of removing their souls from the world. Though they lived lightly on the Earth, using as little of its resources as possible, they were still dependent on lay people for their meager survival needs. The complete focus on this other-worldly goal does seem to prevent them from contributing much to society except their example of self-discipline and possibly some teaching.

Yet the lay people, who practiced Jainism while earning a living and providing for their families, were contributing to society while doing their best not to harm others or any living creature. Thus they were vegetarians and, if true to the teachings, lived profoundly ethical lives. Although they provided examples of peace, Jainas often supported the wars that were common in ancient India. Their individual ethic somehow was not able to expand into a larger social ethic to convert society as a whole to the nonviolence they practiced as individuals.

The extremity of their ascetic disciplines seems to have disregarded personal pleasures and happiness so much that the religion never became as popular as Hinduism or Buddhism, although it managed to persist in substantial numbers. Jainism has contributed a marvelous example of individual harmlessness to our world, and though it may not be a complete solution to all human problems, it provided a spiritual path for those seeking liberation and an outstanding model of self-discipline and reverence for all life.

Notes

1. Acharanga Sutra tr. Hermann Jacobi, 2:15:24.
2. Majjh. I, p. 92-93 quoted in Jain, K. C, Lord Mahavira and His Times, p. 56-57.
3. Sutrakritanga tr. Hermann Jacobi, 1:10:3.
4. Uttaradhyayana tr. Hermann Jacobi, 1:15-16.
5. Ibid., 25:30-33.
6. Sayyanmbhava, Arya, Dasa Vaikalika Sutra, 5B:12.

Copyright © 1998-2004 by Sanderson Beck

BOEDDHISME

Inhoud

1. Inleiding
2. Het leven van de Boeddha
3. De vier nobele waarheden
4. De drie karakteristieken van het leven
5. De vier verheven toestanden van de geest
6. Boeddhistische ethiek
7. Kamma en wedergeboorte
8. Meditatie
9. Nibbana
10. De Tipitaka
11. Boeddhayana, het voertuig van de Boeddha
12. Boeddhistische vieringen

1. INLEIDING

Onder de vele vragen die regelmatig gesteld worden is de vraag naar de essentie van de leer van de Boeddha uiteraard de meest gestelde. In deze korte verhandeling is getracht een systematische uiteenzetting te geven van [1] de belangrijkste gebeurtenissen uit het leven van de Boeddha, [2] de basisbeginselen van zijn leer, [3] de geschriften waarin we de leer kunnen terugvinden en [4] hoe we de leer van de Boeddha zelf kunnen volgen, opdat wij tot dezelfde bevrijding van de geest kunnen komen. Het spreekt voor zich dat we binnen het kader van deze verhandeling niet uitgebreid in kunnen gaan op de diepere achtergronden van de besproken leerstellige aspecten. Het ligt slechts in de bedoeling een algemeen beeld te creëren. Mogen velen de grote waarde van de leer van de Boeddha - de Dhamma - gaan beseffen en zo hun menselijke kwaliteit verbeteren en het pad tot 'heiligheid' inslaan teneinde Nibbana te verwerkelijken.

2. HET LEVEN VAN DE BOEDDHA

Zo'n 26 eeuwen heeft de leer van de Boeddha vele miljoenen mensen een weg gewezen naar geluk en innerlijke vrede in dit 'aardse tranendal'. Wie was Boeddha Gotama eigenlijk?

De Boeddha werd geboren als menselijk wezen in Noord- India als zoon van koning Soeddhodana en koningin Maha Maya Dewi. Hij kreeg de naam prins Siddhattha Gotama. Bij de geboorte werd voorspeld dat de prins óf een wereldheerser (universeel monarch) óf een Boeddha (een 'ontwaakte') zou worden. Dit zou afhangen van het al

dan niet in aanraking komen met de wisselvalligheden van het leven - met winst en verlies, hulde en blaam, roem en schande, plezier en pijn. Hiermee wordt bedoeld dat hij bij het zien van de drie kenmerken van het leven, te weten ziekte (beperkteid), ouderdom (verval) en dood (het onvermijdelijke einde van al het samengestelde), diep getroffen zou worden door de consequenties die ze hebben voor ons leven.

De koning droeg er jarenlang zorg voor dat de prins hiermee niet in aanraking zou komen, opdat het hem niet aan het denken zou zetten over de ware aard van het leven. Omgeven door al het aangename en de luxe uit die tijd werd de prins verre gehouden van de droevige zijde van het leven. Hij trouwde met prinses Yasodhara en kreeg een zoon, die Rahoela werd genoemd.

Ondanks alle voorzorgsmaatregelen van de koning was het niet mogelijk de prins te vrijwaren van het zien van ouderdom, ziekte en dood. Volgens de voorspelling bij de geboorte had de prins een ontmoeting met respectievelijk een oud iemand, een zieke en een begrafenisstoet. Tenslotte ontmoette hij ook een bedelmonnik (samara). Door de eerste drie ontmoetingen werd hem de futiliteit van het leven duidelijk en de vierde toonde hem de sereniteit van iemand die de wereld heeft verzaakt en die zich vrijgemaakt heeft van de invloed van de wereld.

Op 29-jarige leeftijd verzaakte de prins (toen nog een Bodhisatta) het wereldse leven en beoefende voor zes jaar zeer strenge ascese. Uiteindelijk besepte hij dat ook deze weg van strenge zelfkastijding en verstervingen niet de juiste was en ontdekte hij de Middenweg. Door deze te volgen bereikte hij op 35-jarige leeftijd de verlichting en daarmee het Boeddhachap. De Boeddha verklaarde hierover zelf: "Ik word de Boeddha genoemd omdat ik de vier nobele waarheden heb begrepen."

Vijfenvertig jaar lang predikte de Boeddha onophoudelijk de Dhamma aan een ieder die oren had om te horen, ogen had om te zien en een geest om te denken - 'de Dhamma die lieflijk is in het begin, lieflijk in de voortgang en lieflijk in de voltooiing'. Hij leerde mensen dat, in tegenstelling met wat we vaak zelf denken of ons voorgehouden wordt, we de verlichting in ons leven zelf zullen moeten bewerkstelligen en dat we hiervoor niet afhankelijk zijn van de genade of hulp van buitenaf.

Op 80-jarige leeftijd ging de Boeddha op in het Maha parinibbana, zijn leer achterlatend als zijn opvolger.

Lees o.m.:

Boeddhayana Publicatie 31: *De Boeddha, zijn Leven en Leer*

Enkele termen

Bodhisatta:

wezen dat nog in hetzelfde leven het Boeddhachap zal verwezenlijken. Ook wordt in deze bewoording gesproken over de Boeddha in zijn vorige levens, nadat hij de wens had geuit een Boeddha te willen worden.

Boeddha:

de ontwaakte, de verlichte. Dit is geen persoonsnaam, maar een geestelijke toestand. Een Boeddha is een wereldleraar die de vier nobele waarheden verkondigt en verklaart, zodat hij anderen kan aanzetten tot het verwirkelijken van dezelfde verlichting. In de boeddhistische canon wordt naar de wereldleraar verwezen als de Samma-Samboeddha, zijn verlichte discipelen worden Arahatta-Boeddha's genoemd.

Dhamma:

De leer van de Boeddha. Het woord dhamma heeft echter veel betekenissen,

vandaar dat de leer van de Boeddha aangeduid wordt als de Boeddha-Dhamma, een term die door de meeste Boeddhisten geprefereerd wordt boven 'het Boeddhisme'.

3. DE VIER NOBELE WAARHEDEN

Waarom worden deze vier waarheden nobel genoemd? Omdat ze de beoefenaar tot een nobel mens kunnen maken. Wanneer gedaan wordt met deze Waarheden wat ermee gedaan dient te worden zal de beoefenaar de directe persoonlijke ervaring hebben van de bevrijding van de geest en dat zal hem een nobel iemand maken. (Ik verkies het woord nobel boven edel, gezien het psychologische verschil tussen beide begrippen.)

1. De nobele waarheid van lijden

Lijden (onvrede, het onbevredigd zijn) vervangt hier het woord doekkha - zie voor details [hier](#). "Geboorte is lijden, ouderdom is lijden, ziekte is lijden, dood is lijden, gejammer en geklaag, pijn en verdriet zijn lijden, het verbonden zijn met datgene waarmee we niet verbonden willen zijn is lijden, gescheiden te zijn van hetgeen we liefhebben is lijden, het niet in vervulling gaan van wensen is lijden; kortom, de factoren waaruit het leven is opgebouwd zijn lijden." Zowel de prettige, aangename als de pijnlijke, onaangename omstandigheden zijn vergankelijk (anicca, zie [hier](#)). Dit vormt een directe bedreiging voor het individuele bestaan en is daardoor voor velen een bron van angst, opwinding, enz.

2. De nobele waarheid van de oorzaak van lijden

De oorzaak van het lijden is begeerte of verlangen (tanha). Doordat we met omstandigheden in en om ons heen geconfronteerd worden ontstaat er een niet te lessen dorst naar aangename gevoelens. De illusie van een onveranderlijke ziel, een zelf, ego of persoonlijkheid ligt hieraan ten grondslag. Zo zijn we verstrikt in onszelf, verstrikt in de dingen buiten ons, verstrikt in het net van leed. Daarom verklaart de Boeddha: 'Bijt niet in het aas (d.i. genoegens) van de wereld,' want lijden is het onvermijdelijke gevolg.

De nobele waarheid van het ophouden van lijden

Hij die de onwetendheid, de illusie van het zelf, doorbroken heeft, zal vrij zijn van begeerte. De vlam van de hartstocht zal uitgaan wegens gebrek aan brandstof. De bezoedelingen die nog niet doorbroken zijn en die ons binden aan het rad van wedergeboorte dienen als brandstof voor het eindeloos herboren worden in samsara - het geconditioneerde, afhankelijke bestaan.

3. De nobele waarheid van het pad dat leidt tot het ophouden van lijden

Het Nobele Achtvoudige pad is het middel dat leidt tot het ophouden van al het leed:

1. **Juiste visie** - d.i. visie en wijsheid overeenkomstig de waarheden;
2. **Juist denken** - d.i. te denken zonder hebzucht, boosheid en wreedheid;
3. **Juist spreken** - d.i. de waarheid spreken, niet roddelen of lasteren, geen ruwe of harde taal gebruiken en geen leegpraat;
4. **Juist handelen** - d.i. het niet doden of kwetsen van mensen en dieren, niet direct of indirect stelen, niet genieten ten koste van anderen;

5. **Juist levensonderhoud** - d.i. een eerlijk en heilzaam beroep uitoefenen;
6. **Juiste inspanning** - d.i. de inzet om het heilzame te doen opkomen en vermeederen en het onheilzame te doen afnemen en verdwijnen;
7. **Juiste achtzaamheid** - d.i. het achtzaam zijn van wat er zich in het hier-en-nu voordoet;
8. **Juiste concentratie** - d.i. het gericht en geconcentreerd zijn op een heilzaam object of op het gebeuren in het hier-en-nu.

9.

Lees o.m.:

Boeddhayana Publikatie 14: *Een Ontmoeting met het Boeddhisme.*

Boeddhayana Publikatie 19: *Boeddhisme in een Notedop*

Boeddhayana Publikatie 33: *Het Aloude Pad van de Boeddha*

4. DE DRIE KARAKTERISTIEKEN VAN HET LEVEN

Al wat is samengesteld is vergankelijk (*anicca*), onbevredigend (*doekkha*) en niet-zelf (*anatta*). Deze drie aspecten worden de drie karakteristieken of de drie kenmerken van het leven genoemd, omdat al het samengestelde door deze drie wordt beheerst.

Anicca betekent vergankelijkheid, onbestendigheid, veranderlijkheid. Alles wat ontstaan is zal eens vergaan. In feite blijft niets voor twee opeenvolgende momenten hetzelfde. Alles is in een voortdurende stroom van verandering. In al het samengestelde treft men de drie fasen van ontstaan-bestaan-verdwijnen aan; alles is slechts van tijdelijke aard. Daarom is het belangrijk de laatste woorden van de Boeddha ter harte te nemen: "Al wat is samengesteld is vergankelijk. Bewerkstellig uw bevrijding dan ook met volle ernst." *Doekkha* betekent lijden, ontevredenheid, het onbevredigend zijn, datgene dat moeilijk te (ver)dragen is, enz. Juist omdat al wat samengesteld is vergankelijk is, brengt het degene die zich eraan vastklampt uiteindelijk verdriet. Denk hierbij maar eens aan ziekte (t.o.v. ons idee van gezondheid), het wegvallen van geliefde en dierbare mensen of huisdieren, of het verbonden worden met onaan gename omstandigheden. Niets dat afhankelijk is van voorwaarden is waard om vast te houden, omdat we daarmee alleen maar onheil naar ons toetrekken.

Anatta betekent geen-zelf, zonder-zelf, niet-zelf, ego-loosheid enz. Met *anatta* wordt bedoeld het feit dat er in onszelf noch in anderen een bestendige essentie, kern of pit is, ofwel het verstoken zijn van een essentie (*soennata*). *Anatta* betekent dus niet alleen maar het niet egoïstisch zijn, hoewel het besef van *anatta* wel hiertoe leidt. Door de illusie van het bestaan van een zelf (ziel of onveranderlijke persoonlijkheid) en het daarmee onverbreekelijk verbonden zelfbeeld ontstaan de verkeerde ideeën die in onze wereld tot uitdrukking komen middels dunk, onderdrukking, uitbuiting, agressie, geweld en oorlog.

Alhoewel we zeggen dat ons lichaam en denken van ons is, is dit niet in overeenstemming met de werkelijkheid. We kunnen het lichaam niet altijd gezond, jeugdig en mooi houden of maken. We kunnen het denken niet altijd ten positieve keren wanneer we onderworpen zijn aan ongelukkige en negatieve gemoedstoestanden (die op zich al aantonen dat het denken niet volkomen beheerst wordt door een of ander zelf). Wat is er dan wel, als er geen onveranderlijk ego of zelf is? Als we ons leven onderzoeken zien we dat er slechts stoffelijke en mentale processen (*nama-roepa*) zijn, die in een ingewikkeld samenspel van conditionering en afhankelijkheid ons bestaan vormen. Deze vormen de *khandha*'s, ofwel de (vijf) groepen waaraan de niet-verlichte

mens zich vasthoudt als een zelf of behorende tot een zelf: alle stoffelijke processen die het lichaam vormen (roepa), de verschillende typen van gevoel (wedana), de zes soorten van zintuiglijke waarneming (sanna), de wilskrachtige formaties of uitingen (sankhara's) en de verschillende soorten van bewustzijn (winnana).

Door de wisselwerking tussen deze vijf groepen niet te begrijpen, denkt de mens dat er een zelf of ziel is en schrijft hij het nog onbekende toe aan een onbekende, buiten zichzelf gelegen, duistere macht, die hij daarom ook diensten moet bewijzen om zijn individuele bestaan veilig te stellen. En daardoor leeft de onwetende mens voortdurend in een spanningsveld tussen zijn angsten en begeerten, zijn onwetendheid en zijn meningen over de werkelijkheid. Wie begrijpt dat dit berust op de illusie van een zelfbeeld kan zich bevrijden van al het leed, en de weg hiertoe is het nobele achtvoudige pad, dat een ethische, intellectuele en spirituele ontplooiing van de beoefenaar teweeg zal brengen. Het zal de lezer nu duidelijk zijn dat deze drie kenmerken of karakteristieken van het leven vervat liggen in de vier nobele waarheden.

Lees o.m.:

Boeddhayana Publikatie 20: *Psychologische Aspecten van het Boeddhisme.*

5. DE VIER VERHEVEN TOESTANDEN VAN DE GEEST

De vier verheven toestanden van de geest - brahma- wihara in het Pali (de taal waarin de Boeddha sprak en zijn predikingen zijn opgetekend) - zijn vier kwaliteiten van het hart, die bij volledige ontwikkeling de mens verheffen tot het hoogste spirituele niveau. Deze vier zijn:

1. **Metta**, dat vertaald zou kunnen worden met liefdevolle vriendelijkheid, allesomvattende liefde, welwillendheid, onzelfzuchtige universele en onbegrensde liefde. Metta duidt op de mentale hoedanigheid die tot doel heeft andere mensen gelukkig te maken. De directe vruchten van metta zijn: liefdadigheid, bevrijding van irritatie en opwinding, rust in jezelf en vrede met je omgeving. Hiervoor dient metta ontwikkeld te worden ten opzichte van al wat leeft, tot de kleinste wezens toe. Metta heeft niets te maken met zinnelijke liefde of voorkeursliefde, hoewel de kracht van metta vergeleken wordt met de liefde van een moeder voor haar eniggeboren kind.
2. **Karoena**, dat mededogen betekent. Een karakteristiek kenmerk van mededogen is dat het de wens in zich draagt om anderen te bevrijden uit hun lijden. Mededogen is dus iets heel anders dan mede-lijden! Het leidt tot vrijgevigheid en de wens om anderen met raad en daad bij te staan. Karoena neemt een belangrijke plaats in, want de leer van de Boeddha wordt ook wel de leer van wijsheid en mededogen genoemd. Het was ook het diepe mededogen van de Boeddha dat hem er toe deed besluiten de Dhamma aan een ieder te verkondigen. Liefde en mededogen zijn twee hoekstenen van de praktijk van de Dhamma, waardoor het Boeddhisme ook wel de religie van de vrede genoemd wordt.
3. **Moedita** is de medevreugde die we voelen bij het zien van of horen over andermans geluk en welzijn, het zich verheugen in het welslagen van een ander zonder er jaloers op te zijn. Door medevreugde worden geluk, deugdzaamheid en dergelijke kwaliteiten van het hart aangekweekt.

4. *Opekkha* ofwel gelijkmoedigheid duidt op een rustige, standvastige en stabiele toestand van de geest. Deze uit zich vooral bij de ervaring van ongeluk of pech. Iemand met gelijkmoedigheid treedt iedere situatie met gelijke moed, zonder angst of overmoed, tegemoet. Als men zich gewaar wordt van andermans ongeluk treurt men noch is men blij. Zonder vooroordeel en bedaard wordt iedereen in elke situatie met dezelfde innerlijke houding behandeld. Regelmatige contemplatie over handelingen (kamma) en de resultaten ervan (wipaka) vernietigt vooroordeel en voorkeur. Het is het besef dat iedereen de bezitter en erfgenaam is van zijn eigen daden. Zo zal een beter begrip ontstaan over wat goed is en wat slecht, wat heilzaam is en onheilzaam, en zullen onze daden uiteindelijk beheerst worden om zo tot het verrichten van het goede te komen en tenslotte tot het hoogtepunt van de bevrijdende kennis.

Het dagelijks mediteren om deze vier verheven toestanden van de geest te ontwikkelen zal ertoe leiden dat ze een gewoonte worden en dat de innerlijke barrières en hindernissen beheerst en overwonnen kunnen worden.

Lees o.m.:

Boeddhayana Publikatie 4: *De Vier Verheven Toestanden van de Geest*

Boeddhayana Publikatie 17: *De Beoefening van Liefdevolle Vriendelijkheid.*

6. BOEDDHISTISCHE ETHIEK

In elk religieus, filosofisch of levensbeschouwelijk systeem worden morele maatstaven gegeven, die de volgelingen of aanhangers ervan in staat stellen deugdzaam te handelen. Over het algemeen worden in religieuze systemen de ethische normen gekoppeld aan een wetmatig systeem dat door een godheid of oerkracht buiten de mens bepaald wordt, die tevens belast is met het straffen en belonen van het individu. De leer van de Boedha echter is een psycho-ethisch systeem, waarin alle ethische normen bepaald worden door de psychologische achtergronden en motieven van ons handelen. Voor wie handelt met zuivere motieven als niet-hechten, vriendelijkheid en begrip (wijsheid) zal het verkrijgen van geluk iets vanzelfsprekends zijn, net zoals zijn eigen schaduw hem nooit zal verlaten. Maar wie handelt met negatieve motieven als hebzucht, kwade wil en onbegrip (onwetendheid), hem zal de dreiging van leed op de hielen zitten.

Ethiek is een onderdeel van het nobele achtvoudige pad, te weten: juist spreken, juist handelen en juist levensonderhoud, wat voor de lekevolgelingen een minimale maatstaf biedt in de vorm van de vijf levensregels (pancasila):

Ik zal trachten mij te onthouden van het nemen (bedreigen) van leven . . . van het nemen wat niet gegeven is . . . van zinnelijk of seksueel wangedrag . . . van het onwaarheid spreken . . . van geestbenevelende middelen.

Het zal aan de hand hiervan duidelijk zijn dat er in het Boeddhisme geen plaats is voor geboden of verboden. Evenmin is er plaats voor schuldgevoelens. De mens wordt aangespoord zich voor te nemen het goede te doen en zich te onthouden van mensonterende handelingen van bedrog, kwetsen en beneveling.

De juiste wijze van het voorzien in levensonderhoud wil zeggen dat we geen beroep zouden moeten uitoefenen waarmee we andere wezens kwetsen, zoals handel in levende en gedode wezens, in gif, wapens of benevelende middelen. Bij de keuze van een beroep zouden we enerzijds hoffelijkheid, vriendelijkheid en hulpvaardigheid en anderzijds mededogen en wijsheid als uitgangspunten moeten nemen.

Lekevolgelingen kunnen op hun vrije dagen of een of twee dagen per maand acht

levensregels in acht nemen, zodat zij hun geest meer en meer leren beheersen voor hun eigen en andermans welzijn. Deze acht zijn: Ik zal trachten mij te onthouden van het nemen van leven . . . van het nemen wat niet gegeven is . . . van elke vorm van seksueel gedrag . . . van het onwaarheid spreken . . . van geestbenevelende middelen . . . van het nuttigen van voedsel vóór 6 uur en na 12 uur 's morgens . . . van het verfraaien van het lichaam of van vermaak . . . van het gebruik maken van stoelen en bedden die de geest lui maken. (De monniken en nonnen in het Boeddhisme nemen 227 hoofdregels, waaronder deze acht, en vele secundaire regels in acht.) Naast deze levensregels heeft de Boeddha ons geleerd hoe wij in deze wereld kunnen leven zonder actief bij te dragen aan het leed in de wereld en hoe wij ons eigen geluk in dit leven en in volgende levens kunnen verwerklijken, alsmede de uiteindelijke bevrijding van al het leed. Hierdoor staat deugdzaamheid steeds in het teken van medeleven met al wat leeft. De ethische principes zijn universele wetmatigheden, die ongeacht het individu werkzaam zijn. Dientengevolge is een verschijnsel als 'dispensatie van een leefregel' vreemd aan het Boeddhisme. We zijn zelf verantwoordelijk voor onze daden en de gevolgen ervan. Iedereen kan zelf beslissen welke leefregel(s) hij of zij in acht wil nemen, en in welke mate.

Het is niet juist om het meer of minder Boeddhist zijn te bepalen door de mate waarin de leefregels worden nageleefd. Het dient geen enkel nut om dergelijke sociale of spirituele onderscheidingen te maken. Integendeel. Het zou mensen kunnen verdelen en de eendracht onder mensen in gevaar kunnen brengen.

Deugdzaamheid (sila) is geen doel op zich, maar een middel ter bevordering van de spirituele ontwikkeling van wijsheid, met als doel 1. de tegenwerkende krachten te leren beheersen, 2. de bevorderlijke kwaliteiten te ontplooien en 3. de basis te leggen voor een verdere mentale ontwikkeling, met als doel de geest volkomen te bevrijden van alle leed.

7. KAMMA EN WEDERGEBOORTE

"De geest is de voorloper van alle omstandigheden."

Kamma (in het Sanskriet: karma) ofwel wilskrachtige handeling, is een belangrijk begrip in de leer van de Boeddha en verwijst naar de wet van oorzaak en gevolg. We worden in dit leven geconfronteerd met verschillen tussen mensen. De een wordt geboren als vorstzoon, de ander in een krottenwijk; de een als een slecht iemand, de ander als een nobele; sommigen leven lang, anderen kort; sommigen zijn ziekelijk, terwijl anderen uitzonderlijk gezond zijn; er zijn mensen die wat ze ook uitproberen steeds pech hebben, maar er zijn er ook die alle geluk van de wereld lijken te hebben. Dit is geen goddelijke beschikking, maar een gevolg van voorgaande (eigen) handelingen. Ieder schept zijn eigen omstandigheden. Daarom is de Wet van kamma geen wet van straffen of belonen, maar louter een wet van oorzaken en gevolgen, van acties en reacties. We kunnen dan ook nooit een ander de schuld geven van onze slechte omstandigheden. Een ander draagt er hooguit toe bij. Wij zijn onze eigen schepper, de bouwer van onze levensomstandigheden, zowel van de aangename als van de onaangename. Wij hoeven ons tot niets of niemand te wenden voor genade, behalve dan tot onze eigen geest.

Daarom wijst de Boeddha rijk en arm er op dat zij hun eigen omstandigheden hebben teweeggebracht en dat zij dit ook nu doen. Vandaar de aansporing in de richting van de rijken om welwillend te zijn en de armen te verheffen uit hun leed, en van de armen om zich niet passief over te geven aan hun lot, maar zich in te zetten voor de verbetering

van hun levensomstandigheden.

Goede en slechte handelingen worden bepaald door de psychologische achtergronden, de drijfveren. Wanneer de mens gedreven wordt door hebzucht, haat en begoocheling, dan zal de handeling zeker leed brengen, terwijl het ontbreken van deze drie Wortels van het Leed geluk en harmonie brengt.

Overeenkomstig de daden die iemand verricht zal ook de levensstroom die nu ons bestaan vormt na de dood een nieuwe identiteit zoeken en zo vindt er een nieuwe geboorte plaats. Zodra echter de onwetendheid en de dorst naar bestaan zijn vernietigd, zal er geen wedergeboorte meer zijn. Overeenkomstig de leer van de Boeddha is er echter geen ziel die van het ene leven naar het andere verhuist of incarneert, want er is - zoals we reeds gezien hebben - geen permanente ziel of zelf. Ons leven kan vergeleken worden met voortgestuwde en stuwende energie die door ons handelen gevoed en gestuurd wordt. Net zo min als er een identiteit of entiteit elektriciteit nodig is om de stroom te laten voortgaan is er ook geen ziel of zelf nodig voor wedergeboorte.

Zolang de kammische energie er is, is er wedergeboorte, gelijk de pit van een olielamp blijft branden zolang er olie in de lamp zit. Om deze energie te doen ophouden en ons zo te bevrijden van al het leed, dienen we de inspanningen te verrichten die leiden tot het verwijderen van de latente neigingen die in ons hart werkzaam zijn. Deze krachten zijn: geloof in een zelf, het idee dat ceremonien en rituele handelingen tot bevrijding leiden, sceptische twijfel, gehechtheid, kwade wil, dunk, onrust en onwetendheid. De juiste inspanning hiertoe is de beoefening van het Nobele Achtvoudige pad, d.w.z. de ontwikkeling van deugdzaamheid, concentratie en wijsheid.

Lees o.m.:

Boeddhayana Publikatie 22: *De Boeddhistische Leerstelling van Kamma*

Boeddhayana Publikatie 23: *De Boeddhistische Visie op Wedergeboorte*

8. MEDITATIE

Meditatie is de laatste jaren een bijna niet meer weg te denken begrip in onze samenleving aan het worden. Wat is meditatie nu eigenlijk in Boeddhistische zin? Meditatie is niet: navelstaren, het ontwikkelen van buitengewone krachten, een poging om de werkelijkheid te ontvluchten, een gebed tot iets of iemand, of een middel tot het in vervulling doen gaan van hoop en verwachtingen. Wat is meditatie dan wel? Het Pali-woord ervoor is *bhavana* en betekent mentale ontwikkeling of ontplooiing, beschouwende contemplatie. Er zijn twee soorten van mentale ontwikkeling: *Samatha bhavana*, ofwel de mentale ontwikkeling van innerlijke kalmte door intense eenpuntigheid van geest (concentratie). Het mediteren op de vier verheven toestanden van de geest is zo'n methode.

Wipassana bhavana, ofwel de mentale ontwikkeling van inzichtkennis en wijsheid door de toepassing van achtzaamheid met betrekking tot de mentale en stoffelijke processen. Meditatie heeft daarom als eerste betekenis de verwijdering van haat en kwade wil naar onszelf en anderen. Daarin kunnen we twee methoden onderscheiden: 1. het zich bewust worden van het opkomen van haat of kwade wil, gevolgd door de mogelijkheid te overwegen of we al dan niet meegesleurd willen worden en 2. de ontwikkeling van onzelfzuchtige, universele, zuivere liefde (*metta*).

Maar kalmeditatie alleen is niet voldoende om onze latente hindernissen tot waar geluk te verwijderen. Hoewel hebzucht en kwade wil (tijdelijk) verwijderd zijn, blijven we in de greep van onwetendheid. Vandaar dat de Boeddha ons de *wipassana*,

wijsheidmeditatie, heeft geleerd om ons ook hiervan te ontdoen.

Wipassana is de inspanning om het leven te leren be grijpen zoals het werkelijk is. Elke keer als we ons bewust worden van impressies d.m.v. onze zintuigen zouden we ons moeten inspannen om door de illusoire aard ervan heen te zien. We zijn geneigd de dingen in en rondom ons te zien als volmaakt, bestendig, bevredigend en als zelf of als niet mijn zelf. Een oplettende geest kan echter de ware aard doorgronden en leren zien dat ze in werkelijkheid onvolmaakt, veranderlijk, uiteindelijk niet bevredigend en leeg van enige essentie zijn. Dit geeft de beoefenaar de gelegenheid zich te bevrijden van angst, verwarring en opwinding, en van elke andere hindernis die hem afhoudt van innerlijke vrede en harmonie.

Boeddhistische meditatie is als zodanig een ongevaarlijke methode om achtzaamheid te ontwikkelen, teneinde tot inzicht te komen en het leven te leren zien voor wat het werkelijk is. Alvorens de beoefenaar echter gevestigd is in de juiste oefening is het van belang hierin begeleid te worden. Meditatieleraren in de Boeddhistische zin zijn geen goeroes ; het zijn goede vrienden op het pad tot Bevrijding. Het is een vriendschap die uiteindelijk leidt tot onafhankelijkheid. Er is in feite maar één leraar en dat is de Boeddha, met zijn leer als leidraad.

De Prediking over de grondslagen voor het opwekken, de ontplooiing en het vestigen van achtzaamheid wordt door de Boeddha geopend met de woorden:

"Dit, discipelen, is die ene weg, die leidt tot de reiniging van wezens, tot het overwinnen van verdriet en weeklacht, tot het vernietigen van pijn en leed, tot het bereiken van het juiste pad en tot de verwerkelijking van Nibbana (het ophouden van al het leed)." En daarmee wordt overduidelijk het doel van de meditatie aangeduid.

Lees o.m.:

Boeddhayana Publikatie 30: *Boeddhistische Meditatie*
Instructies tot de Inzichtmeditatie

9. NIBBANA

Het Pali-woord Nibbana is afgeleid van de woorden nir en wana. Nir is een ontkenning; wana betekent weven of verlangen en is de kracht die ons van het ene leven naar het andere doet gaan. Nibbana is dientengevolge het vrij zijn van de binding met de kringloop van geboorte en dood door het uitdoven van begeerte.

Er zijn drie poorten tot Nibbana:

1. **Samma-Samboeddha:** de weg van de wereldleraar.
Door zich toe te leggen op de ontwikkeling van de Volmaaktheden (paramita) ontplooit de Bodhisatta, de aspirant, de mogelijkheid om op eigen kracht en zonder hulp van buitenaf de verlichting te bereiken, zodat hij deze voor het welzijn van alle levende wezens kan verkondigen. Er is nooit meer dan één Samma-Samboeddha tegelijkertijd.
2. **Pacceka-Boeddha:** de weg van de zwijgende Boeddha.
Hoewel deze Boeddha dezelfde verlichting heeft bereikt (in een tijdperk waarin de leringen van een Samma-Samboeddha onbekend zijn) heeft hij niet het vermogen om de Dhamma op grote schaal te prediken. Deze Boeddha's leven vaak in groepjes bij elkaar.
3. **Arahatta-Boeddha:** de weg van de discipel.
Door de instructies van de Samma-Samboeddha te volgen, kunnen zijn

discipelen dezelfde verlichting bereiken en zich volledig bevrijden van alle onwetendheid en verlangen, en daarmee van het lijden. Zij zijn uiterst belangrijk voor het in stand houden van de leer van de Boeddha. Zij zijn de dragers van de Dhamma.

Elk van deze drie typen Boeddha's wordt gedreven door mededogen voor al wat leeft, en hun inspanning om zich eerst te ontdoen van alle begoocheling is niet uit eigen belang, maar voor het welzijn van allen. Hun voorbeeld en instructies zijn voor de ontelbare wezens in sa'sara een ware zegen, omdat zij wegwijzers zijn op het pad dat leidt tot het ophouden van alle leed, Nibbana.

Nibbana dient in dit leven verwezenlijkt te worden en is niet een staat die pas verkregen wordt na de dood. Er zijn twee aspecten van Nibbana, dat volmaakt, vreugdevol en gelukkig is: a) de verlichte staat in dit leven zelf, waarin de processen die ons bestaan vormen zich nog voordoen en b) Nibbana na het overlijden (Mahaparinibbana), waarbij de bindingen van de vijf groepen van hechten weggevallen zijn.

Nibbana is niet een soort niets, alleen maar omdat we het niet met onze zintuigen kunnen waarnemen. Er is een mooi verhaal om dit te illustreren. Een schildpad, die bevriend was met een vis, trekt op een zeker moment het vasteland op en bij zijn terugkeer vraagt zijn vriend de vis waar hij gebleven was. Op zijn antwoord dat hij op het vasteland geweest is, wil de vis weten wat dat is, maar hij kan niet begrijpen dat er iets vasts bestaat waar je op kan staan, omdat hij niets anders kent dan zijn waterige omgeving.

Wie bereikt de verlichting? Er is niet zo iets als een zelf of ziel die de Verlichting bereikt. Juist het wegvallen van de illusie van een zelf is de bevrijding van alle leed. De binding aan de kringloop van geboorte en dood is het overspringen van de vlam van de ene lont naar de andere. De Verlichting is als het uitdoven van de vlam. De vlam was er wel, maar we kunnen niet zeggen waar hij gebleven is.

Nibbana is evenmin een opgaan in een godheid, een schepper. Het is het onvoorwaardelijk vrij zijn van elke afhankelijkheid. Nibbana is het hoogste geluk - en dit geluk kan door iedereen, man of vrouw, bereikt worden!

10. DE TIPITAKA

De Tipitaka, de drie manden of korven, is de naam van de Boeddhistische canon: deze bevat de Predikingen die door de Boeddha zijn gehouden. De Tipitaka bestaat uit de volgende drie delen:

1. **Winaya Pitaka**

Deze verzameling bevat de winaya, d.i. de Discipline voor de Orde van Discipelen (de Sangha). Het woord winaya betekent datgene dat het slechte verdrijft.

2. **Soetta Pitaka**

De verzameling van predikingen, bestaande uit:

- Digha Nikaya - de verzameling lange predikingen
- Maddjhima Nikaya - de verzameling middellange predikingen
- Samyoetta Nikaya - predikingen die geordend zijn naar soort
- Angoettara Nikaya - predikingen die geordend zijn naar getal

- Khoeddaka Nikaya - verzameling van kleinere boekwerken:
 - Khoeddaka Patha
 - Dhammapada
 - Oedana
 - Itiwoettaka
 - Soettanipata
 - Wimanawatthoe
 - Petawatthoe
 - Theragatha
 - Therigatha
 - Djataka
 - Niddesa
 - Patisambhidamagga
 - Apadana
 - Boeddhawamsa
 - Cariyapitaka

3. **Abhidhamma Pitaka**

De verzameling van analytische beschouwingen, waarin de psychologische en filosofische aspecten van de leer verklaard worden in overeenstemming met de werkelijkheid.

- Dhammasangani
- Wibhanga
- Dhatoekatha
- Poeggalapannatti
- Kathawatthoe
- Yamaka
- Patthana

De tipitaka is voor het eerst opgetekend (op palmbladeren - Aloe) tijdens de regering van koning Watthogamini Abhaya (101-77 voor de westerse jaartelling) in de Aloe-Wihara, Matala nabij Kandy, Sri Lanka. De tipitaka en de commentaren zijn opgetekend in het Pali, de taal waarin de Boeddha sprak, maar ook in het Sanskriet, het Tibetaans en het Chinees. Belangrijke predikingen (soetta's) zijn: die van het 'in beweging zetten van het wiel van de waarheid' (de eerste prediking), over de grondslagen van achtzaamheid (Satipatthanasoetta), de prediking over het geleidelijke pad tot verlichting ofwel 'de goede tekenen in het leven' (Mangalasoetta), over 'liefdevolle vriendelijkheid' (Mettasoetta), over 'terugval' (Parabhawasoetta), over 'wereldse vooruitgang' (Wyaggapaddjasoetta) en over 'juiste omgang' (Sigalowadasoetta). Deze predikingen en andere kunt u in de reeks Boeddhayana Publikaties bestuderen ([zie hier](#)).

11. BOEDDHAYANA, HET VOERTUIG VAN DE BOEDDHA

Nu het Boeddhisme meer bekendheid heeft gekregen in de afgelopen jaren kunnen belangstellenden de verschillende scholen en tradities van het Boeddhisme bestuderen. Voor een buitenstaander kunnen de vele stromingen en uiterlijk zo verschillende vormen waarin het Boeddhisme zich manifesteert nog wel eens verwarrend werken. Sommigen kunnen door de stromingen de Dhamma niet meer zien! Zij worden soms juist afgeschrikt omdat zij eigenlijk op zoek zijn naar eenheid in een wereld waarin sektarisme en afscheiding hoogtij vieren. Misleid door sektarische benaderingen als mijn school is beter of hoger dan jouw school kunnen zij de waarde van de Dhamma missen. De Boeddha leert ons verschillende poorten tot verlichting (bodhi) en elke daarvan is even waardevol, anders had de Boeddha ze niet onderwezen. We zouden dit het 'voertuig van de Boeddha' (Boeddhayana) kunnen noemen. Belangrijke kenmerken in de leer zijn liefdevolle vriendelijkheid (metta), mededogen (karoena) en wijsheid (pañña). In elke school van het Boeddhisme staan deze centraal.

Sinds de eerste prediking van de Boeddha, nu bijna 26 eeuwen geleden, heeft het Boeddhisme zich over geheel Azië verspreid. Tot aan de komst van de communisten in China was bijna eenderde van de wereldbevolking Boeddhist. In elk land ontwikkelde zich een eigen vorm. Belangrijke Boeddhistische landen zijn: Cambodja (T), Japan (Z), Zuid-Korea (C/Z/T), Myanmar (T), Laos (T), Singapore (C), Sri Lanka (T), Thailand (T) en Tibet (M). Maar ook in Bangladesh, China, Indonesie, Nepal en Vietnam treffen we Boeddhisten aan.

Er zijn een aantal hoofdrichtingen te onderscheiden:

Therawada: het vroege boeddhisme zoals voornamelijk beleden in Myanmar, Sri Lanka en Thailand - deze school beroept zich op de oudste geschriften, die opgetekend zijn in het Pali. De nadruk wordt gelegd op het pad van de Arahatta- Boeddha, maar het pad van de Samma-Samboeddha wordt eveneens beoefend. Er is minder ritualiteit dan in de meeste andere Scholen.

Mahayana: de nieuwe scholen, te weten:

- *Tibetaans Boeddhisme:* in het Tibetaans Boeddhisme wordt de nadruk gelegd op het pad van de Samma- Samboeddha. Zij verdelen hun systeem in Hinayana (mindere, kleine of inferieure voertuig), Mahayana (hogere voertuig) en Wadajrayana (diamanten of superieure voertuig). De predikingen van de Boeddha zijn opgetekend in het Tibetaans. Hoewel naar de Dalai Lama soms verwezen wordt als hoofd van de Boeddhisten is hij uitsluitend het hoofd van het Tibetaans Boeddhisme. (M)
- *Zen:* De vorm van Boeddhisme die ontwikkeld is uit de Samadhi-meditatie gericht op de djhana (in het Chinees ch'an) en die vooral populariteit heeft in Japan. Belangrijk zijn de leringen van de Zen-meesters. Meestal weinig onderricht in de predikingen van de Boeddha zelf. (Z)
- *Chinees Boeddhisme:* Naast de geschriften (in het Chinees of Sanskriet) zijn de uitspraken van de Patriarchen belangrijk. Evenals in de andere Mahayana Scholen is er een sterke affiniteit met het Bodhisatta- ideaal, d.w.z. het zich inzetten voor het welzijn van alle levende wezens en het uitstellen van je eigen verlichting tot alle andere wezens tot dezelfde verlichting kunnen komen. De belangrijkste is Kwan Yin (in het Tibetaans Boeddhisme Chenrezi of

Awalokiteshwara). (C)

Elk land heeft zo zijn eigen Boeddhistische cultuur, maar de essentie van de leer is overal gelijk.

Mijn oproep aan alle Boeddhisten in Nederland in het bijzonder en in de wereld in het algemeen is dat zij zich steeds zullen blijven verenigen als volgelingen van dezelfde Leraar, zodat wij gezamenlijk de wereld kunnen helpen in het licht van mededogen en wijsheid.

12. BOEDDHISTISCHE VIERINGEN

Het klooster en het contact met de Sangha nemen in het leven van de Boeddhist een centrale plaats in. De Boeddhistische hoogtijdagen zijn dan ook dagen die in het klooster doorgebracht worden. Men biedt dana (voedsel en andere benodigdheden) aan de Sangha aan, er wordt naar Dhamma- leringen geluisterd, predikingen van de Boeddha worden gereciteerd en individuele meditatie en contemplatie worden beoefend. De vieringen zijn een samenzijn in serene vreugde. Er zijn drie belangrijke vieringen die voor elke Boeddhist van veel betekenis zijn.

Wesak, de dag van de Boeddha

De dag van Wesak op de dag van volle maan in de maan-maand wisakha (mei) is de meest gewijde dag voor elke Boeddhist, want het is de drievoudig gezegende dag waarop de geboorte, de verlichting en het heengaan van de Boeddha herdacht worden. De Boeddha was een gewoon mens, geen god, of de zoon van een of ander bovenmenselijk wezen. Waarom is zijn geboorte dan zo belangrijk? Voor zijn geboorte was er voor niemand de mogelijkheid de verlichting te bereiken. Met zijn geboorte kon er een Boeddha in de wereld verschijnen, daarom is dit een buitengewoon bijzonder feit. Met het bereiken van de verlichting werd voor ons de weg geplaveid, die iedereen kan bewandelen naar hetzelfde bevrijdende doel. Het heengaan van de Boeddha bewijst de vergankelijkheid, die aard van het bestaan waarvan de Boeddha juist zei dat die begrepen moet worden. Deze aspecten overdenkt de Boeddhist op de dag van Wesak en men geeft uiting aan zijn vertrouwen door toevlucht te nemen tot het 'drievoudig juweel' (Boeddha, Dhamma, Sangha).

Asalha, de dag van de Dhamma

Na het bereiken van de verlichting trok de Boeddha naar Benares om de vijf asceten waarmee hij eerder samen geoefend had de Dhamma te onderwijzen, zodat ook zij deel konden hebben aan dezelfde Verlichting. Dit alles vond plaats in de maan-maand asalha (juli) op de dag van volle maan. Bij de viering van Asalha gedenken we daarom het feit dat de Boeddha de Dhamma bekend maakte aan de wereld door middel van zijn eerste prediking, de 'prediking van het in beweging zetten van het wiel van de waarheid'. De viering van Asalha verwijst ook naar het feit dat de Sangha werd opgericht. Op die dag werden die eerste vijf discipelen in de Orde opgenomen door het simpele feit dat zij de instructies opvolgden die de Boeddha gaf. De oprichting van de Sangha betekent de voltooiing van het 'drievoudig juweel', de drie grote toevluchten: de Boeddha, Dhamma en de Sangha, de onderwezen discipelen, degenen die de leer beoefenen en de vruchten ervan realiseren. De leden van de Sangha zijn de dragers van de leer van de Boeddha. Asalha is ook de dag waarop de retraiteperiode, waso, begint. De waso is een periode die samenvalt met de regentijd in Azië, waarin de leden van de Sangha niet rondreizen, maar op een plaats verblijven en daarom heel direct bereikbaar zijn voor de

lekevolgelingen. Het doel van deze periode is er bij uitstek een van individuele vorming en ontplooiing binnen de Sangha. Ook de leke-volgelingen hebben baat bij deze periode. Wanneer zij de kloosters bezoeken kunnen zij de drie belangrijkste oefeningen van vrijgevigheid, deugdzaamheid en mentale ontwikkeling in praktijk brengen. Soms wordt deze periode verkeerdelijk vertaald met vastentijd . De Sangha kent zoiets niet. Vasten is niet iets dat incidenteel gedaan moet worden, maar iets dat steeds een onderdeel zou moeten zijn van de totale oefening. Vandaar dat de discipline van de Sangha hierin voorziet door dagelijks te vasten van 12 uur 's middags tot aan zonsopgang (> 6 uur 's morgens).

De waso is eerder een rustperiode, omdat er - in tegenstelling tot de overige maanden van het jaar - niet gereisd wordt. De thuisloze discipelen waren voortdurend onderweg zonder een vaste verblijfplaats te hebben en zo zij op een plaats (een grot of bos) verbleven, dan was dit voor intensieve meditatie. Hoe meer Sangha echter in de loop der eeuwen gevestigd werd in een land, hoe meer de bhikkhoes in een klooster verbleven, het hele jaar door of zelfs voor hun hele leven.

Kathina, de dag van de Sangha

Kathina is de viering op de dag van volle maan in de gelijknamige maan-maand (oktober) en dit besluit de periode van de waso. Bij deze gelegenheid bieden de mensen die de monniken drie maanden lang verzorgd hebben een heel speciale pij aan (kathina-ciwara). Deze pij wordt dan door de Sangha aan een zich onderscheidende bhikkhoe toegekend tijdens de Kathina-viering. Op deze dag kunnen de lekevolgelingen nog eenmaal aan hun vrijgevigheid uiting geven en hun dankbaarheid voor de ontvangen leringen kenbaar mak door de Sangha van de noodzakelijkheden voor het leven te voorzien voordat ze weer ond gaan reizen. Deze dana is tot op heden nog gewoon en staat bekend als kathina-dana.



De vier edele waarheden

Boeddha kwam tot de volgende ontdekkingen:

- Het leven is moeilijk
- Dat komt omdat we verlangen naar zaken die ons onmogelijk bevrediging kunnen geven en koste wat kost aan van alles willen vasthouden
- Iedereen kan van moeilijkheden bevrijd worden
- Iedereen kan van moeilijkheden bevrijd worden door een mededogend leven te leiden dat gekenmerkt wordt door deugd, wijsheid en meditatie

Het leven is moeilijk

Het leven is moeilijk; het leven is lijden. Lijden, bijvoorbeeld omdat het leven moeilijk te dragen is, omdat we er geen bevrediging in vinden, omdat we het gevoel hebben geen doel te hebben of het doel te hebben gemist en dat soort frustrerende zaken meer.

Vanaf je geboorte word je geconfronteerd met allerlei vervelende dingen.

Je geboorte zelf is zelfs al lijden: iedereen heeft wel een geboortetrauma: van de veilige buik van je moeder het leven in, tegenwoordig in fel licht vaak, met dokters om je heen. Maar zelfs als je thuis werd geboren is de schok van die veilige geborgenheid de wereld in een schok die je je leven lang meedraagt.

Vroeg of laat komt iedereen er achter dat het leven niet allemaal rozengeur en maneschijn is. Het leven is van nature moeilijk: geboorte, ouderdom, verlies.... maar er doemen ook problemen op, omdat dingen veranderen en een mens nu eenmaal graag houdt wat hij heeft, v  ak zelfs, als dat narigheid met zich meebrengt.

En we worden allemaal geboren met onze vermogens maar helaas ook met allerlei beperkingen van lichamelijke en geestelijke aard.

De oorzaak van het lijden

We lijden omdat we zonder ophouden verlangen. Verlangen naar m  er, verlangen naar beter, naar nieuwe ervaringen, naar geld, liefde, materiële zaken, om steeds opnieuw tot de ontdekking te komen dat als we hebben wat we hebben wilden, weer van voren af aan beginnen met verlangen naar m  er, naar beter, naar.....

We lijden omdat we hechten aan van alles en nog wat en het moeilijk vinden veranderingen toe te laten.

Innerlijke vrede bevrijdt van moeilijkheden

Als verlangen naar en gehecht zijn aan allerlei zaken ons leven bemoeilijken, dat is er één manier om die moeilijkheden te beëindigen: niet meer verlangen, niet meer hechten aan zaken die ons toch niet bevredigen.

Het 'toverwoord' is - zoals ik het zie - tevredenheid. Tevredenheid met het feit dat je bestaat, met jouw kern, die zich kan verheugen, kan liefhebben, kan genieten, maar óók kan zónder verlangens en hunkeringen.

Het pad van ontevredenheid naar tevredenheid

De vierde edele waarheid uit het Boeddhisme is, dat er een pad bestaat naar nirwana; het einde van de hunkering naar geluk, naar het geluk zelf. Het wordt **het achtvoudige pad** genoemd.



Het achtvoudige pad

Boeddha onderwees acht stappen naar verlichting, die het achtvoudige pad worden genoemd. Het achtvoudige pad sluit aan op de vierde van de 4 edele waarheden:

Iedereen kan van moeilijkheden bevrijd worden door een mededogend leven te leiden dat gekenmerkt wordt door **wijsheid, deugd en meditatie**.

De acht stappen zijn:

Het ontwikkelen van wijsheid door

- . Juist zien
- . Juist denken

Wijsheid is hier niet alleen het gezonde verstand (al is dat nooit weg), maar innerlijke wijsheid: evenwichtigheid, gelijkmoedigheid, vriendelijkheid, integriteit. Je aangeboren 'weten'.

Het ontwikkelen van een ethische levensstijl, deugd

- Juist spreken
- Juist handelen
- Juist levensonderhoud

Heel in het kort zou je misschien kunnen zeggen dat deze stappen inhouden dat je met aandacht en zonder te streven naar het resultaat van wat je doet door het leven gaat: met een gezonde vorm van zelfbeheersing, een juiste moraal en de vurige wens het goed te willen doen.

Meditatie

- Juiste inspanning
- Juiste opmerkzaamheid
- Juiste concentratie

Boeddha bedoelde hiermee voor mijn gevoel een vorm van mentale training: het proberen de geest te trainen door het aankweken van oplettend bewustzijn en aandacht hebben voor het hier en nu. Dat gaat verder dan de formele meditatie waarbij je "zit", het zou een plaats moeten hebben in het leven dat je leidt.

Woorden van Boeddha

Vertaling J.A. Blok Ankh Hermes 1971

(Opmerkingen tussen haakjes zijn van mij, Freek)

Dhammapada

5. Haat eindigt nooit door haat, haat eindigt door liefde, dat is de eeuwige wet.
7. Die enkel voor genietingen leeft, met de zinnen onbedwongen, onmatig in zijn voedsel, hem zal de verzoeker (Mara) zekerlijk overwinnen.
16. De goede geniet in deze wereld en geniet in de volgende.
18. De goede is blij in deze wereld en is blij in de volgende.
19. De onnadenkende, die veel weet aan te halen uit de wet, maar die de wet niet doet, heeft aan het samanaschap geen deel.
21. Die bezonnen zijn, sterven niet, die onbezonnen zijn, zijn reeds gestorven.
62. De mens is niet van zichzelf.
66. Dwazen zonder begrip hebben zichzelf tot ergste vijand.
74. De begeerte en trots van de dwaas nemen toe.
77. De wijze wordt bemind door de goeden, door de slechten zal hij worden gehaat.
80. Wijzen vormen zichzelf.
- De goden zelfs benijden hen, wier zinnen onderworpen zijn als door de voerman wel bedwongen paarden, die vrij van trots (heerszucht) en van begeerten (hebzucht) zijn.
95. Iemand, die zijn plicht doet, is lijdzaam als de aarde.
97. Die het ongeschapene kent en het geschapene te niet doet, die alle banden heeft verscheurd en alle begeerten terzijde gesteld, die is de grootste onder de mensen.
104. Zichzelf overwonnen te hebben, is beter dan alle anderen te overwinnen.
129. Alle wezens schuwen kwelling, alle wezens vrezen de dood. Stel u in hun plaats en dood niet noch veroorzaak doodslag.
145. Deugdelijke mensen vormen zichzelf.
146. Zoekt gij geen licht, gij die omringd zijt van duisternis?
153. ... ik zoek hem, die dit huis bouwt.
154. ... de geest, het vormloze naderend, is gekomen tot uitblussing van begeerte.
158. Laat ieder eerst zichzelf opvoeden.
160. Het zelf slechts is heer van het zelf.
165. ... niemand anders kan verlosser zijn.
184. Ontwaakten noemen geduld de hoogste ascese, lijdzaamheid het hoogste nirvana.
186. Daar is geen bevrediging voor begeerte. Begeerte geeft korte vreugde en veroorzaakt smart.
201. Overwinning kweekt haat, want de overwonnen is ongelukkig.
203. ... de levenswil is het ergste kwaad.
210. Niet te hebben wat begeerlijk is, is lijden en te hebben wat niet begeerlijk is, is lijden.
211. Laat men daarom niets liefhebben. Zij die niets liefhebben en niets haten,

hebben geen banden.

223. Laat de mens toorn overwinnen door zachtheid, kwaad overwinnen door goed.

236. Licht nu als lamp voor uzelf; ontbrandt snel en wees wijs.

243. Onwetendheid is de grootste vlek.

252. De fout van anderen wordt licht gezien, maar die van zichzelf is moeilijk te zien.

254. De wereld vermeit zich in waan.

276. Aan uzelf is de inspanning.

285. Roei de zelfzucht uit met eigen hand.

287. Wiens zinnen gebonden zijn aan vrouw en kinderen, huis en hof, dien overvalt de dood.

291. Wie door anderen leed aan te doen genot wil bereiken voor zichzelf die zal nimmer vrijkomen van haat.

310. Laat niemand verlangen naar zijns naasten vrouw.

321. De getemde is de beste onder de mensen.

334. De dorst van de gedachteloze groeit als een woekerplant.

355. Rijkdom brengt de dwaas ten onder.

356. De mensheid word bedorven door hartstocht.

369. Ledig uw boot, ledig vaart zij sneller. Ledig van hartstocht en haat zult gij komen tot nirvana.

379. Wek uzelf op door uzelf, reinig uzelf door uzelf.

380. Het zelf slechts is heer van het zelf. Tem uzelf zoals men een edel paard beteugelt.

384. Als een Brahmaan de tweevoudigheid heeft overwonnen

394. Binnen in u is wildernis, de buitenkant maakt gij schoon.

383. Sluit de stroom moedig, drijf de begeerten uit. Als gij de ondergang kent van al het geschapene, zult ge het ongeschapene kennen.

Verzamelde uitspraken van Boeddha

Elk ding is vergankelijk en niets is blijvend.

De onsterfelijkheid is verborgen in het vergankelijke.

Alles wat samengevoegd is, zal weer ontbonden worden, maar de natuurwetten der waarheid, die alle samenvoeging en ontbinding bepalen, blijven tot in eeuwigheid.

De waarheid is het onsterfelijke deel van de geest.

De waarheid is het beeld van het eeuwige.

Boeddha is waarheid, laat waarheid wonen in uw hart.

Datgene in uw ziel, dat zich niet kan of niet wil ontwikkelen tot Boeddha, moet vergaan, want het is slechts waan en onwezenlijk; het is de bron van uw dwaling; het is de oorzaak van uw ellende.

Het zelf is de oorzaak van zelfzucht en de bron van zonde.

De waarheid behoort niet tot de ikheid; zij is algemeen en leidt tot recht en gerechtigheid.

Zoek niet uw zelf, maar zoek de waarheid.

De uitdoving van het zelf is de verlossing, het is de voorwaarde tot verlichting, is nirvana.

Zoek uw toevlucht in dat, wat onveranderlijk is in de wisselingen van het bestaan.

De waarheid is het blijvende in het veranderlijke.

De waarheid verlangt aan het licht te komen, de waarheid verlangt bewust te

worden, de waarheid tracht zichzelf te kennen.

Het zelfbewustzijn verduistert de ogen van de geest en verbergt de waarheid. Het is de kiem der zonde.

Het zelf brengt zelfzucht voort. Er is geen kwaad buiten dat, wat gedaan wordt door vast te houden aan het zelf.

Het zelf is Mara, de verzoeker, de boze, de schepper van het kwaad. Het zelf lokt met genot, het is de sluier van Maya, de verleidelijke.

Wie tot belichaming der waarheid is geworden, heeft zijn doel vervuld en is zelf één geworden met de waarheid.

De zelfzucht verblindt de schepselen en zij blijven gehecht.

De onwetendheid is de wortel van alle kwaad. De oorzaak van smart is de begeerte.

Het zelf is een vluchtige dwaling, het is persoonlijke afgezonderdheid en de zelfzucht die haat en nijd verwekt.

Het bestaan van het zelf is een waan ... alle kwaad vloeit voort uit het vasthouden aan het zelf.

De universele geest en nirvana zijn één.

Als het hart bevrijd is van hartstocht, als het hoofd bevrijd is van vooroordeel, als alle ervaringen hun ik-karakter verloren hebben ... wordt het gelaat van de universele geest zichtbaar. (Jes. 59:2, 58:8)

De Boeddha's brengen het nirvana niet langer met zichzelf in verband.

De Boeddha leeft niet langer zichzelf, maar het universeel geworden leven van de nieuwe mens. (Gal. 2:20)

Het nirvana van de nieuwe mens is daar, waar het ik-besef doorzien is; daar worden niet langer de dualismen van de onderscheiding gekoesterd; daar is geen gehechtheid meer aan uiterlijke dingen.

Nirvana is daar, waar het denken met al zijn onderscheidingen, gehechtheden, afkeur en egoïsme voorgoed verdwenen is.

Nirvana is daar, waar de deernis voor anderen alle zelfzuchtige gedachten te buiten gaat.

Nirvana is volmaakte liefde voor allen.

Lu tse. Indien ge uw hart op één punt vastlegt, dan is geen ding u onmogelijk (Boeddha).

Lu tse. Het vergankelijke is de verwekker van het bewuste (Boeddha).

De formules van de afhankelijke medevoortbrenging

Uit onwetendheid (onbewustheid) ontstaat onderscheiding, uit onderscheiding bewustzijn (ik-bewustzijn), uit bewustzijn naam-en-vorm, uit naam-en-vorm de zes verbindingen (vereenzelviging), uit de zes verbindingen aanraking, uit aanraking aandoeningen (gehechtheid), uit aandoening dorst (begeerte), uit dorst hechten, uit hechten worden, uit worden geboorte, uit geboorte ouderdom en dood, smart, klagen, leed, bekommernis en vertwijfeling. (Boeddha)

De vier edele waarheden

1. Het bestaan is lijden.
2. Het lijden heeft een oorzaak.
3. De oorzaak kan worden opgeheven.
4. De weg om het lijden op te heffen is het achtvoudige pad: 1. juist waakzaamheid, de aandacht moet worden beheerst (waarnemen); 2. juist verstaan, het juiste inzicht is nodig (denken); 3. juist besluiten (denken en voelen) en 4. juist spreken (denken); 5. juist doen, het zedelijke gedrag tegenover mens en dier (voelen); 6. juist leven (eerbaar beroep, willen); 7. juist streven, het beheersen van de wilskracht en 8. juist mediteren.