

# Manifest 2000 voor een cultuur van vrede en geweldloosheid

– Paul Zwollo

**Het manifest 2000 voor een Cultuur van Vrede en Geweldloosheid is opgesteld door een groep winnaars en winnaressen van de Nobelprijs voor de Vrede. Het is de bedoeling dat iedereen die het Manifest ondertekent, zich verbindt om zelf verantwoordelijkheid te nemen voor vrede in de wereld. De Verenigde Naties hebben het jaar 2000 uitgeroepen tot het Internationale Jaar voor een Vredescultuur en het Manifest moet in het kader hiervan gezien worden.**

Het interessante van dit Manifest is dat deze paar regels gebaseerd zijn op de Vijf Voorschriften die de Heer Boeddha 2500 jaar geleden oplegde aan zijn lekeleerlingen, dus aan mensen die gewoon in de maatschappij actief waren. De Heer Boeddha wordt ook wel genoemd de Leraar der Leraren en volgens de Mahatma's is hij de eerste mens hier op aarde die deze hoge positie heeft weten te bereiken.

Binnen het Boeddhisme wordt tegenwoordig gesproken over het zogenaamd 'geëngageerd boeddhisme'. Het kenmerk daarvan is een sterke verbondenheid met alles wat leeft en in het bijzonder met de nood onder kinderen in de Derde Wereld landen. De exponent van dit 'geëngageerd boeddhisme' is Thich Nhat Hanh, vredesactivist, boeddhistisch monnik, Zen-leraar en schrijver uit Vietnam.

In een toespraak die hij onlangs in Nederland hield sprak hij onder meer over 'the art of mindful breathing and mindful consumption'. De kunst van het met volle aandacht ademen en het beteugelen van ons bestedingspatroon. Is dat niet wat onder 'Tapas' wordt verstaan? Soberheid, zelfdiscipline, het zichzelf in de hand houden?

Thich Nhat Hanh hield zijn gehoor 'zelf-beteugeling' en 'meditatie' voor.

## **Kunst van zien en luisteren**

Krishnamurti sprak vaak over 'the art of seeing and the art of listening'. De kunst van het zien en de kunst van het luisteren. Thich Nhat Hanh voegt daar dus 'the art of

mindful breathing' aan toe. De kunst van het met aandacht ademen. Het met volle aandacht tijdens de inademing de levenskracht uit de omgeving in ons opnemen en daarmee ons lichaam en onze geest voeden om vervolgens door middel van de uitademing ruimte te maken voor een volgende instroom van nieuwe energie. Dat zou elke dag geïfend kunnen worden, tijdens de dagelijkse meditatie maar ook op momenten dat we niets anders om handen hebben. Dit zal het

leven ingrijpend veranderen, aldus Thich Nhat Hanh. Gezien de enorme productiviteit die hij aan de dag legt toont hij aan dat zijn advies aan de mensen niet zonder resultaat blijft.

Het is op z'n minst opmerkelijk te noemen dat de Voorschriften van de Heer Boeddha 2500 jaar na dato in een ietwat gewijzigde vorm nu in een Manifest van de Verenigde Naties opnieuw aan de wereld worden doorgegeven.

'Ik ben ervan overtuigd dat,  
als iemand met moed en visie  
onder hen kan opstaan om hen  
in de geweldloze actie leiding te geven,  
de winter van hun wanhoop  
in een ogenblik kan veranderen  
in de zomer van hun hoop.'

Mahatma Gandhi

# Manifest 2000

## Voor een cultuur van vrede en geweldloosheid

Omdat ik besef medeverantwoordelijk te zijn voor de toekomst van de mensheid en vooral voor de kinderen van vandaag en morgen, verbind ik me om dagelijks, in mijn gezin, mijn werk, mijn naaste omgeving, mijn land, en het deel van de wereld waar ik woon:

### Al het leven te eerbiedigen

Ik beloof het leven en de waardigheid van ieder mens, zonder discriminatie en vooroordelen te eerbiedigen.

### Geweld te verwerpen

Ik beloof actief geweldloos te handelen en geweld in al zijn vormen - lichamenlijk, seksueel, psychologisch, economisch en sociaal - te verwerpen, vooral tegenover de meest misdeelden en kwetsbaren, zoals kinderen en jongeren.

### Met anderen te delen

Ik beloof mijn tijd en materiële middelen ruimhartig te delen om een einde te maken aan uitsluiting, onrechtvaardigheid en economische onderdrukking.

### Te luisteren om te begrijpen

Ik beloof de vrijheid van expressie en culturele verscheidenheid te verdedigen en altijd uitwisseling en luisteren te stellen boven fanatisme, laster en afwijzing.

### Zorg te dragen voor onze planeet

Ik beloof verantwoorde vormen van consumptie te bevorderen, evenals manieren van ontwikkeling die alle levensvormen respecteren, en het natuurlijk evenwicht op onze planeet beschermen.

### Solidariteit opnieuw te ontdekken

Ik beloof bij te dragen aan de ontwikkeling van de gemeenschap waartoe ik behoor met volwaardige deelname van vrouwen en respect voor democratische beginselen, om zo gezamenlijk te komen tot nieuwe vormen van solidariteit.

Handtekening:

Naam:

M/V:

Leeftijd:

Adres:

Plaats:

Datum:

Land:

Opsturen naar: Manifesto 2000 Unesco, P.O.Box 3, 91167 Longumeau, Cedex 9, Frankrijk.