

# De weg van de Boeddha

– Bhupendra R. Vora

**In wezen is boeddhisme een levenswijze, gebaseerd op de leringen van de stichter ervan en gedemonstreerd door zijn voorbeeld.**



Bhupendra R. Vora is langjarig lid en voormalig voorzitter van de Theosophical Society (TS) in Oost en Centraal Afrika.

Er zijn prachtige legenden ontstaan rond de geboorte, de jeugd en de adolescentie van Siddhartha Gautama. Hierin wordt verhaald hoe hij, ondanks zijn gelukkige en beschermde leven binnen de paleismuren, ontdekte dat verdriet, ziekte en dood universeel zijn; hoe hij op 29-jarige leeftijd zijn woning, vrouw en pasgeboren zoon verliet en in zijn eentje het woud inging om te ontdekken hoe er een eind gemaakt kon worden aan het lijden van de mensheid. In de zes jaar als kluizenaar die daarop volgden, experimenteerde hij met uiterste zelfkastijding, waaronder uithongering, maar omdat hij geen antwoord kreeg op zijn vraag, gaf hij die weg op en begon hij weer wat te eten om zijn verzwakte lichaam te doen aansterken. Toen hij in meditatie verzonken zat op de dag van de volle maan in mei (wesak of vaisakha), vond hij het antwoord en werd hij een Sammāsamboeddha – de alwetende, ontwaakte, of verlichte mens. Daarop volgden 45 jaar actief leraarschap, waarin hij door het land trok en de mensen liet zien hoe zij een eind konden maken aan alle ziektes, disharmonie en lijden, en hoe zij dezelfde onver-

stoorbare vreugde konden vinden die hijzelf bereikt had.

Er zijn heel wat vertelsels in de Jatakaverhalen over de vorige levens van de Boeddha die aantonen dat hij leven na leven trachtte deugden te ontwikkelen en zichzelf geleidelijk te vervolmaken. Elk van deze verhalen heeft een moraal en leert ons iets over het pad van de bodhisattva.

Toen de Heer Boeddha de laatste van vele geboorten aanvaardde als Gautama, leek hij aanvankelijk niet van plan geweest te zijn om een nieuwe religie te stichten. Hij leek eenvoudig een hervormer van het hindoeïsme te zijn – een geloof dat al een aanzienlijke ouderdom bezat en daardoor sterk was afgeweken van zijn oorspronkelijke vorm, zoals alle religies na verloop van tijd plegen te doen. Het geloof had zich op veel manieren verhard en was star geworden met betrekking tot vormen en ceremonies. Bij rituelen werden dieren geofferd. Toen kwam de heer Gautama en door zijn leringen gooide hij de poorten van de zoete wet van gerechtigheid wijd open. Hij leerde de mensen de religie van mededogen en liefde, van de middenweg, en dat gaf de massa's hoop dat er een hoger leven mogelijk is, zelfs voor hen die nog in de wereld zijn. Hij verklaarde dat de twee uitersten van enerzijds een leven van plezier en comfort en anderzijds een leven van ascetisme, irrationeel zijn; dat mensen, als ze maar de metafysica en haarklopende argumenten zouden vermijden, de grote waarheden van het leven als leidraad zouden kunnen bevatten.

Eén van de mooiste boeken over het leven van Gautama de Boeddha, *Het licht van Azië*, toont ons de geest van zijn tijd en zijn wonderbaarlijke levensloop. Zijn triomfantelijke woorden bij

het bereiken van verlichting luiden als volgt:

*Door eindloos leven schreed Ik,  
zwerfend door veel vormen van bestaan,  
Zoekende hem, die ving het bouwen aan.  
Elke geboorte was vol van leed.*

*Maar nu,  
Bouwer van het huis, ontdekte ik u.  
Gij zult het niet optrekken wederom,  
De wanden van smart rondom  
Met de nok van bedrog en geen  
Nieuwe balken plaatsen op leem;  
Het huis is verbroken, de vorstbalk  
gekraakt;  
Begooch'ling had het gemaakt.  
Veilig trek ik van hier naar bevrijding  
heen.<sup>1</sup>*

In *Het licht van Azië* luiden de vier nobele waarheden die de Boeddha uitsprak, als volgt:

*De eerste spreekt van 't lijden. 't Leven,  
dat  
Gij prijst is lange doodstrijd. Enkel blijft  
Het leed. Zijn vreugde zijn als voog'len  
schuw,  
Die snelle schrik verdrijft.  
De tweede waarheid meldt hoe 't lijden  
komt.  
Welk Leed uit zich, en niet uit lusten  
spruit?...  
Aldus brandt Trishna, lust en dorst naar  
dingen.  
Waar gij naar haakt, slechts dromen,  
schimmen zijn. ...  
De derde spreekt van 's lijdens eind. 't  
Brengt vree  
Zelfzucht te delgen en des levens lust.  
Begeerte scheurende uit haar borst, zo  
brengt  
De ziel haar strijd tot rust.  
De vierde waarheid is de Weg, die wijd  
En vlak, nabij voor allen openstaat,  
't Achtvoudig edel Pad, dat recht naar  
vrede  
En veil'ge toevlucht gaat.*

NB Voor de vertaling is gebruikt gemaakt van *Het licht van Azië, of de grote verzaking*, door Edwin Arnold, vertaald door J.A. Blok, uitgeverij Kluwer, Deventer

### Het nobele achtvoudige pad

Alle leringen van de Gezegende worden gekenmerkt door hun beknoptheid en eenvoud, zodat gewone mensen ze zouden kunnen begrijpen. Zelfs de taal die hij in die tijd gebruikte was Pali en geen Sanskriet, want Pali was de taal van de gewone mensen. Ofschoon zij beknopt zijn, zijn de leringen vervuld van wijsheid en er kunnen boekdelen volgeschreven worden, zowel over de Vier Edele Waarheden als over het Nobele achtvoudige pad. Iedereen kan er betekenis aan ontleen, al naar gelang zijn of haar begripsniveau. Bovendien zijn de leringen logisch gerangschikt en gemakkelijk te onthouden. Als een spiritueel aspirant dit pad zou volgen en de acht aanwijzingen zou opvolgen, dan zou hij de drempel naar Arhatschap overgaan en zich voorbereiden op bevrijding.

Laten we daarom deze acht stappen of beginselen van de Arya Ashtanga Marga eens onderzoeken. Elk daarvan heeft betrekking op het dagelijks leven, elk daarvan heeft de bedoeling de menselijke lotsbestemming vorm te geven: juiste kennis, juiste gedachte of doelstelling, juist spreken, juist handelen, juiste broodwinning, juiste inspanning, juist herinneren en juiste concentratie. De eerste vijf worden soms gezien als zijnde voor de gemiddelde mens bestemd en de laatste drie voor de serieuzere aspirant die zijn of haar evolutie wil bespoedigen.

Deze beschouwingen over elke stap zijn noodgedwongen maar kort, en veel diepere betekenissen dienen door de

serieuze student ontdekt te worden door dieper te graven:

#### 1. Juiste kennis of leer

*De eerste trap is recht geloof. Zo wandel In vreze Dharma's, alle zonden mijd, Hoed u voor Karma, leidend 's mensen lot.*

*Beheers de zinlijkheid.*

Wij kunnen in het kort opsommen wat kennis is, gebaseerd op en in overeenstemming met de feiten van het leven en van het universum, de wet van oorzaak en gevolg. Als iemand handelt vanuit een staat van avidya (gebrek aan kennis), dan nog zou het gevolg na de oorzaak komen en dan zouden we geen enkele levensleidraad hebben. De Boeddha gaf eenvoudige voorbeelden van zijn leringen zodat zelfs een pachtboer hem kon begrijpen. Hij legde de wet van karma als volgt uit:

*Als een mens handelt vanuit een slechte gedachte, dan wordt die handeling gevolgd door pijn, zoals het wiel de poot volgt van de os die de kar trekt. Precies zo volgt geluk een man even onafscheidelijk als zijn schaduw, wanneer hij vanuit een zuivere gedachte handelt.*

De Boeddha leerde ook dat haat niet ophoudt door haat, maar door liefde. Volgens de wet van tegengestelden nemen trillingen van een bepaald type toe met trillingen van hetzelfde type en worden ze geneutraliseerd door die van het tegengestelde type.

#### 2. Juiste gedachte

Als men de juiste kennis heeft, komt men tot juist denken of doelstelling. *Het Licht van Azië* zegt hierover: *Rechte gezindheid is de tweede. Wees Goedschiks voor al wat leeft. Doe wreedheid, blind, Begeerte weg en toorn. Uw leven worde Als koelend zachte wind.*

Wanneer de gedachte juist, goed, volmaakt is, komt daaruit juist spreken voort, en uit spreken komt handelen voort. Iemand die verkeerd denkt, handelt verkeerd. Iemand die juist denkt, handelt juist. Daarom zijn denken en doelstelling, die vaak veronachtzaamd worden, veel belangrijker dan spraak of handeling. Onzorgvuldigheid in denken veroorzaakt een verkeerde handelwijze. Daarom moet juist denken gebouwd worden op het fundament van juiste kennis. Zorgvuldigheid in denken is noodzakelijk. *Ernst*, zei de Boeddha, *is leven; gedachteloosheid is dood*. Gedachten bouwen de toekomst; gedachten vormen het karakter. Zoals iemand vandaag denkt, zo handelt hij onvermijdelijkerwijs morgen. Gedachten scheppen ook neigingen die opnieuw belichaamd worden in de volgende incarnatie.

### 3. Juist spreken

*De derde is 't rechte spreken. Hoed uw lippen  
Als waren het van 's konings burcht de poort,  
Als spraakt gij tegen hem, laat rustig, nobel  
En hofflijk zijn uw woord.*

Alle lege leugens die de mensen zo gemakkelijk uitspreken – deze worden allemaal veroordeeld en buitengesloten door juist spreken, dat volkomen waar is en toch vriendelijk en beleefd. Harde taal, wrede woorden, bittere aanvallen – geen van deze dingen is mogelijk voor iemand die het nobele achtvoudige pad betreedt. Op een dag was een bepaalde man de Gezegende aan het uitschelden, die geduldig luisterde tot hij klaar was en vriendelijk antwoordde: *Mijn zoon! Wanneer iemand een cadeau aanbiedt zonder inachtneming van de regels der beleefd-*

*heid, is het gebruikelijk te zeggen, "Houdt uw geschenk maar. Zoon! Ik kan uw gescheld niet verdragen. Houd het maar en neem het maar terug!" De slechte man die een deugdzzaam iemand aanvalt is als iemand die naar de hemel kijkt en omhoog spuugt. Hij kan de hemel hierdoor niet bevuilden, maar bevuilt zichzelf daar het spuug op hemzelf terugvalt.*

Boze woorden doen u geen kwaad, tenzij u antwoordt met boze woorden. Door liefde te geven wanneer boze woorden vallen, wordt het kwaad teruggeketst en blijven we ongekwetst.

### 4. Juist gedrag

*De vierde is juist gedrag. Door elke daad  
Worde uw verdienste groter; de ondeugd  
slink'.*

*Als zilvren draad door een kristallen  
snoer*

*Liefde door daden blink.*

Als eenmaal controle over het denkvermogen en de tong is verkregen, volgt juist handelen vanzelf. De vijf voorschriften van de Boeddha gaan over juist handelen: niet doden, geen hebzucht koesteren, geen alcohol drinken, enzovoort.

### 5. Juiste broodwinning

Bij het verdienen van zijn brood mag de aspirant anderen niet kwetsen en hen ook niet tekort doen. Mensen denken maar zelden: 'Verdien ik wat ik nodig heb op de juiste manier?' Achter de succesverhalen en de vergaarde fortuinen zien we gebroken gezinnen, wanhopige mensen en velen die in ellendige omstandigheden verkeren. Deze lering spoort mensen aan om waakzaam te zijn over hun manier van broodwinning.

## 6. Juiste inspanning

Hij die expres doet wat goed is, doet het twee keer zo goed als iemand die maar wat doet. We moeten zowel verstandig zijn als goed en voorzichtig zowel als gedreven om het goede na te streven, want veel van het kwaad en de ellende in de wereld komen voort uit onnadenkende goede bedoelingen.

## 7. Juist herinneren

Vanuit het wereldse standpunt betekent dit dat een vriendelijke daad jegens iemand gewaardeerd wordt en in dankbaarheid in de herinnering blijft, terwijl een verkeerde daad vergeten wordt. Dit is het juiste herinneren dat wij moeten ontwikkelen. Door al het goede dat we ontvangen hebben te onthouden en al het verkeerd gedane te vergeten worden vrede en vreugde veilig gesteld en verliest de herinnering aan 'onrecht' zijn kwellend vermogen. Vanuit een esoterisch oogpunt betekent juist herinneren ook de herinnering aan alle voorbije geboorten en ervaringen en het begrijpen van de wetten van reïncarnatie en karma.

## 8. Juiste concentratie

Voor de man van de wereld betekent dit het trainen van het denkvermogen bij de verplichtingen van het alledaagse leven: het vestigen van de aandacht op wat hij doet, zodat het zo volmaakt mogelijk gebeurt. Het denkvermogen moet leren niet af te dwalen, weg te drijven of afgeleid te worden door dingen van buitenaf. Dit is de eerste stap op weg naar de hogere concentratie

van meditatie. Vanuit een esoterisch oogpunt betekent dit het trainen van het denkvermogen voor meditatie om het denkvermogen in staat te stellen de werkelijkheid van het hoger leven te leren kennen.

Deze leringen over het Nobele achtvoudige pad zijn zo logisch dat het gemakkelijk is ze te onthouden en te begrijpen. De Boeddha vermeed alle nodeloze speculatie over de ultieme bron en aard van de mens, God en het universum, en sprak over wat belangrijk was, opdat de mensen de dagelijkse problemen konden oplossen. In *Het licht van Azië* staat:

*Meet niet met het woord*

*'t Onmeetbre. Peil met denken het gebied  
Van grondeloosheid niet. Wie vraagt, die doolt,*

*Wie antwoordt ook. Spreek niet.*

Dit betekent niet dat het boeddhisme geen esoterische lering heeft, die heeft zij wel. Voor de gewone man is het oplossen van de problemen van alledag echter veel belangrijker dan theoretiseren over de aard van de ultieme realiteit.

De volledige leerstelling van de Boeddha kan worden opgesomd in één couplet:

*Ophouden met alle verkeerde  
handelingen,*

*Alles teweegbrengen wat goed is,  
Ons denkvermogen reinigen.'*

*Dit is het constante advies van de  
Boeddha's.*

Uit: *The Theosophist*, december 2005

Vertaling: A.M.I.