



## ***Dharma, de leer van de Boeddha 2.0*** **Marleen Schefferlie**

Marleen Schefferlie schreef de romans *Rozenrood* en *Kwaad daglicht*, en ook een boek over chronische pijn, *Pijn is persoonlijk*.

Zij is lid van de Theosofische Vereniging in Nederland en organiseert meditatiebijeenkomsten voor de TVN in Amsterdam

### **Inleiding**

*Alleen geloof maakt je geen boeddhist van de eenentwintigste eeuw.* De veertiende Dalai lama is heel stellig. Hoog op het podium van het Ahoy theater in Rotterdam, voor de lange okergele gordijnen, wordt hij geflankeerd door monniken en zijn vaste vertaler. Het is zijn derde publieke optreden in Nederland, en onderdeel van zijn enige Europese tour in 2018.

Zijn opmerking lijkt een verwijzing naar alle aantijgingen van misbruik door boeddhistische meesters. Ondanks het feit dat de Dalai lama vorig jaar het misbruik door boeddhistische goeroes en lama's veroordeelde, wordt het hem kwalijk genomen dat hij zich op dit gebied niet duidelijk genoeg uitspreekt. In ons digitale informatietijdperk komt in sneltreinvaart het wangedrag binnen religieuze organisaties en hun leraren bloot te liggen: de deksel is van de religieuze doofpot en leiders worden ter verantwoording geroepen. In tegenstelling tot het katholicisme heeft het boeddhisme geen internationaal georganiseerde hiërarchie en dus ook geen officiële leider. De Dalai lama wordt echter door westerse boeddhistische volgelingen als het keurmerk beschouwd: als de Dalai lama op de foto gaat met een leraar, dan scheidt dat vertrouwen in diens kunnen.

### **Boeddhisme in het westen**

De nieuwigheid is er misschien al af, maar Europa kent tot nu toe niet echt een boeddhistische traditie: er zijn nog nauwelijks volwassenen die zich zullen afzetten tegen het feit dat ze als kind verplicht moesten mediteren. Ons neo-boeddhisme lijkt vooral een comfortabele knuffelovertuiging te zijn geworden waarbij alles mag en alles kan, als het maar goed voelt: boeddhisme als geweldloos positivisme. Boeddha-beelden sieren tuinen en huiskamers, maar kennis over deze leer en de geschiedenis daarvan ontbreekt vaak, en daarmee een nuchtere blik. Ook uit naam van boeddhisme werd en wordt immers geweld gebruikt. De recente situatie in Myanmar is daarvan een tragische illustratie.

Eind negentiende eeuw ontdekten westerse intellectuelen en kunstenaars het boeddhisme. Veel van hen waren de dogma's van hun eigen christendom zat. Theosofie speelde een belangrijke rol in het verspreiden van het boeddhistische gedachtengoed. Zo verbleef Helena Blavatsky verschillende keren in Tibet bij de *Brotherhood of The White Lodge* waar zij het esoterische boeddhisme bestudeerde en in contact kwam met de Mahatma's, de meesters van wijsheid. Dit inspireerde haar onder meer tot het schrijven van *De Geheime Leer*. Henry Steel Olcott, medeoprichter en de eerste president van de Theosophical Society (TS), stichtte de *Buddhist Theosophical Society* en schreef in 1881 *De Boeddhistische Catechismus* (UTVN 2003), wat voor internationale erkenning zorgde. Op een vraag over zedelijkheid van de orde schreef hij: *Boeddha heeft ons geleerd, dat alleen zij tot zijn orde behoren die de geboden ijverig naleven, die hun zinnen en denken beheersen... Enkel het dragen van gele gewaden, of zelfs het opgenomen worden in de orde, maakt op zichzelf een mens niet rein, wijs of eerwaardig*. Dit is een boodschap die ook de huidige Dalai lama zal onderschrijven.

De Tibetaanse 'Shamballa of Shangri-La' - mythe sprak bij het grote publiek enorm tot de verbeelding, als een bron van exotische Euro-Aziatische wijsheid. De meest verlichte zielen woonden op het dak van de wereld. De Tibetaanse geschiedenis kent evenwel veel 'heilige' strijd, en met name de vijfde Dalai lama, ook wel de *Bodhisattva-warrior*, was regelmatig op oorlogspad. Tibet was lang hermetisch afgesloten voor buitenstaanders, wat het wijsheidsmysterie alleen maar groter maakte. Het lukte de theosofe Alexandra David-Neel om in vermomming te integreren in het Tibetaanse kloosterleven en zij schreef hierover ontvullende reisboeken waaruit blijkt dat de lokale bevolking nog diepe wortels heeft in het pré-boeddhistische Bön-geloof, en dat de morele lat van veel lama's niet altijd even hoog ligt. Haar boeken vinden gretig aftrek, maar toch heeft het romantische beeld van Tibet als epicentrum van verlichting zich stevig vastgezet in het westerse denken.

In de vijftiger jaren van de vorige eeuw werd vanuit Amerika eerst vooral het Japanse zenboeddhisme populair, mede dankzij de werken en vertalingen van de professor en theosoof Daisetz Suzuki. Nadat Tibet door de Volksrepubliek China was ingelijfd vluchtte de Dalai lama in 1959 naar India. Vanuit Dharamsala leidde hij de Tibetaanse regering in ballingschap en reisde hij op zoek naar steun de wereld over. Het westen sympathiseerde met zijn vredelievende aanpak. Hollywood omarmde hem en acteur Richard Gere werd medeoprichter van de internationale campagne voor Tibet. Langzaam groeide de Dalai lama uit tot het boegbeeld van het hedendaagse boeddhisme.

### **Neo boeddhisme**

Vanaf de jaren zeventig van de vorige eeuw begonnen vele duizenden mensen, Europeanen en Amerikanen, aan een spirituele reis, op zoek naar zelfverwezenlijking. Ze ontmoetten exotische goeroes die hen weliswaar nieuwe perspectieven boden, maar de traditionele leringen werden verder zonder theoretische en culturele context geïntroduceerd. Daarnaast hadden niet alle goeroes even goede bedoelingen. Zo bleken spirituele zoekers ook toen al een gemakkelijke prooi te zijn voor misbruik.

Het zich vast willen klampen aan een onfeilbare leer en aan een lama bleek, ook in het boeddhisme, een recept te zijn voor fundamentalisme. Het 'op zoek gaan naar jezelf' betekent voor veel mensen vaak eerder een manier om het zelf te vormen dan om dat zelf te *doorzien en af te breken*. Boeddhisme wordt op die manier slechts een exotische decoratie van het ego. De eerste dag in Ahoy kapte de Dalai lama een lange, ijdele vraag af met: *U moet meer studeren*. Onze individualistische consumptiemaatschappij vraagt inderdaad helaas om instant resultaat. Boeddholoog en tibetoloog Alan Wallace zei hierover: *Gyatrul Rinpoche heeft meer dan twee decennia in Amerika lesgegeven. Hij benadrukt nog steeds de fundamentele leringen, maar soms klagen studenten dat ze deze leringen al hebben gehoord. Deze studenten hebben de basisleer meestal niet door oefening gerealiseerd, en hebben die dan ook slechts intellectueel begrepen. Ze verliezen de interesse in deze leringen en hunkeren naar iets nieuws, iets diepgaands, iets dat een spirituele transformatie tot stand brengt die ze tot nu toe niet hebben bereikt. De blootstelling aan het boeddhisme wordt zo een mengelmoes van weekend-lessen en weekend-inwijdingen. Het is net alsof je naar een buffet gaat: je pikt alles op wat doorkomt, maar er is geen orde in, geen continuïteit, geen geleidelijke ontwikkeling, en dus is het niet erg efficiënt.*

### **Tranformatie van de geest in acht verzen**

Het kan erg nuttig zijn deze te lezen als je vertraging hebt op het vliegveld, grapt de Dalai lama in Ahoy over de acht verzen van Geshe Langri Thangpa die onder het publiek zijn uitgedeeld (zie bladzijde 176-177). Hij heeft ze als kind op school geleerd en ze weerspiegelen de basisstructuur van de dharma, de leer van de Boeddha. Iedere dag opnieuw kun je ze in de praktijk brengen. Hij legt uit dat het mentale besef van 'ik ben' de bron is van alle conflicten. Volgens boeddhisten is er echter geen zelf. Het bestaan heeft wel een fysieke basis, maar het beeld van een 'zelf' tegenover een buitenwereld is een illusie: de visie van 'geen zelf', van anatma. Deze realisatie brengt ons van samsara (wedergeboorte) naar nirvana (bevrijding). Om dit tot ons door te laten dringen moeten we beginnen bij de basis. De eerste lessen van de Boeddha, na zijn verlichting, waren 'de vier edele waarheden'. Die verklaren de menselijke conditie en behandelen de oorzaak van het lijden, de relatie tot de wereld, en uiteindelijk de bevrijde staat. In de wereld zoals wij die ervaren bestaat alles bij de gratie van vergelijking en verschil: dat is een illusie. Het zou tot ons door kunnen dringen dat de tegendelen die onze werkelijkheid vormen, en dus de basis van het lijden zijn, in feite niet echt bestaan. Vorm is in werkelijkheid leegte, en niets kan op zichzelf bestaan. Verwar dit inzicht vooral niet met nihilisme. De verzen tonen aan dat het draait om altruïstisch handelen, vol mededogen: ga er maar aan staan! Dit besef is niet af te dwingen, maar komt stapsgewijs. Ook de Boeddha koos voor de weg van geleidelijkheid, de middenweg. Pas wanneer de aspirant-boeddhist dit tot zich heeft laten doordringen, kan hij zich wagen op het steile tantra-pad, de hogeschool van het boeddhisme, met methodes als de diamanten weg (vajrayana) waarbij de leerling zijn leraar strikt volgt en gehoorzaamt.

## Redeneren en debat

Kritisch nadenken voorkomt sektarische gekte. Waarheidsstrevers kunnen zich het best ontdoen van alle culturele franje. De Dalai lama waarschuwde het grote publiek in Rotterdam ten zeerste om niet vol blind geloof boeddhistische rituelen te volgen. Hij hamerde erop om toch vooral de teksten te lezen, en dan met name die van de Nalanda-meesters. *Vereer de boeken niet zozeer als heilige boeken, maar gebruik ze als studiemateriaal. Redeneren en debat zijn de moderne methode om ons inzicht te geven.* Hij raadde westerlingen aan om vooral de eigen traditie te volgen: ethiek, deugdzaamheid en altruïsme zijn in iedere cultuur terug te vinden. De fijnbesnaarde studie van het bewustzijn vanuit de boeddhistische traditie dient daarop als aanvulling. Gebruik voor alles altijd logisch denken, onderscheidingsvermogen en intelligentie. Dat laatste lijkt ons theosofen zeker toevertrouwd.

Bronnen:

*Tibetaans boeddhisme, een verzameling studies* (UTVN, 1975)

<https://www.dalailama2018.nl/nl/>

[https://theosophy.wiki/en/Tenzin\\_Gyatso,\\_the\\_XIV\\_Dalai\\_Lama](https://theosophy.wiki/en/Tenzin_Gyatso,_the_XIV_Dalai_Lama)

*Buddhism with an Attitude* door B. Alan Wallace (Shambhala Publications Inc, 2003)

*De donkere zijde van het boeddhisme* door Koenraad Elst (Mens & Cultuur Uitgevers, 2010)

*De oude Boeddha in een nieuwe wereld* door Paul van der Velde (Uitgeverij Vantilt, 2016)



Foto: De veertiende Dalai lama te Rotterdam, 17 september 2018.

Foto door Odi Busman ([www.odibusman.com](http://www.odibusman.com))

‘Lama’ betekent ‘hogere’ (‘la’ is hoog). ‘Dalai’ is Mongools voor ‘oceaan’ in de zin van ‘oceaan van wijsheid’. Deze titel is in 1578 ontstaan uit een verbond van de derde Dalai lama, Sonam Gyatso, met de Mongoolse krijgshoofd Atlan Chan. De Dalai lama zou ook een tulku zijn, een gereïncarneerde bodhisattva. De huidige Dalai lama, Tenzin Gyatso, zou de veertiende incarnatie zijn van *Avalokiteshvara*, de bodhisattva van mededogen.



Foto: De veertiende Dalai lama in 1956 in Adyar

### **De Dalai lama en de TS**

In 1956 bezocht de jonge Dalai lama India om de verjaardag van de Boeddha te vieren en verbleef met een groep Tibetaanse monniken op het hoofdkwartier van de TS in Adyar. Die ervaring was zijn eerste kennismaking met het combineren van verschillende religieuze wijsheidstradities met wetenschap. Hierover zei hij later: *Ik kon niet langer het comfortabele standpunt hebben dat het boeddhisme de enige ware religie is.* In de jaren erna zou hij regelmatig contact met de TS hebben. Theosophical Publishing House publiceerde zijn boek *The Opening of the Wisdom-Eye*. Tijdens een Europese rondreis in 1973 verbleef de Dalai Lama op het Internationaal Theosofisch Centrum in Naarden.



## *Transformatie van de geest in acht verzen*

1.

Om het hoogste doel te verwezenlijken  
zal ik alle wezens koesteren  
en ze beschouwen als kostbaarder  
dan een wensvervullend juweel.

2.

Waar ik ook ga en met wie ik ook ben,  
ik zal mijzelf zien als de minste van allen.  
En uit de grond van mijn hart  
zal ik de anderen koesteren als meest verheven.

3.

Bij alles wat ik doe, bewaak ik mijn geest.  
En zodra verstorende emoties opkomen,  
die mij en anderen bedreigen,  
zal ik ze krachtig en resoluut afwenden.

4.

Wanneer ik wezens zie van kwade wil,  
overheerst door negativiteit en lijden,  
zal ik hen koesteren als een kostbare schat  
die ik met grote moeite gevonden heb.





**5.**

Wanneer anderen mij uit jaloezie  
aanvallen, krenken en kleineren,  
zal ik de nederlaag accepteren  
en anderen de overwinning gunnen.

**6.**

Wanneer iemand die ik geholpen heb  
of van wie ik veel verwacht,  
mij slecht behandelt of diep kwetst,  
zal ik hem als kostbare leraar zien.

**7.**

Kortom, direct of indirect zal ik  
voorspoed en vreugde schenken aan allen  
en in stilte van alle moederwezens  
alle pijn en lijden op mij nemen.

**8.**

Moge dit niet bezoedeld worden  
door de smetten  
van de acht wereldse houdingen.  
En moge ik  
-in het beseft dat alles een illusie is-  
zonder gehechtheid  
van mijn ketenen worden bevrijd.

Door Geshe Langri Thangpa (1054-1123),  
vertaling Inge Eijkhout en Jewel Heart.