

Dit is het tweede deel van de studie (waar we vorig jaar mee begonnen zijn) van de tekst getiteld *De Bodhisattvacaryavatara* in het Sanskriet en *djang choub sempai cheupa la djoug pa* in het Tibetaans – de intrede in het gedrag van de bodhisattva's – van de Indiase meester Shantideva die rond de 7^{de} eeuw na Christus leefde.

Deze tekst is een boeddhistische tekst die we *shastra* noemen, of *ten tcheu* in het Tibetaans : het is geen sutra – of een tekst die aan de Boeddha wordt toegeschreven –, maar het heeft betrekking op de onderrichtingen van de Boeddha. In die zin is het een soort exegetische tekst, die ons toegang geeft tot de leer van de Boeddha.

De teksten die aan de Boeddha worden toegeschreven zijn zeer uitgebreid en tellen meer dan 104 delen. Een tekst als die van Shantideva vat de punten samen die verspreid zijn over een grote hoeveelheid literatuur en leringen.

Ten eerste stelt een *Shastra* een samenvatting voor. Ten tweede presenteert die de leringen in een coherente volgorde, d.w.z. ze brengt verschillende leringen met elkaar in verband en legt het verband tussen hen. Ten slotte kunnen bepaalde punten moeilijk te begrijpen zijn en probeert de tekst deze punten expliciet, duidelijk en toegankelijk te maken.

Dit is wat alle boeddhistische shastras voorstellen voor alle – of een deel van de – onderrichtingen van de Boeddha.

Over het algemeen worden alle leringen van de Boeddha gepresenteerd op basis van hun pedagogische benadering : de Boeddha gaf leringen die min of meer toegankelijk waren in functie van de aanleg en de bekwaamheden van zijn leerlingen.

Een bepaald aantal leringen en praktijkmethoden zijn toegankelijk voor de meeste mensen. Dit staat bekend als het gemeenschappelijke voertuig of de gemeenschappelijke leer van het boeddhisme, het Voertuig van de Toehoorders, of *shravaka's* (de *shravaka's* waren de meerderheid van de discipelen van de Boeddha).

Daarnaast is er nog een ander geheel van leringen – geassocieerd met dat van de *shravaka's* – bekend als het Voertuig van de Eenzame Boeddha's.

Tenslotte zijn er de minder toegankelijke leringen, die dichter bij de praktijk van de Boeddha zelf staan, bekend als het Voertuig van de Bodhisattva's. Dit is de minder toegankelijke esoterische leer.

Dit onderscheid tussen de voertuigen is vooral gebaseerd op de motivatie en bekwaamheden van de beoefenaars.

De aspiraties van het Voertuig van de *Shravaka's* zijn echt gebaseerd op het nastreven van de Verlichting, de bevrijding van het geconditioneerd bestaan, in de eerste plaats voor zichzelf.

Dan zal de beoefenaar geleidelijk de leegte van zijn geest begrijpen, en vanuit dit besef zal hij zichzelf bevrijden van de oorzaken en omstandigheden van het bestaan in samsara en van de ervaring van onbehagen.

In het Voertuig van de Pratyekabuddha's begrijpt de beoefenaar – en vertrouwt hij bovenal op het begrip van – de twaalf delen van geconditioneerde coproductie.

Door de presentatie in tegenovergestelde richting te beschouwen, door de dood te observeren, begrijpt hij de geboorte, het worden. Vanuit het worden begrijpt hij alle oorzaken, teruggaand naar onwetendheid, en vanuit onwetendheid naar het begrip van leegte. Hij begrijpt dan zowel de leegte van de geest als – gedeeltelijk – de leegte van de verschijnselen.

De bodhisattva vertrouwt vooral op het begrijpen van de leegte zowel van het individu als van de verschijnselen. Hij streeft het overstijgen van onbehagen niet alleen na omwille van zichzelf, maar concentreert zich bovenal op het werken voor het welzijn van de wezens en wenst alle voelende wezens te vestigen in volmaakte Verlichting. We zien dus verschillende gradaties van motivatie en verschillende gradaties van begrip, en afhankelijk daarvan ook verschillende doelstellingen, resultaten en vruchten.. We zien dus verschillende niveaus van motivatie en verschillende niveaus van begrip, en afhankelijk daarvan, ook verschillende doelstellingen, resultaten en vruchten.

Alle teksten van de Boeddha kunnen ook onderverdeeld worden volgens het behandelde hoofdonderwerp. Over het geheel genomen zijn alle onderrichtingen van de Boeddha – bekend als de drie oefeningen of de drie trainingen van de beoefenaar – : de ethische discipline, de contemplatieve training en tenslotte de ontwikkeling van onderscheidingsvermogen en wijsheid: dit wordt in het Sanskriet *trishikṣa chila samādhi Prajñā* genoemd, *lab pa sum* in het Tibetaans.

Terug naar Shantideva: een andere tekst wordt hem toegeschreven – het Compendium van Soetra's – maar het is helaas verloren gegaan. Deze tekst - vaak DOTU genoemd - wordt toegeschreven aan Nagarjuna. Maar er kan ook een andere tekst geweest zijn, geschreven door Shantideva, die in de tekst zelf genoemd wordt. Sommigen zeggen dat het in feite dezelfde teksten kunnen zijn: de Samuccaya Shikṣa en de Samuccaya Sutra.

De twee teksten van Shantideva die ons bereikt hebben, zijn de *Bodhisattvacaryāvatara*, die we momenteel aan het bestuderen zijn, en de *Shikṣa Samuccaya* – het Compendium van Trainingen – dat gericht is op degenen die al enige kennis hebben van de onderrichtingen van de Boeddha. Deze teksten presenteren de leringen die opgenomen worden in het Voertuig van de Bodhisattva's, ook het Grote Voertuig genoemd.

Deze tekst richt zich daarom op de leringen in de soetra's.

De twee teksten die door Shantideva worden vermeld, staan niet los van elkaar. De *Shikṣa Samuccaya* is aanwezig in alle praktijken van de bodhisattva's, maar omdat het alle soetra's en verschillende passages van de leer van de Boeddha citeert, is de *Shikṣa Samuccaya* moeilijker : het is eerder een tekst voor iemand die wat meer vertrouwd is met de leer. De *Bodhicaryāvatara* daarentegen is toegankelijker, explicieter, meer voor de beginnende beoefenaar bedoeld.

Er bestaan verschillende Franse vertalingen. Ik raad het boek aan dat door Editions Padmakara is uitgegeven, een nieuwe vertaling die wij hebben gebruikt. (Wat de Nederlandse vertaling betreft, we maken gebruik van “*Het pad van de bodhisattva-krijger*”, een vertaling van Hans van den Bogaert (Maitreya Uitgeverij, 2008))

Voor zover ik weet zijn er minstens drie, zo niet vier vertalingen van de *Bodhicaryāvatara* in het Frans : de vorige editie, en dan een vrij oude editie uit het begin of midden van de 20^{ste} eeuw. ‘*Vivre en héros pour l'éveil*’ : dit is een vierde Franse vertaling. Ik raad je in ieder geval aan om alle vertalingen te bekijken, te commentariëren, te raadplegen en te vergelijken.

Voor de Engelstaligen zijn er ook een aantal vertalingen, waaronder een uitstekende vertaling van de Bodhicaryavatara door de Padmakara groep vertalers. Er is ook de uitstekende vertaling uit het Sanskriet en Tibetaans door Wallace en Vesna: *'A guide to the bodhisattva way of life'*, ed. Snow Lion, 1997, wat ook een zeer goede Engelse vertaling is.

Wat je meteen zult zien is dat de tekst geschreven is in de vorm van strofen. Deze tekst is duidelijk bedoeld om gemakkelijker toegang te geven tot de leer van de Boeddha, maar de vorm maakt het niet gemakkelijk.

In het oude India – en zonder de huidige technologische ontwikkelingen – was het heel belangrijk, wilde men een tekst bewaren, om die samen te vatten en eenvoudiger te maken, om die zo gemakkelijker uit het hoofd te leren : de metrische en poëtische vorm van de strofen maakte het makkelijker om de tekst uit het hoofd te leren. Omdat de leerlingen de tekst uit het hoofd moesten leren, was het belangrijk voor de auteur om de tekst te condenseren. De verplichting van het inkorten, van het samenvatten, heeft het voordeel dat het de memorisatie vergemakkelijkt, maar ook het nadeel dat het minder duidelijk is. Het is een beetje als een gedicht : het is kort, gemakkelijk te onthouden en het is mooi, maar de betekenis ervan is niet altijd duidelijk; de traditie heeft dit probleem gecompenseerd door commentaren te schrijven.

Het is een beetje zoals vandaag : als je een heel zwaar bestand per e-mail probeert te versturen, lukt het soms niet, hè ? Het is te zwaar. Dus moet je het comprimeren, maar de ontvanger kan het niet openen tenzij hij een programma heeft dat hem toegang geeft tot de tekst.

Het gebeurt een beetje op die manier : het commentaar gebruikt hulpmiddelen om expliciet en duidelijk te maken wat impliciet en onduidelijk is.

Er bestaan natuurlijk verschillende soorten commentaren: zelfcommentaren (waarbij de auteur zelf zijn eigen strofen becommentarieert), woord-voor-woord commentaren (commentaren die zich alleen richten op de vorm, op moeilijkheden in verband met de vorm), en commentaren die zich minder bezighouden met woorden en meer met betekenis...

De Bodhicaryavatara is oorspronkelijk in het Sanskriet geschreven, de taal van de geleerden in India. Wat het Sanskriet betreft, er is het klassieke Sanskriet en een vorm van Sanskriet dat specifiek is voor het boeddhisme en dat tegenwoordig vaak boeddhistisch Sanskriet wordt genoemd; het was dus in deze vorm van Sanskriet dat deze tekst oorspronkelijk werd geschreven. Sanskriet en Pali zijn de twee belangrijkste talen van India die nog steeds worden gebruikt voor boeddhistische literatuur in het algemeen. De Bodhicaryavatara werd vrij vroeg in het Tibetaans vertaald en we beschikken over Indiase en Sanskriet commentaren erop, evenals een groot aantal commentaren in het Tibetaans.

De Bodhicaryavatara bestaat uit iets minder dan 1000 strofen en er bestaan verschillende commentaren. Het commentaar dat ikzelf gebruik, is geschreven door Pawo Tsuglag Threngwa, een zeer belangrijke meester van onze overdrachtslijn, een meester die in de 16^{de} eeuw in Tibet leefde, een discipel en tijdgenoot van de achtste Karmapa. Hij was een van de spirituele meesters van de negende Karmapa en de vierde Shamarpa.

Hij was een belangrijke meester met een grote eruditie, vooral bekend om zijn historische werk. Hij schreef een geschiedenis van de Kagyü-overdrachtslijn, in het bijzonder Karma Kagyü, en zijn werk wordt beschouwd als een uitstekend geschiedkundig werk. Hij gebruikte haast hedendaagse onderzoeksmethoden in de geschiedenis, enz. Daarom wordt hij zeer gewaardeerd als referentie voor de studie van de geschiedenis van het boeddhisme in Tibet.

Zijn commentaar is bijzonder opmerkelijk op verschillende niveaus, d.w.z. het neemt alle Indiase commentaren op, citeert en vergelijkt ze met elkaar. En dan ontwikkelt hij, op een zeer

gedetailleerde en volledige manier, alle punten die in de Bodhicaryavatara aan bod komen en geeft de volledige uitleg, de interpretatie, volgens onze overdrachtslijn. In die zin is het een van de meest opmerkelijke en prachtige commentaren op de Bodhicaryavatara in het Tibetaans. Bij mijn weten is er geen volledige vertaling van dit commentaar; er is wel een gedeeltelijke Engelse versie door Brunholtz.

Samenvattend kan men zeggen dat de Bodhicaryavatara één enkel onderwerp behandelt : de Verlichtingsgeest, de Bodhicitta. Het presenteert dit onderwerp in bijna 900 strofen, verdeeld in tien hoofdstukken :

Hoofdstuk 1 behandelt De voordelen van de verlichtingsgeest.

Hoofdstuk 2 is getiteld Het bekennen van negativiteit.

Hoofdstuk 3, Het opwekken van de verlichtingsgeest.

Hoofdstuk 4 is getiteld Bedachtzaamheid.

Hoofdstuk 5, Herinnering en oplettendheid

En hoofdstuk 6, Geduld.

Hoofdstuk 7 is Enthousiaste volharding.

En hoofdstuk 8, Meditatieve concentratie.

Hoofdstuk 9, Wijsheid.

En het laatste hoofdstuk, Toewijding.

Pawo Tsuglak zet de 10 hoofdstukken echter niet op deze manier op een rij. Er is in feite een ander commentaar van Khenpo Kunpal dat gebaseerd is op de volgende strofe van Nagarjuna:

« Moge de Bodhicitta of de Verlichtingsgedachte – zo je wilt – ontstaan waar het nog niet ontstaan is. Moge het nooit falen waar het ontstaan is, maar steeds meer en meer groeien. »

In het Tibetaans : *« djang choub sem tcho rinpoche /ma kye pa nam kye gyour tchig /kye pa nyam pa me pa dang /gong ne gong dou pel war cho // »*. Deze strofe wordt aan Nagarjuna toegeschreven.

Drie punten komen aan bod: hoe ontwikkelen we de bodhicitta? Als we die eenmaal hebben, hoe zorgen we er dan voor dat we die niet verliezen? En hoe verbeteren we die, hoe laten we ze groeien? Drie hoofdthema's, dus. Khenpo Kunpal bespreekt de hele bodhicaryavatara aan de hand van deze drie punten, een andere manier om de tien hoofdstukken samen te zien, samen te vatten.

Zo presenteren de eerste drie hoofdstukken een manier om de bodhicitta te ontwikkelen. Het eerste hoofdstuk presenteert de voordelen van de bodhicitta: door ons bewust te worden van de voordelen ervan, zijn we geneigd om die aan te nemen. En als we eenmaal geneigd zijn om deze kwaliteit aan te nemen, is het vervolgens een kwestie van – op een meer concrete manier – het daadwerkelijk genereren van deze houding in onszelf.

Hij presenteert de zevendelige praktijk – die vaak de 'praktijk in zeven takken' wordt genoemd – die de offers aan de Drie Juwelen omvat : eerbied en offergave, toevlucht, onthulling van fouten of bekentenis, zich verheugen in de verdiensten, de Boeddha's vragen om het wiel van de dharma in beweging te zetten en voor een lange tijd te blijven, en de toewijding van verdiensten. Dit zijn de zeven praktijken, de beoefening in zeven takken.

De zevendelige praktijk kent varianten. Het is een klassieker in de praktijk van het Grote Voertuig. Je komt ze regelmatig tegen, of het nu tijdens bijeenkomsten of formele praktijken is. Maar het is ook te vinden in de methoden van de Vajrayana-praktijk, en het is werkelijk een fundamentele praktijk. Het kan ook een soort voorbereidende praktijk genoemd worden. Zoals hier gepresenteerd in de bodhicaryavatara, is het een voorbereidende praktijk voor het genereren van bodhicitta.

- In deze context worden eerbetoon en offeren aan de Drie Juwelen soms onderscheiden als twee verschillende praktijken. Ze kunnen ook gecombineerd worden. Shantideva voegt ook het offeren toe met inbegrip van het eerbetoon aan de Drie Juwelen.
- Het nemen van toevlucht wordt apart behandeld.
- Dan heb je de onthulling van fouten: hier keren we ons, vertrouwend op de vier krachten, af van alle negatieve neigingen die de ontwikkeling van bodhicitta in de weg staan.
- Zich verheugen in de deugden, d.w.z. ons bewust worden van de kwaliteiten en er zich diep in verheugen, en op die manier de disposities ontwikkelen die nodig zijn om bodhicitta te genereren.
- Het plechtige verzoek aan de Boeddha om te onderrichten, om voor lange tijd voor het welzijn van de wezens te verwijlen.
- De toewijding, d.w.z. in deze context, om zijn verdiensten te schenken aan alle wezens, aan alle andere voelende wezens, en ook om zijn verdiensten op te dragen voor het bereiken van volledige Verlichting, de Verlichting van alle Wezens.

Dit is dus de praktijk in zeven takken over hoe de houding van moed te ontwikkelen die de bodhicitta kenmerkt. Deze houding wordt gevolgd door de formulering van de toewijding – namelijk het afleggen van de bodhisattva-geloften – wat het hoogtepunt is van hoofdstuk 3. De praktijk wordt afgesloten met de vreugde vanwege het afleggen van de bodhisattva-geloften.

De eerste drie hoofdstukken gaan hierover: ‘Hoe kan bodhicitta ontstaan waar ze nog niet ontstaan is ?’

De volgende drie hoofdstukken (4, 5 en 6) gaan in essentie over deze vraag : ‘Hoe kunnen we ervoor zorgen dat we de bodhicitta nooit kwijt raken ?’ Het antwoord op deze vraag is de toepassing, het onderricht over de toepassing, *Pao yeu pa* (tib), de waakzaamheid die ethische discipline en geduld omvat; het onderricht over geduld presenteert de derde paramita, die van lankmoedigheid of geduld.

Vervolgens hoofdstukken 7, 8 en 9: ‘Hoe kunnen we de bodhicitta vervolmaken, die we hebben verworven en onderhouden ?’ We moeten die vervolmaken tot de meest volmaakte graad ervan – de Verlichting – door enthousiasme, concentratie en, bovenal, transcendente kennis.

Het allerlaatste hoofdstuk heet eenvoudigweg Toewijding, het gebed van aspiratie waarmee de door Shantideva geschreven tekst wordt afgesloten.

De vraag die meteen beantwoord moet worden is: Wat is bodhicitta ? We hebben het vertaald als Verlichtingsgeest.

Kortom, wat we vandaag moeten doen is in onszelf vinden wat het dichtst bij de Verlichting komt, wat in onze huidige conditie tot Verlichting zal leiden. Hoe kunnen we het aandeel van Verlichting in onszelf onderscheiden en herkennen, of wat de Verlichting in ons tot uitdrukking laat komen en wat ons naar Ontwaken leidt ?

Nu ga je me de vraag stellen: maar wat is Ontwaken ?

De term is het tegenovergestelde van slaap. Ontwaken is de afwezigheid van slaap. Verlichting, Ontwaken, omdat het een soort analogie is. Aan de ene kant heb je wat er gebeurt tijdens een andere vorm van slaap: er is verwarring, afwezigheid van onderscheidingsvermogen. Dit zijn onze cognitieve vooroordelen, onze onwetendheid die geassocieerd wordt met onbehagen, die het fundament – de basis – is van de ervaring die gekenmerkt wordt door onbehagen : deze vergankelijke en geconditioneerde ervaring wordt gekenmerkt door onbehagen. Slaap is een soort afwezigheid van vrijheid, het is de limiet van onze vermogens. In die zin kan dit alles begrepen worden als slaap, als je wilt.

En daar tegenovergesteld, wat is Ontwaken dan ? Het is niet, zoals sommigen misschien denken, een soort andere dimensie, de vereniging met één of andere subliminale realiteit, een soort paradijs, enz. Het is simpelweg de afwezigheid van alle verwarring, van alle misleiding. En het wordt gekenmerkt door onderscheidingsvermogen, wijsheid, impliciete vrijheid. Wat wij onwetendheid en onbehagen noemen zijn incidenteel, onvoorzien : met andere woorden, ze hebben geen echte reden van bestaan. Ze ontstaan en manifesteren zich eenvoudigweg door de verwarring.

Daartegenover staat de realiteit van onze fundamenteel vrije geest.

Deze realiteit van de geest die vrij is, is een manier van spreken, zonder die tot een ding te reduceren. We moeten de geest hier niet tot een ding reduceren, maar eenvoudigweg zijn vrij potentieel begrijpen, vrij van onbehagen, en ook zijn potentieel voor onderscheidingsvermogen. Dus eigenlijk is de boodschap – of het doel – gewoon om je volledige potentieel te realiseren. In die zin is wat we Verlichting noemen niet zozeer iets dat we moeten produceren en creëren, het is de realiteit. Heel eenvoudig, het is de realiteit waar we geen weet van hebben. Dus is de weg in feite, het verdrijven van de onwetendheid, die de uitdrukking van de Verlichting belemmert.

Heel eenvoudig, als we onszelf de vraag stellen: 'Wat ben ik ? Wat is mijn werkelijkheid ?' Ik heb misschien het volgende idee: 'Ik ben één, mijn naam is zus-en-zo', enzovoort. Maar in feite realiseren we ons al snel dat dit conventies zijn : je had heel goed een andere naam kunnen dragen, je had heel goed onder andere omstandigheden geboren kunnen zijn. Er is niets echt onherleidbaars aan je identiteit.

Als we over onszelf nadenken, vinden we het moeilijk om echt vast te stellen wie ons subject is. Wat in zekere zin onbetwistbaar is, is dat er een ervaring is die we aan het waarnemen zijn en dat we gedachten, voorstellingen en gevoelens hebben. Maar deze ervaring – eenvoudigweg dit vermogen tot ervaring, tot waarneming – kennen we allerlei interpretaties toe ("dit is prettig, dit is goed; dit is slecht"), allerlei vormen van discriminatie tussen onszelf en anderen. En als we goed kijken, zijn deze discriminaties eigenlijk een soort toekenning van voorstellingen, een soort fictieve constructie die tijdelijk nuttig kan zijn in verband met een bepaald gevoel, in verband met een bepaalde manier om onszelf te positioneren ten opzichte van situaties en mensen om ons heen. Maar het is duidelijk altijd conventioneel en relatief. Het maakt dus niet uit, maar alleen al het feit dat we deze ervaring hebben gehad, deze waarnemingen van het ding dat deze ervaring heeft, dat is wat we de geest noemen. En we interpreteren die ervaring als 'iemand', 'iets' dat die ervaring heeft en dat ik grijp als 'ik'. Wat ik het 'ik' in het algemeen kan noemen, is het subject, de agent, degene in de bestuurdersstoel – als ik het zo mag zeggen – degene die de beslissingen neemt.

Dat is het 'ik', nietwaar? Het is het 'ik' en we nemen aan – op basis van deze eenvoudige ervaring – dat er ervaringen, gedachten, waarnemingen zijn. Dus, ik denk dat er iets is dat waarneemt, dat verschilt van wat waargenomen wordt. Dit zijn interpretatieniveaus : we interpreteren op basis van ervaring.

Maar als we proberen te observeren wat ervaring is – wat we de geest noemen – als we proberen te observeren hoe die is, waar die zich bevindt, op welke manier het een subject is, dan is dat heel moeilijk. Waar eindigt het subject en waar begint het object?

Als we aan de ene kant kijken of er een subject is, iets, een soort afzonderlijke entiteit, is het dan één met de essentie ? Is het het ding dat waargenomen wordt ? Is het het ding dat waarneemt of het subject dat waarneemt, dat de ervaring meemaakt als een entiteit? (...) Het heeft geen vorm. Het heeft geen kleur. We kunnen geen plaats aanwijzen, een plek waar het zich bevindt. En het is in deze zin dat we geen zelf vinden, dat we spreken van leegte. De term

'leegte' betekent niet een soort niets, het betekent dat we het in feite niet kunnen vinden, wanneer we het waarnemende subject proberen te observeren.

Het niet kunnen waarnemen van iets dat overeenkomt met ons idee van 'ik' of het niet vinden van een vorm, een kleur, een plaats, enz., betekent niet dat we niets gevonden hebben. Leegte – de term leegte – betekent niet niets. We hebben niets gevonden, maar we hebben ook niet 'niets' gevonden. Maar er is nog steeds de ervaring, de waarneming.

Dit aspect van ervaring wordt helderheid genoemd, naar analogie van het licht dat vormen, kleuren, enz. zichtbaar maakt. De geest heeft de eigenschap alle waarneming en alle ervaring mogelijk te maken. Zonder de geest zou er niets zijn, zou er nietigheid zijn.

Maar deze ervaring – de geest – is leegte. Het is leegte, noch bestaand noch niet-bestaand, noch beide tegelijk, noch het tegenovergestelde van beide tegelijk. We denken dat er een subject is aan de ene kant en een object aan de andere kant, dat dit subject iets vergankelijk is; we zoeken naar het 'ik' maar we kunnen het niet observeren of waarnemen.

Dit is de werkelijkheid die de basis vormt van al onze ervaringen. Er is geen (niets?), anders zou er absoluut niets zijn. Maar simpelweg omdat er ervaring is, schrijven we er 'zijn' aan toe. 'Ik ben' is simpelweg gebaseerd op die ervaring. Maar als ik zoek naar 'het wezen dat is', dan vind ik het niet in de ervaring, in deze kwaliteit van ervaring of helderheid.

En dat is geen kwestie van mening of geloof, het is iets dat we rechtstreeks kunnen waarnemen. Of we ze herkennen of niet, het blijft altijd de werkelijkheid, de realiteit die we moeten ontdekken. Dus gebruiken we hier de termen 'onafscheidelijkheid, of vereniging van leegte en helderheid, of helderheid'.

En dat is simpelweg de realiteit. Als we kijken naar de Boeddha en de Bijbel, als we bijvoorbeeld de *Lalitavistara* raadplegen, waarin het leven van de Boeddha wordt verteld, dan zien we dat de Boeddha zijn ontdekking uitdrukt na het Ontwaken en zegt: (citaat in het Tibetaans) *tsa bou...* (tib) diepe, subtiële kennis. Deze term duidt hier op leegte, d.w.z. ongrijpbaar, geen concept, '*chiwa*'(tib): volmaakt vredig. Deze realiteit is vrij van alles. We voelen ons volmaakt vredig in de zin dat we geen onrust kennen. Aandoeningen, concepten, etc. zijn niet samenstellend. Het is de kwaliteit van de ervaring zelf – de basis van de ervaring – die volmaakt vredig is. *Treupa dang trelwa* (tib.) betekent 'vrij van alle voorstellingen, van alle reductie tot een ding'. Het is ongeconditioneerde helderheid die onsterfelijk is.

Een onsterfelijke kwaliteit : je kunt de oorsprong ervan niet vinden, of wanneer het begon, of wanneer het zal ophouden. En het is een eeuwigdurende kwaliteit. Maar er is ook niets grijpbaars als zijnde de substantie van zelf of niet-zelf, de oorspronkelijke werkelijkheid van onze geest.

Als we dit ontdekken en onze denkgeest in deze realiteit blijft, is hij volkomen vrij. Als deze realiteit niet erkend wordt, is er sprake van niet-erkenning, in de zin dat onwetendheid – het feit van niet zien – zich ook manifesteert in onbegrip, in vervorming.

Wat is de vervorming? Wat is onwetendheid? We zien leegte niet, we grijpen een 'ik', we herkennen helderheid niet, we grijpen alle ervaring als een afzonderlijk anders-zijn. En deze duale greep van 'ik-ander' drijft ons tot aandoeningen – verlangen-gehechtheid, haat-afkeer – die onze wil en onze handelingen bepalen, die ons karakter en ons worden bepalen. En een manifeste ervaring die gekenmerkt wordt door vergankelijkheid is daarom een (ervaring van) teleurstelling. En dit is dus de mogelijke samsara. Het is mogelijk, het is niet geproduceerd door iemand, het werd niet opgelegd, het is niet de vrucht van toeval, het is alleen mogelijk.

Net als het gezichtsvermogen : het feit dat we zien is het gevolg van de waarneming, die niet gezien kan worden.

Met de ervaring – noem ze de geest – komt ook de niet-erkenning, de mogelijkheid van niet-erkenning van die geest. En dat is onze huidige conditie. En als we die erkennen, dan is er vrijheid.

Alle boeddhistische praktijken, alle studie van de Dharma, enz., zijn erop gericht ons deze realiteit te laten erkennen, simpelweg de realiteit te laten erkennen zoals die is. Het gaat er niet om, ons een bepaald kunstmatig concept, een kunstmatige voorstelling te leren of overtuigingen te ontwikkelen, maar om simpelweg voorbij al onze verwarringen te gaan en simpelweg de werkelijkheid te erkennen. Het is deze werkelijkheid van onze geest die ook ten grondslag ligt aan de werkelijkheid van alle verschijnselen.

Op dit moment is er, vanwege deze onwetendheid, een diepe gehechtheid aan het 'ik'. We hebben voortdurend het 'ik' gediend, deze fictie gediend die we in stand houden, die ons in feite verwijderd van onze werkelijkheid en de oorzaak is van ons eeuwige lijden.

Maar ook al zijn we zo gehecht aan het 'ik', ergens manifesteert zich de realiteit van onze geest – ondanks onze ficties – in de zin dat we vriendelijkheid, welwillendheid, mededogen, vrijgevigheid, een volledig onbaatzuchtige houding kunnen uitdrukken. Dit is wat we de wezens voortdurend zien uitdrukken.

Als we het over liefde en mededogen hebben, gebruiken we soms de term 'Boeddhanatuur'. Deze Boeddhanatuur is simpelweg deze realiteit van leegte en helderheid waar we het over hebben gehad, die aanwezig is in alle wezens, omdat het gewoon onze realiteit is. En deze werkelijkheid drukt zich uit, – met andere woorden – is eigenlijk het zelf. Bestaan is op de een of andere manier onmogelijk.

In die zin kunnen we duidelijk zien hoe de greep op het 'ik' – en dus de liefde voor het 'ik', de gehechtheid aan het 'ik' die daaruit voortkomt – allemaal gebaseerd zijn op een fictie. Hoe sterker onze gehechtheid aan deze fictie, hoe sterker het koesteren van het 'ik' en hoe groter het lijden.

En soms, zijn we spontaan in staat om een houding uit te drukken die volledig het tegenovergestelde is van de liefde voor het 'ik', van het grijpen van het 'ik', op een totale, spontane, natuurlijke wijze : mensen drukken die uit, dieren drukken die uit, alle wezens zijn in staat om die uit te drukken.

De Boeddha heeft zijn herinneringen aan zijn vorige levens gedeeld en soms wordt het begin van de weg van de Boeddha naar Verlichting voorgesteld als een gebeurtenis, een vorige geboorte van de Boeddha. In een leven voordat hij het pad ontdekte, werd hij geboren in de hel. En er wordt gezegd dat hij daar samen met een ander een kar moest trekken. De twee trokken deze kar en werden daarbij afgerammeld en geslagen. Terwijl ze beiden enorm leden, kwam er een moment van goedheid en genegenheid in de geest van de toekomstige Boeddha, van dit wezen dat in de hel was. Hij wendde zich tot de persoon die hem sloeg en zei: “Laat mijn maat even rusten, ik zal de kar dan maar alleen trekken. Geef hem even respijt”. Dat moment van goedheid kwam in hem op. De helbewaarder blafte hem af : “Hoe durf je zo tegen mij te spreken?” En hij sloeg hem zo hard dat hij hem op slag doodde. Maar door dat ene moment van goedheid ontsnapte hij aan de hel. Hij kreeg onmiddellijk een gelukkige hergeboorte.

Dit toont de mate waarin deze gedachte van goedheid tot uitdrukking kan komen in elk bewust wezen, in elke conditie. Voorbij onze gehechtheid aan onze fictie, is het de natuurlijke modaliteit van onze geest die – zelfs onder invloed van verwarring – tot uitdrukking komt, een immens voordeel brengt – zij het maar tijdelijk. Maar door op deze kwaliteit te vertrouwen, kunnen we alle ficties, alle hindernissen volledig overwinnen, die verhinderen dat onze oorspronkelijke kwaliteiten zich manifesteren.

De bodhicitta steunt op deze spontane houding van liefde die we hebben, van de welwillendheid die we in staat zijn uit te drukken. Bodhicitta houdt in dat we deze welwillendheid naar het hoogste niveau tillen en universeel maken. Het is welwillende liefde van de hoogste graad, volledig onzelfzuchtig en universeel, in die zin dat het wordt uitgedrukt tegenover alle voelende wezens zonder uitzondering. In die zin is het dus een altruïstisch perspectief.

Dus bodhicitta wordt eerst uitgedrukt in de gelofte, niet voor de eigen Verlichting alleen, maar in de gelofte om de Verlichting van alle voelende wezens zonder uitzondering te verwezenlijken. En om dit te bereiken, legt men de gelofte af om de Verlichting te bereiken als een middel om de wezens te helpen, als een steun om op deze intentie te bouwen. Voor de relatieve beginnening is dit wat op de toegang tot bodhicitta vormt.

We kunnen soms gaan denken dat bodhicitta een soort altruïstisch pad van opoffering voor anderen is. Het lijkt er misschien op, maar we zullen zien dat het in feite een weg is naar verlossing, met andere woorden, om te werken voor het welzijn van anderen en om uiteindelijk ook echt je eigen verlossing te bereiken, zonder anderen uit te sluiten, natuurlijk. Bijvoorbeeld, deze houding van genegenheid en welwillendheid ontwikkelen en deze betonen ten opzichte van alle voelende wezens, zonder uitzondering.

Sommigen van jullie denken misschien: "Ja, ik ben bereid, behalve dan voor die persoon". Je denkt misschien: "Ik ben bereid om van iedereen te houden, behalve van ...". Als we dat zeggen, schaden we onszelf. Als welwillendheid aanwezig is, beschermt deze houding ons tegen haat-aversie, tegen een houding van vijandigheid. Als deze houding niet universeel is, is er altijd de mogelijkheid van haat-aversie : het is een vergif. Iedereen die dit ontwikkelt zal onmiddellijk het onbehagen voelen dat de oorzaken van het onbehagen creëert. We kunnen dus meteen zien hoe het ontwikkelen van deze houding ons universeel beschermt voor onszelf. Mensen met deze houding ervaren tijdelijk welzijn, zoals in het voorbeeld van het verhaal van de Boeddha, in een van zijn vorige levens.

Kort samengevat, de Boeddha heeft zijn ontdekkingen met ons gedeeld. Hij heeft de voordelen van de houding van welwillendheid ontdekt. Dus, als we deze houding ontwikkelen, zijn we bezig ons eigen voordeel te verwezenlijken. Het is niet nodig om een egoïstische houding te hebben. Een egoïstische houding verhindert ons als het ware om alle mogelijke voordelen te plukken.

Door deze onbaatzuchtige houding te ontwikkelen, dragen we bij aan ons eigen welzijn. Maar dit sluit niet uit dat we aan het welzijn van de anderen bijdragen. We schaden niet langer de andere bewuste wezens en we worden zelfs in staat om anderen te helpen.

Er is een heel problematiek rond dit idee van 'anderen helpen': alle gruwelen van de wereld worden in die naam gedaan. We zeggen: "Ik wil anderen helpen," enzovoort, maar er zijn (in die naam) al heel wat verschrikkelijke dingen gedaan. Wat is echt heilzaam voor de wezens ? Hun echte kwaliteit ontdekken. Maar als we die niet kennen, als we niet in staat zijn om die uit te drukken, dan zullen we niet in staat zijn om deze kwaliteit in anderen te inspireren, om echte vriendelijkheid te tonen.

VRAGEN

We kunnen nu een paar minuten de tijd nemen voor jullie vragen, als jullie er hebben.

Luisteraar 1: vraag over de bodhicitta die bestemd is voor de voelende wezens

Trinlay Rinpoché :

We gebruiken de term "voelend wezen" om wezens aan te duiden die bestaan : met andere woorden, alle wezens die een geest hebben, alle geesten. Het omvat *alle* wezens : van microben tot walvissen, goden en wezens van de hel. En het niet-voelende kan de tafel zijn, de

pilaar. Planten worden ook beschouwd als niet-voelende wezens, niet als voelende wezens. Dat betekent niet dat ze niet reageren. Het is duidelijk dat planten ademen, het zijn levende wezens, maar ze zijn niet noodzakelijkerwijs voelende wezens.

Ik ben het met u eens dat het niet nodig is om iemand uit te sluiten, welk wezen dan ook. We kunnen welwillendheid voelen voor alles, absoluut alles. Maar laten we zeggen dat de pilaar pijn noch plezier voelt, en op dezelfde manier heeft de boom geen gevoelens. In deze zin wordt mededogen dus over het algemeen getoond in relatie tot een wezen dat pijn voelt. Welwillende liefde is voor wezens die welzijn voelen. Als de pilaar welzijn kan voelen, wens ik hem natuurlijk het beste toe.

Beantwoordt dat uw vraag?

Luisteraar 1:

Ja en nee. Ik vraag me af waarom (het onderricht ?) zich niet unaniem kan verspreiden?

Trinlay Rinpoché :

Het onderricht ? Misschien. Zo zou je het kunnen interpreteren, maar in feite is dat helemaal niet het geval. Er wordt bijvoorbeeld nergens gesproken over het expliciet uitsluiten van de levenloze wezens in kwestie. Woede die geuit wordt door iemand die met zijn teen tegen een trede loopt en boos wordt op die trede: die woede is nog steeds woede en het is heel negatief. En het is heel acceptabel – en zelfs aan te raden – om welwillendheid te voelen voor alle wezens, levend of levenloos, als je dat wilt. Er zijn geen bijzondere uitsluitingen. Dit betekent dat in de praktijk wrok, het waarnemen van lijden of plezier, betrekking heeft op levende wezens, aangezien levenloze wezens die niet ervaren.

Luisteraar 1 :

Maar in verband met mijn houding, die wordt gekenmerkt door discriminatie of kwaadaardigheid, enz. Je moet ze allemaal gelijk behandelen, met vriendelijkheid.

Trinlay Rinpoché :

Des te meer. Temeer omdat het onderscheid tussen levende en levenloze wezens relatief en conventioneel is. Op een ultiem niveau kunnen we dat onderscheid niet maken. Nu, als we liefdevolle vriendelijkheid ervaren, is het belangrijk om te begrijpen wat het is. Het moet niet verward worden met gehechtheid. Er zijn veel mensen die hun auto's, horloges, kunstwerken enz. met nog meer welwillendheid behandelen dan ze dat doen met levende wezens. En dat is geen welwillendheid, het is gehechtheid, het is verlangen-gehechtheid.

De Karmapa (?) Du Soum Kyenpa, bijvoorbeeld, beveelt – in zijn werk *Sem nyi gyamtso*, de '*rust van de werkelijkheid van de geest*', aan om allereerst gelijkmoedigheid te ontwikkelen ten opzichte van alle voelende wezens. Gelijkmoedigheid moet niet verward worden met onverschilligheid, met andere woorden, in een relatie staan zonder gehechtheid, afkeer of vijandigheid ten opzichte van alle wezens, zonder partijdigheid – zonder voorkeur- ten opzichte van alle wezens. Kortom, ten opzichte van alles. En het is op deze basis dat we liefdevolle vriendelijkheid ontwikkelen, wat geen verlangen-gehechtheid is.

Luisteraar 2 :

Wat is het verband tussen de geest en individuele ervaring (?) ?

Trinlay Rinpoché :

De dualiteit van de ervaring van individualiteit manifesteert zich door de gehechtheid aan het individu, dat is – om het kort te zeggen – de geboorte en de toestand waarin we verkeren worden voorafgegaan door onwetendheid. En het is door die onwetendheid – het grijpen naar

het 'ik' – dat de individualiteit zich manifesteert. Individualiteit kan je niet als zodanig observeren. Het is een constructie. In de werkelijkheid impliceert individualiteit dus ook onderscheid. En als we zeggen 'er is geen onderscheid', stellen we ons een geheel voor. Individualiteit, iedereen is één. Dus daar heb je het, en van daaruit zou volgen dat toen de Boeddha de Verlichting bereikte, wij allemaal de Verlichting hadden moeten bereiken (...). Maar hij bereikte de Verlichting en wij niet. Maar ook, als er werkelijk individualiteit is, kan het zijn dat er geen mogelijkheid tot communicatie is en dat de Verlichting voor mij niets betekent, dat het alleen iets unieks is voor de Boeddha, omdat iedereen verschillend en apart is. Leegte betekent ook : observeren dat er noch onderscheid noch eenheid is. Er is geen geheel, er zijn geen afzonderlijke dingen. Dus leegte staat toe, vanwege de leegte, dat er onderscheid kan zijn. Maar dit is volledig relatief. Dit onderscheid is de vrucht van illusie, van verwarring, en wordt niet als zodanig vastgesteld.

Luisteraar : onbegrijpelijke vraag

Trinlay Rinpoché :

Noch het een, noch het ander. Veelheid is echter alleen mogelijk als er eenheid kan worden vastgesteld. Als er een duidelijke substantiële eenheid is, dan kunnen we spreken van een veelheid, nietwaar ? Maar het probleem is dat wanneer we observeren en analyseren, we geen onherleidbare substantie kunnen vinden. Het 'een' is oneindig deelbaar. Je kunt geen moment van tijd vinden, geen uitgestrektheid van ruimte, geen onscheidbare atomische entiteit die het fundament van de werkelijkheid zou zijn, of een denkmoment dat onherleidbaar is.

In die zin kan het wezen niet gevonden worden. Dus als er geen 'éénheid' is, is er ook geen veelheid. Maar hebben we al een geheel gevonden dat een soort grote 'één' zou zijn, of waar alles één is? Ook dat hebben we nog niet gevonden, en we kunnen het ook niet vinden. Dus, vanwege specifieke oorzaken en omstandigheden, kan veelheid verschijnen. Maar het is slechts schijn, het is geen veelheid van entiteiten.

Het eerste hoofdstuk is getiteld: « De voordelen van de verlichtingsgeest ». We hebben al een aantal strofen bestudeerd.

NvdV : Er wordt in deze vertaling van het onderricht van Trinlay Rinpoché gebruik gemaakt van de volgende Nederlandse versie van de tekst van Shantideva : « *Het pad van de bodhisattva-krijger* », Maitreya Uitgeverij, vertaald door Hans van den Bogaert. Hoewel gebaseerd op dezelfde tekst van Shantideva, kan het zijn dat de Nederlandse tekst wat afwijkt van de Franse vertaling die Trinlay Rinpoché zelf gebruikt : « *Bodhicaryavatara, La Marche vers l'Éveil* », Éditions Padmakara.

De tekst begint met een teken van eerbied, een eerbetoon aan de Drie Juwelen, door de auteur zelf, en een korte presentatie van wat hij van plan is te doen: de auteur stelt de leefregels van de bodhisattva's voor, de praktijk van de bodhisattva's.

Volgens de overlevering componeerde Shantideva deze tekst mondeling en in één ruk. Hij was nog niet erkend als een belangrijk meester. Hij was monnik in het beroemde klooster en universiteit van Nalanda. De auteur van de Bodhicaryavatara stond bekend als iemand die niet veel studeerde en niet zo actief was als de andere monniken die in dit beroemde instituut studeerden. Sommigen wilden hem uitsluiten. Het was een traditie om bij bepaalde gelegenheden een openbaar onderricht te organiseren: er werd dan een monnik gekozen om een openbaar onderricht te geven. Zo werd Shantideva gekozen en tot ieders verbazing accepteerde hij die opdracht en gaf zijn onderricht in één enkele sessie; een deel van het begin van de tekst beschrijft de omstandigheden waarin hij dit onderricht gaf.

Strofen 4 en 5 : « *Het is bijzonder moeilijk vrijheden en rijkdommen te verwerven, die als ze eenmaal verworven zijn alle doelstellingen van een persoon kunnen vervullen. Hoe zal ik ze ooit opnieuw tegenkomen, als ik er nu niet in slaag te doen wat heilzaam is ?*

Net zoals een bliksemflits in het donkere duister van een bewolkte nacht alles één ogenblik lang helder verlicht, zo ontstaat door de kracht van de Boeddha af en toe heel even een heilzame gedachte in de wereld. »

In deze twee strofen benadrukt Shantideva de zeldzaamheid en kostbaarheid van onze huidige conditie, waarin we toegang hebben tot de Dharma - het onderricht van de Boeddha - en de vrijheid om het in praktijk te brengen.

Het essentiële punt hier is de vervulling van gunstige voorwaarden, d.w.z. dat de Boeddha onderricht heeft gegeven, dat zijn onderricht voor ons toegankelijk is, enzovoort. Dit zijn dus omstandigheden die enigszins onafhankelijk van onszelf zijn, maar ook de innerlijke omstandigheden waar ik me bevind, die ook van mij afhankelijk zijn... Al deze gunstige omstandigheden zijn aanwezig.

Een heel belangrijk punt wordt gemaakt met dit beeld van de bliksem die door de nacht scheurt: *shraddhā* (skt) *depa* (tib), vaak vertaald als 'geloof' of 'vertrouwen'. Gewoonlijk betekent 'geloof' in het Nederlands 'overtuiging en toetreding'. Maar *shraddhā* (skt) *depa* (tib), dat in zekere zin daar het equivalent van is in het boeddhisme, wijkt hiervan af. Het heeft de betekenis van 'vertrouwen', maar het is een vertrouwen dat voortkomt uit kennis die voortkomt uit het zich bewust worden van de werkelijkheid, een soort luciditeit, een vorm van helderheid : plotseling zie je wat echt zinvol is.

Je wordt je bewust van de verwarring. Je hebt nog niet alles beseft of begrepen, maar je hebt er een echte glimp van opgevangen. Dankzij de kennismaking met de leer, met de Boeddha enzovoort, ontstaat er vertrouwen in de beoefening. En dat is *shraddhā* (skt) *depa* (tib) of geloof. Shantideva illustreert dit met de bliksem die door de nacht scheurt, de stormachtige, verduisterde nacht. Er is geen ander licht zichtbaar. En plotseling, voor een kort ogenblik, scheurt er een bliksemflits door de nacht en zie je alsof je in volle klaarlichte dag bent, maar slechts voor een heel kort moment. Deze luciditeit ontstaat plotseling door de genade van de Boeddha's en ook door de rijpheid van onze eigen gunstige karmische neigingen die geactualiseerd worden. We zijn ons bewust geworden van de Dharma, we hebben een glimp opgevangen, maar als we deze gelegenheid niet aangrijpen en er vandaag geen gebruik van maken – dat wil zeggen, als we ons niet volledig wijden aan het bestuderen van de Dharma en het beoefenen – dan zal deze gelegenheid zich misschien niet meer voordoen. Er is misschien maar één bliksemflits en dan zitten we weer voor een hele lange tijd in het donker.

Onze gebruikelijke neigingen, onze verwarring, hebben een bepaalde kracht en creëren een soort aanleg, en we hebben de neiging om uit gewoonte altijd die kant op te gaan, of uit gewoonte voor die verwarring, die kwellingen, om ze altijd te vernieuwen en te versterken. En zo heeft onze verbijstering, onze verwarring de neiging om te blijven voortduren. Het raakt niet vanzelf op en tenzij we (...), zal de malaise eeuwig voortduren. We zullen voortdurend van teleurstelling naar teleurstelling gaan. Van alle Dharma-leringen is bodhicitta de lering die de kwintessens, de essentie ervan bevat.

Bodhicitta kan niet alleen ons uiteindelijke welzijn tot stand brengen, maar ook ons tijdelijke welzijn. Wie zich toelegt op het werkelijk genereren van deze houding van liefde en mededogen jegens alle voelende wezens, en zich er volledig aan wijdt, zal uiteindelijk

Verlichting ervaren. Hij of zij zal tijdelijk welzijn ervaren, een bodhisattva worden en, in die zin, in staat worden gesteld om later een Boeddha te worden.

Strofe 7 : « *Alle boeddha's die vele eonen lang hebben gecontempleerd, hebben de voordelen ervan ingezien. Door de verlichtingsgeest kunnen de grenzeloze massa's wezens snel en gemakkelijk de staat van het hoogste geluk bereiken.* »

Het betekent, kortom, dat de Boeddha's en Bodhisattva's de capaciteit van bodhicitta hebben gemeten en gezien en geen ander middel subliemer hebben gevonden dan de bodhicitta. Met andere woorden, je kunt jezelf misschien afvragen: “Wat moet ik doen om de Verlichting te bereiken? Ik heb gehoord dat er ergens iemand meditatiecursussen geeft, misschien ga ik hem volgen?” Dan hoor je over boeddhisme, Vipassana-meditatie, Zen-meditatie, en je denkt: “Misschien probeer ik dat; misschien probeer ik dat andere. Tantrisch boeddhisme, Vajrayana. Dan is er nog de praktijk van Tara, die vind ik leuk. Ah, nu onderwijst die en die de Vajrakilaya-praktijk, dat moet nog beter zijn.” Dan: “Oh, er is de Rode Tara, moet ik die niet beoefenen?” Je kunt zo een beetje in de war raken, niet weten wat je nu eigenlijk moet beoefenen... Maar Shantideva zegt hier: “er is geen enkele praktijk die niet gebaseerd is op bodhicitta”. De kern van de zaak is bodhicitta. Als er geen bodhicitta is, is er werkelijk niets anders dat even effectief is. Alle Boeddha's en bodhisattva's hebben gezegd: “Ontwikkel bodhicitta als je verlichting wilt bereiken.” Dit is de enige weg die door alle Boeddha's en Bodhisattva's bewandeld is. Zodra je toegewijd bent aan het Grote Voertuig, is dit de enige weg. Of je nu Zen beoefent, of Tibetaans boeddhisme, of je nu deze of gene vorm van Sadhana beoefent, er is geen enkele praktijk die niet gebaseerd is op bodhicitta. Dus, iemand die echt wil beginnen aan het Grote Voertuig zonder bodhicitta te hebben gegenereerd, zal er niet in slagen. Het moment waarop je bodhicitta genereert, dat is werkelijk het moment waarop je je echt op het pad van het Grote Voertuig begint te begeven.

De vijf paden: het pad van accumulatie, het pad van verbinding, het pad van visie, het pad van training, het pad 'voorbij' de training. Van het pad van visie tot het pad 'voorbij' de training zijn er tien niveaus van bodhisattva-realisatie, die bekend staan als de Tien Velden van de Bodhisattva's. Al deze stadia zijn slechts niveaus van finetuning van de bodhicitta.

Het eerste pad wordt ook wel het pad van 'uitrusting' genoemd, waarbij men zichzelf uitrust met kennis en verdienste. In het eerste stadium verzamel je alles wat je nodig hebt om de praktijk voort te zetten. Allereerst moet je dus echt bodhicitta gegenereerd hebben. Dan moet je de leefregels van de bodhisattva-geloften kennen en de ethiek beoefenen.

Het beoefenen van de ethiek bestaat uit drie delen: het eerste deel is het voorkomen van wat in strijd is met Bodhicitta – deze is in strijd met alle negatieve neigingen. Het tweede is het uitbreiden van onze kwaliteiten, ons vermogen tot welwillendheid, onze intelligentie en ons concentratievermogen. En het derde deel is het verwezenlijken van het welzijn van de anderen. Onze kwaliteiten uitbreiden betekent werken aan het welzijn van de anderen, niet alleen hen niet schaden, maar werkelijk aan hun welzijn werken.

Ethiek is dus: (1) niet schaden, (2) geen handelingen verrichten die negatief zijn voor jezelf en anderen, (3) je kwaliteiten ontwikkelen om het welzijn van de anderen te verwezenlijken.

Het is duidelijk dat we kennis nodig hebben om het welzijn van de wezens te verwezenlijken. We kunnen niets doen als we niet weten hoe we het moeten doen. We moeten dus weten wat ethiek is, hoe we die dagelijks moeten toepassen en waarom het belangrijk is dat we deze

ethiek volgen. Om dat te doen, moeten we kennis hebben verworven en moeten we eerst leren. Hoe leer je? Door te luisteren naar de onderrichtingen die ons worden gegeven, maar ook door de onderrichtingen te lezen die werden gegeven door de grote meesters uit het verleden, hun zeer gedetailleerde en duidelijke uitleg. Zo leren we. Wat we geleerd hebben, moeten we beschouwen om de betekenis ervan te zien, zodat we de relevantie ervan kunnen inzien, dit begrip kunnen assimileren en ook de relevantie van dit onderricht kunnen observeren. De kennis die we hebben geleerd wordt verworven kennis en het is op basis van deze verworven kennis dat we dan oefenen en trainen. Op deze basis zullen we al het nodige verwerven en ons toelagen op ethische discipline, op het beoefenen van contemplatieve meditatie, wat voor de bodhisattva vooral betekent liefde en mededogen voor alle voelende wezens ontwikkelen.

Het verdiepen van de kennis van de werkelijkheid bestaat uit het combineren van de stabiliteit van de geest met de observatie van de werkelijkheid; het is door de observatie van het niet-waarneembare, van de leegte, dat we geleidelijk het pad afleggen, de hogere stadia van het pad van accumulatie en vervolgens van het pad van de vereniging, dat vier stappen telt, culminerend in het pad van de visie. Het pad van de visie is het eigenlijke moment waarop we genereren wat we de ultieme bodhicitta noemen.

Bodhicitta wordt in zekere zin gegenereerd door middel van instructies, maar ook aan de hand van de werkelijkheid. Met instructies bedoelen we de instructies van de meester, en we denken dan eerst en vooral aan wat bekend staat als relatieve of conventionele bodhicitta, wat betekent daadwerkelijk welwillende liefde voelen voor alle wezens zonder uitzondering, en de gelofte formuleren om zelf de Verlichting te bereiken voor het welzijn van alle wezens, en dit is de Verlichting van alle wezens formuleren. Dit noemen we bodhicitta. Het is vooral door middel van de instructies van de meester, door middel van het ritueel van het afleggen van de bodhisattva-geloften, dat conventionele bodhicitta wordt gegenereerd. Dan, door het ontwikkelen van de observatie van de werkelijkheid – door de werkelijkheid zelf – wordt de ultieme bodhicitta geactualiseerd. Deze ultieme bodhicitta is onafscheidelijk van wijsheid en onderscheidingsvermogen. Het is de waarneming van de leegte, de waarneming van het niet-waarneembare. De geest die vrij is van alle verwarring maar onlosmakelijk verbonden is met het grote mededogen voor alle wezens, is de vereniging van leegte en mededogen. Dit is de ultieme bodhicitta.

Op dit moment streven we ernaar, maar bij gebrek aan onderscheidingsvermogen en wijsheid zijn we niet in staat om die te actualiseren, maar dankzij de realiteit – wanneer we onze onwetendheid verdrijven – wordt de ultieme bodhicitta manifest. En deze ultieme bodhicitta is de ware bodhicitta.

De bodhicitta die we relatief noemen is een schijn van bodhicitta, het is niet de ware bodhicitta, maar het lijkt op de ware bodhicitta en leidt ernaartoe. En die is onmiddellijk toegankelijk voor ons, zelfs als we geen wijsheid hebben, zelfs als we de leegte niet waarnemen. Dus, vanaf het moment dat de bodhicitta – zelfs de relatieve bodhicitta – in onze geest aanwezig is, manifesteren zich immense voordelen, zoals vermeld in strofe 9 en volgende.

Er vindt een echte verandering van conditie plaats wanneer we bodhicitta genereren, in de zin dat we niet alleen niet langer schadelijk zijn voor de wezens, maar ook een bron van voordeel worden voor de andere wezens. Natuurlijk wekken we door de kwaliteit van deze houding bewondering en waardering op bij de andere voelende wezens. Het is als een elixer dat de kracht heeft om te transformeren. Het transformeert haat, afkeer, egoïsme, alle kwellingen in ons. Alle ongunstige omstandigheden die deze negatieve houdingen ons opleggen, worden

volledig weggenomen door de bodhicitta. Integendeel, de bodhicitta veroorzaakt alle gunstige omstandigheden en leidt er uiteindelijk toe dat we een Boeddha worden. In die zin is het als een elixer, iets dat ons kan transformeren.

De term ‘elixer’ in strofe 10 (in de westerse traditie is het het idee van de steen der wijzen die gewoon lood in goud kan omtoveren) : het is een vermogen tot transmutatie in onze verwarde geest – een bron van onbehagen – getransmuteerd in de geest van Boeddha door de bodhicitta. Shantideva laat verder zien hoe belangrijk het voor ons is om de Bodhicitta te handhaven, als we een einde aan het lijden willen maken, want de Boeddha zag in onze normale toestand geen wonderbaarlijker houding die werkelijk een einde aan het lijden zou kunnen brengen. De tijdelijke en uiteindelijke voordelen worden verkregen door de bodhicitta. We kunnen overal zoeken naar iets waar we volledig op kunnen vertrouwen, dat ons nooit zal verraden, dat altijd een bron van welzijn zal zijn voor ons en voor de anderen : telkens zullen we de Bodhicitta treffen. Er is geen andere kwaliteit die een einde aan het lijden kan brengen.

We denken misschien: “het belangrijkste is mentale gemoedsrust, ik moet mezelf in mentale gemoedsrust houden”. Misschien lukt het ons om een tijdje in mentale rust te blijven, maar op een gegeven moment raakt onze mentale rust op en raken we geïrriteerd. Sommige mensen die de gewoonte hebben van mentale rust, vinden het fijn dat alles kalm is en zo. Maar zodra niet alles rustig is, raken ze meer geïrriteerd dan anderen omdat ze minder goed tegen verstoringen kunnen. De Bodhicitta raakt als het ware de kern van de bron van mentale rust. Als we bodhicitta hebben, irriteert ons niets, stoort ons niets. Bodhicitta uit zich van nature in mentale rust. Zonder er zelfs maar naar te zoeken, is mentale rust het natuurlijke gevolg ervan.

We kunnen bijvoorbeeld denken: “OK, we begrijpen de wet van causaliteit een beetje : je moet vrijgevig zijn, je moet goed zijn.” We proberen allemaal een goede burger te zijn, een goede zoon, een goede ouder, en we kunnen uiteindelijk een gedrag definiëren dat verondersteld wordt goed te zijn, in een relatieve omstandigheid, ten opzichte van een persoon, in een bepaalde situatie. En we proberen dit gedrag op deze manier in de praktijk te brengen, vaak met grote verwachtingen en resultaten. Nou, het is mogelijk en het is zeker dat we een positief resultaat hebben, maar dit positieve resultaat blijft beperkt.

De herhaling van een bepaald gedrag zal waarschijnlijk niet gepast zijn in andere omstandigheden, en zo ook met de vruchten. Als er gehechtheid is aan deze vrucht – dit specifieke resultaat – dan zal het vruchten voortbrengen, maar de vruchten zullen op raken. De bodhicitta wordt bewogen door liefde, universeel mededogen en de buitengewone moed die ze altijd kenmerkt. Wat het gedrag ook is, de bodhisattva beschouwt de situatie als goed. En ook worden de vruchten niet bezoedeld door het grijpen naar het ‘ik’, het grijpen naar ‘het mijne’, enzovoort. Omdat het vrij is van alle gehechtheid, zijn de voordelen die voortvloeien uit bodhicitta onuitputtelijk, oneindig. Shantideva zegt het in strofe 12 : de voordelen die voortkomen uit bodhicitta zijn onuitputtelijk (*« De verlichtingsgeest is als een magische boom, die voortdurend vrucht draagt welke onafgebroken toeneemt »*).

Anderzijds, de bodhicitta is als een bescherming. Je kan je in een zeer ernstige situatie bevinden en zou er volledig aan kunnen bezwijken, maar als je de bodhicitta hebt, bezwijk je niet. Dit heeft te maken met karma, met disposities. Als we de bodhicitta handhaven, zelfs als we in een situatie zitten waarin we onszelf iets kunnen aandoen dat schadelijk is, of zelfs als de resultaten van negatieve acties uit het verleden zich vandaag manifesteren, beschermt de bodhicitta ons zodat het lijden ons niet volledig vernietigt, alsof we bijvoorbeeld – en dan zouden we ons niet al te veel zorgen maken, denk ik – in gezelschap van Superman vastzitten in een instortende toren. Het karma kan zichtbare gevolgen van negatieve situaties met zich

meebrengen, maar als we vertrouwen op de bodhicitta, dan bezwijken we niet onder deze negatieve gevolgen, die ons op hun beurt niet kunnen weerhouden van de Verlichting. Het simpele feit dat je over de bodhicitta beschikt, voorkomt niet dat bepaalde negatieve gevolgen zich manifesteren. We kunnen zeer ernstige daden hebben begaan in het verleden, en de gevolgen zullen zich als het ware manifesteren : een actie heeft altijd een gevolg. Voor sommige zeer, zeer ernstige daden kun je niet voorkomen dat de gevolgen zich manifesteren. Bijvoorbeeld, als een vogel in de lucht vliegt, zweven zowel de vogel als zijn schaduw. Hij moet op een gegeven moment landen en als dat gebeurt, komen de schaduw en de vogel samen. Zijn schaduw is in zekere zin het potentieel in ons. En op een bepaald moment zal dit potentieel zich manifesteren in onze ervaring. Wanneer we een negatieve actie ondernemen, zijn er onvermijdelijk bepaalde gevolgen. Dus als dit negatieve gevolg zich manifesteert, als we niet over de bodhicitta beschikken, zal het lijden ons op de ene of andere manier meesleuren en zullen we weer verdwalen, wat de samsara in stand zal houden. Maar als we over de bodhicitta beschikken, zelfs als deze negatieve omstandigheid zich manifesteert, dan vermindert de kracht van de bodhicitta de kracht van het gevolg. En zelfs als er pijn zou zijn, een extreem ernstige, extreem moeilijke omstandigheid zou gebeuren, zouden die volledig draaglijk blijven. Er zou iets van minder groot belang gebeuren. Je kunt het gevolg niet ontlopen, maar je vermindert het gevolg. Het is alsof je niet kunt voorkomen dat je in de instortende toren zit – omdat je de gevolgen zelf gecreëerd hebt – maar de bodhicitta betekent dat je als het ware niet zult sterven. Dit is een beeld en het betekent dat als we ons niet verwijderen van ons potentieel tot Verlichting, de gevolgen minder erg worden en het pad naar Verlichting niet beschadigd wordt.

De bodhicitta wordt ook wel vergeleken met een soort vlam die, in de stroom van ons wezen, alle negatieve disposities consumeert, als een vuur dat aan het einde van de tijd alles consumeert (strofe 14). Dit is het beeld: op een dag zal onze zon uiteenspatten en deze planeet Aarde en alles wat de mensheid heeft gebouwd : al die prachtige kathedralen, de steden, de wegen en alle dingen die we hebben gebouwd, al die boeken die we hebben verzameld, al die kennis die we hebben vergaard; op een dag en zonder een spoor achter te laten, zal alles volledig worden vernietigd door de zon. Dat is wat er over een paar miljard jaar gaat gebeuren. De Bodhicitta wordt hier geïllustreerd met een ietwat negatief voorbeeld, als je wilt, omdat we gehecht zijn aan alle dingen die we gecreëerd hebben. Maar in de stroom van ons wezen hebben we disposities – sporen van talloze negatieve daden begaan door de ontelbare daden – die er zijn, als een potentieel : zaden van toekomstige ervaringen, percepties, die in de stroom van ons wezen zijn en die een pijnlijke ervaring – lijden – conditioneren. Zodra bodhicitta werkelijk manifest is, zullen onze neigingen zich niet meer zoals voorheen kunnen manifesteren. We hebben reeds gezien dat we niet kunnen voorkomen dat bepaalde neigingen zich manifesteren, maar (door de bodhicitta) verminderen we (de kracht van) hun gevolgen. Nu hebben we het over andere negatieve neigingen, die niet zo sterk zijn, waarvan we de gevolgen volledig elimineren en waarvan we de vergelding nooit hoeven te ervaren. En dit is door de kracht van bodhicitta. In die zin is het als een vuur dat alle negatieve karma's uit de stroom van ons wezen reinigt.

Dit is de grootheid van bodhicitta. En er wordt gezegd dat, als de opwekking van bodhicitta een fysieke vorm zou aannemen, de verdiensten en het voordeel ervan zo enorm zouden zijn – zo immens, zo buitengewoon – dat zelfs de oneindigheid van de ruimte niet groot genoeg zou zijn om ze te bevatten.

We praten over vrijgevigheid, ethische discipline, al deze dingen worden als positief beschouwd. Zolang ze gedaan worden met de greep van het 'ik' – egoïsme en gehechtheid – hebben ze slechts beperkte voordelen; bodhicitta daarentegen brengt werkelijk oneindige, onbeperkte voordelen.

Strofen 15 en 16 : « *Kort samengevat moeten we weten dat deze verlichtingsgeest twee aspecten heeft : de wensende verlichtingsgeest en de ondernemende verlichtingsgeest. Zoals we de volgorde begrijpen om te gaan en het feitelijke gaan, zo begrijpen de geleerden de volgorde en de indeling van deze twee. »*

Vanmorgen spraken we over ultieme bodhicitta en relatieve bodhicitta.

De conventionele bodhicitta - de schijn van bodhicitta die we nu kunnen opwekken - kan twee aspecten aannemen. Deze twee aspecten worden samen ontwikkeld, maar het is mogelijk om er slechts één te ontwikkelen. Het eerste van de twee aspecten is aspiratie en het tweede is toewijding : de wensende bodhicitta en de ondernemende bodhicitta, dus. Zoals in de tekst aangegeven, is aspiratie de oprechte wens om het welzijn van de voelende wezens te kunnen verwezenlijken en om hen voor hun welzijn in de Verlichting te kunnen vestigen. Je wenst: “Moge ik voor hun welzijn de Verlichting bereiken”. Dit kan je vergelijken met een wens. Het is al een uiterst heilzame houding – met grote voordelen – maar ze blijft minder belangrijk dan de voordelen van toewijding.

De ondernemende bodhicitta – bodhicitta van toewijding – betekent een gelofte afleggen om zichzelf daadwerkelijk in te zetten om deze wens te vervullen en ernaar te handelen. Je zou bijvoorbeeld, op een dag kunnen zeggen: “Ik zou graag naar Brussel gaan”: je kunt dat je hele leven wensen, maar als je niets doet, zul je Hoi nooit verlaten (lacht). Je kunt wensen wat je maar wilt... ! Maar als je opstaat en begint te lopen, als je de nodige stappen neemt om met de auto, te voet of met de trein te gaan, dan kom je er wel. Als je dat doet, kom je in Brussel. Zoals ik al zei, we kunnen het onderscheid maken tussen een eenvoudige wens en een wens die gepaard gaat met een toewijding. Dit zijn de twee aspecten van de relatieve Bodhicitta.

Wat betekent dit concreet ?

Aan de ene kant is het de gelofte. De ondernemende bodhicitta is zichzelf effectief inzetten om de voorschriften van de bodhisattva's te volgen : de Bodhisattva-geloften nemen. Je kunt de aspiratie naar Verlichting genereren – wat uiterst krachtig en zeer heilzaam is – en daarnaast de toewijding aangaan, de bodhisattva-geloften afleggen, actief de leefregels van de bodhisattva's volgen en oefenen in overeenstemming met je mogelijkheden. Dit is inderdaad de ondernemende gelofte.

De wensende bodhicitta is uitstekend, maar is ondergeschikt aan de ondernemende bodhicitta. Goud heeft bijv. veel waarde, maar een diamant – zelfs een onvolmaakte – is meer waard.

Er is een instructie van de Boeddha aan een koning, vermeld in het commentaar van Pao Tsuglak Trengwa: “*Welke activiteit je ook onderneemt, streef altijd naar Verlichting. Ga altijd voor de Verlichting en verheug je in alle deugden. Offer de verdiensten van deze deugden aan de Drie Juwelen en deel deze deugden met alle wezens. Wijd jezelf aan de Verlichting. Als je dit doet, Ô Koning, zul je in staat zijn te vorderingen te maken op de weg naar de Verlichting zonder je activiteit te hoeven veranderen*”. De Boeddha zei tegen deze koning: “*Alleen al door de verdiensten van de wensende bodhicitta, zelfs als je als resultaat een oneindig aantal gelukkige, koninklijke levens in de beste omstandigheden oogst, zal dit de verdienste die voortkomt uit de wensende bodhicitta niet uitputten – zelfs niet een beetje*”.

In feite zijn de verdiensten van de wensende bodhicitta al uiterst krachtig in termen van het bepalen van onze toekomst, wie we zijn en ons karakter. Dus als we alleen deze houding

hebben, zullen er al grote verdiensten zijn. Dus zelfs de bodhicitta zonder toepassing – gewoon de gelofte, de wens voor de Verlichting van alle voelende wezens – is buitengewoon krachtig. Deze gelofte, zelfs als ze niet gepaard gaat met toewijding, moet niet worden geminacht. De wensende bodhicitta is een bron van buitengewone gelukzaligheid binnen het geconditioneerde bestaan; het brengt onmetelijk geluk binnen de samsara. Maar in deze instructie die de Boeddha aan de koning gaf, gaat het niet helemaal om bodhicitta zonder toepassing. Allereerst omvat het de intentie van Verlichting, maar ook het zich verheugen in de deugden, het aanbieden van de verdiensten, het opdragen ervan aan de Verlichting. In die zin is dit dus ook een vorm van ondernemende (bodhicitta). Dus gaf de Boeddha deze instructie toen hij zag dat de koning zich niet kon toeleggen op het volgen van alle voorschriften van de bodhisattva-geloften, waarvan er een heleboel zijn. Hij beschikte niet over die capaciteit. En dus presenteerde de Boeddha de toepassing op een manier die toegankelijk was voor de koning. Dus in dit geval verlangt de gelofte van ondernemende bodhicitta heel oprecht naar Verlichting. Hoewel hij vreugde heeft in het nastreven van de Verlichting, legt hij zich niet mentaal, verbaal of fysiek toe op het ontwikkelen van de Verlichting en blijft hij als het ware gewoon op het niveau van een wens. En het is in deze zin dat we de ondernemende bodhicitta moeten begrijpen, de wensende bodhicitta – of bodhicitta van aspiratie – zonder toepassing.

Strofe 17 : « *Hoewel uit de wensende verlichtingsgeest in het cyclische bestaan grote gevolgen voortkomen, komt er niet een ononderbroken stroom verdiensten uit voort zoals uit de ondernemende verlichtingsgeest.* »

Dus in het kort, de wensende bodhicitta alleen is... (??)... maar kan ons natuurlijk niet naar Verlichting leiden, omdat we onszelf er niet op toeleggen. Het kan tijdelijke voordelen opleveren – en dat is op zich al iets buitengewoon positiefs – maar de volle voordelen van bodhicitta vereisen de ondernemende bodhicitta.

In de volgende strofen benadrukt Shantideva in het bijzonder de voordelen van de ondernemende bodhicitta.

Strofen 18 en 19 : « *Degene die deze ondernemende verlichtingsgeest perfect heeft opgewekt met de onomkeerbare gedachte alle voelende wezens in de grenzeloze ruimte volkomen te bevrijden, zal vanaf dat moment, zelfs gedurende slaap of onachtzaamheid, een onafgebroken stroom krachtige verdiensten verwerven, zo omvangrijk als de ruimte.* »

Dit commentaar legt uit – door de Indiase commentaren te herhalen – dat verdiensten en voordelen in feite onophoudelijk zijn. Vanaf het moment dat we de Dharmadatu waarnemen – de ultieme dimensie, de absolute dimensie – vanaf het moment dat er wijsheid is, zijn de voordelen van de bodhicitta oneindig.

Dus omvat bodhicitta in feite deze intentie, deze motivatie, maar er zijn ook de voorschriften, de praktijk gekoppeld aan de praktijk van de bodhisattva's, nl. de zes Paramita's : de Paramita van vrijgevigheid, ethische discipline, geduld of gelijkmoedigheid, ijver, concentratie en wijsheid.

In het Sanskriet heeft de term *paramita* een dubbele betekenis: uitmuntendheid enerzijds en transcendentie anderzijds. Uitmuntendheid, in de zin dat deze kwaliteiten gekoesterd worden met wijsheid. En zodra ze met wijsheid gekoesterd worden, zijn ze in staat om ons naar de hoogste graad te brengen en zijn ze in staat om ons voorbij het geconditioneerde bestaan te brengen. En dus zijn het paramita's voor zover ze beoefend worden op basis van de observatie van de absolute dimensie.

Er wordt ook uitgelegd dat de persoon die de bodhisattva-geloften niet heeft afgelegd en die naar Verlichting streeft voor het welzijn van alle wezens, kortom, dat is wensende bodhicitta. En degene die de bodhisattva-geloften heeft afgelegd, dat is ondernemende bodhicitta. Dus interpreteren sommige mensen de ondernemende bodhicitta – zoals we dit eerder zagen – als zou die de observatie van de absolute dimensie vereisen. Dit zou erop neerkomen te zeggen dat – op een bepaalde manier – de ondernemende bodhicitta gelijk is aan de ultieme bodhicitta, en sommige teksten interpreteren het op deze manier. We zeggen eerder dat 'streven naar verlichting voor het welzijn van alle wezens' zonder de bodhisattva-geloften te hebben afgelegd slechts de wensende bodhicitta is. In het kader van de bodhisattva-geloften is het volgen van de voorschriften de ondernemende bodhicitta. En als we de absolute, ultieme dimensie waarnemen, is dit niet langer de relatieve bodhicitta, maar wel de ultieme of absolute, ware bodhicitta. De ondernemende bodhicitta is het afleggen van de gelofte, de eed om de voorschriften van de bodhisattva's te volgen en om de constante wil te hebben om dat te doen.

Strofen 18 en 19, staat er: « *Degene die deze ondernemende verlichtingsgeest perfect heeft opgewekt met de onomkeerbare gedachte (...) zal vanaf dat moment (...)* » : vanaf het moment dat we niet alleen de bodhicitta van intentie genereren, maar dat we de eed afleggen om de leefregels te volgen en dat we voortdurend van plan zijn ze te volgen, vanaf dat moment zullen de verdiensten daaruit volgen, zich manifesteren. Met andere woorden : zelfs als we op een bepaald moment onoplettend zijn, zelfs als we slapen, zullen de verdiensten, de kracht die ons naar de Verlichting stuwt, voortdurend en onophoudelijk groeien. « (hij of zij) *zal vanaf dat moment, zelfs gedurende slaap of onachtzaamheid, een onafgebroken stroom krachtige verdiensten verwerven, zo omvangrijk als de ruimte.* »

Het betekent dat als je eenmaal echt de bodhisattva-geloften hebt ontwikkeld, zelfs als je je ze soms niet meer zo helder herinnert – omdat je even slaapt of onbewust bent of een beetje afgeleid – je niet afdwaalt van het pad naar Verlichting en dus staat hier dat de verdiensten immens zijn, nooit ophouden te groeien.

Maar je moet deze strofe lezen in de zin dat 'bovendien, als je bewust bent' niet betekent: “OK! je hebt goede bedoelingen : je kunt slapen, afgeleid blijven”. Zo moet je het niet lezen, je moet het lezen in de zin dat als je bewust bent en niet slaapt, actief en ijverig, de verdiensten natuurlijk onmetelijk veel krachtiger zijn.

Oké, ik laat jullie nog wat tijd voor vragen voordat we aan strofe 20 beginnen : die illustreert wat we net gezien hebben.

VRAGEN

Luisteraar : (onverstaanbaar)

Trinlay Rinpoché :

In zekere zin kunnen we zeggen dat bodhicitta in het algemeen niet alleen maar mededogen is, omdat we mededogen op een beperkte manier kunnen ontwikkelen, en zelfs op een onbeperkte manier. Bijvoorbeeld, in het genereren van bodhicitta, gaat mededogen vooraf aan bodhicitta. Bijvoorbeeld, liefdevolle vriendelijkheid jegens alle wezens, het verlangen om wezens tot welzijn te brengen, willen dat wezens gelukkig zijn omdat we zien dat ze niet gelukkig zijn, en bovendien dat ze ongelukkig zijn. Als we dit waarnemen, willen we dat ze uit hun lijden verlost worden : dat is mededogen. En er is een component die op mededogen volgt en die specifiek is voor het Grote Voertuig, het is *pag sam* in het Tibetaans, de hogere intentie (letterlijke

vertaling). Het is een belangeloze intentie, wat aanvaarding impliceert. Bereidheid betekent anderen te hulp komen ondanks alle moeilijkheden die ermee gepaard gaan. Het is die heel, heel speciale moed. Dit is wat leidt tot het genereren van bodhicitta.

Maar bodhicitta vereist impliciet een zekere mate van onderscheidingsvermogen. Het vereist niet de wijsheid te hebben verwezenlijkt, maar het hebben van een bepaalde kennis die op deze wijsheid gericht is.

We hebben al gezien dat toewijding aan het pad van de Boeddha geloof vereist, *shrada* (skt) *depa* (tib) : geloof, niet in de christelijke of westerse betekenis van de term, maar in de boeddhistische betekenis, zoals we die hebben gedefinieerd, d.w.z. een zekere helderheid in relatie tot de leer. De leer onderwijst ons, draagt ons op wijsheid te ontwikkelen en spreekt tot ons over onwetendheid en over het voorbij van onwetendheid. Er is dus altijd het verlangen om voorbij de onwetendheid te gaan. We hebben een idee van wat gene kant van onwetendheid is, maar we hebben het nog niet echt ervaren. We hebben het niet ervaren, maar we hebben er een zekere glimp van opgevangen, en er is een echt vertrouwen - *shrada* (skt) *depa* (tib) - dat de Bodhicitta duidelijk heeft. Daarom is er ook die moed.

Het is een vraag : als we wijsheid zeggen, wat bedoelen we daar dan precies mee ? We hebben het over effectieve wijsheid, met andere woorden, het 'waarnemen van het onwaarneembare', het realiseren van leegte. Natuurlijk, dat is de ultieme Bodhicitta. Maar we hebben het over relatieve bodhicitta: we hebben die nog niet bereikt, maar we kunnen in de buurt komen, met andere woorden we hebben vertrouwen, we hebben een glimp van wat wijsheid is.

Luisteraar :

Wat is wijsheid en mededogen ? ...(onhoorbaar)

Trinlay Rinpoché :

De tweede fase is de analyse, het onderzoeken van wat ik 'de ander' noem. Ik ga in feite zien dat het gebaseerd is op een grijpen, dat ik discrimineer : de wezens zijn zus en zo, en er is mij. Dit zijn uiteraard conventies, discriminaties die ik heb.

In het bijzonder ga ik zien dat ik de essentie van de ander en van mezelf eigenlijk niet kan vinden. En als ik dit begrijp, zal ik liefde voelen voor de andere voelende wezens en mededogen voor de andere voelende wezens, op een nog grotere, belangrijkere manier. In de mate dat ik de werkelijkheid nog niet gerealiseerd heb, maar ik begrijp wel dat de fenomenen geconditioneerd, vergankelijk zijn – terwijl de wezens niet zien dat deze vergankelijk zijn, ze zijn gehecht aan permanentie – voel ik mededogen voor hun verwarring. Er is geen 'ik', maar de wezens grijpen het 'ik'. Ik voel meer mededogen; de wezens willen welzijn, maar voor het welzijn cultiveren ze de oorzaken van onbehagen, zoals haat, verlangen, gehechtheid, etc. En dus voel ik mededogen voor hen. En dus voel ik mededogen voor elke fout, elke verwarring. En elke keer dat ik de realiteit beter begrijp, zal mijn mededogen groeien. Dus deze vorm van mededogen is het mededogen dat de dharma observeert, de verschijnselen, dat de werkelijkheid observeert. Met andere woorden, ik observeer. Ik heb de leegte nog niet gerealiseerd, maar ik heb een zeker begrip en ik zie de dwaling en verwarring van de wezens. Bijgevolg heb ik meer mededogen.

En tenslotte is er nog een derde vorm van mededogen, mededogen dat het niet-waarneembare observeert, om het zo maar te zeggen. In het Tibetaans zeggen we: *sem chen la mig pai nying dje*, wat betekent 'mededogen dat verwijst naar bewuste wezens', *tcheu la mig pai nying djé*, 'mededogen dat verwijst naar de aard der dingen' en *mig pa mé pé nying djé*, mededogen zonder verwijzing, drie vormen van mededogen.

De derde vorm (d.w.z. mededogen dat het onwaarneembare observeert) is wanneer men leegte gerealiseerd heeft. We beschouwen leegte op een non-duale manier, we zien en begrijpen wezens die die niet begrijpen. En in feite is er hier geen grijpen, noodzakelijkerwijs geen subject en geen ander.

Maar deze observatie omvat ook spontaan mededogen. Dit is de hoogst mogelijke vorm van mededogen, omdat mededogen dan op geen enkele manier beperkt wordt door de geringste discriminatie; er is geen greep door verwarring.

Dus hier zouden we kunnen vragen, wat is mededogen?

Volgens de vraag stellen we ons voor dat mededogen erop neerkomt iets te willen, zodat de andere voelende wezens niet hoeven te lijden. Mededogen heeft de eigenschap geraakt te worden door het lijden van de anderen, maar bovenal is het het vermogen om op dat lijden te reageren. Mededogen wordt gekenmerkt door moed en is het tegenovergestelde van gehechtheid. Zelfs als we mededogen hebben, is er ongetwijfeld een grens, meestal omdat er discriminatie is.

Voor degene die de ultieme werkelijkheid observeert, zijn er geen grenzen. Het is goedhartigheid, volledig, voortdurend en spontaan geven. De bodhisattva die deze vorm van mededogen bereikt – en in het bijzonder de Boeddha – hoeft niet de intentie te hebben om mededogen te hebben; hij heeft de realiteit van mededogen geactualiseerd. Hij is voortdurend barmhartig, en het is in deze zin dat de Boeddha deze eeuwigdurende activiteit kan ontwikkelen waarbij hij, voor het welzijn van wezens, nooit tegen zichzelf hoeft te zeggen: “Wie ga ik vandaag helpen?”

De activiteit van de Boeddha kan vergeleken worden met die van de zon. Wanneer de zon aan de hemel schijnt, denkt hij niet ‘ik ga schijnen’. Het is zijn natuur om te schijnen. Hij hoeft er niet over na te denken, hij schijnt gewoon.

En als hij schijnt, zegt hij niet “Ik ga op België schijnen en niet op Frankrijk of Nederland”. Hij schijnt overal even helder; hij kent geen grenzen. Op dezelfde manier discrimineert de activiteit van de Boeddha niet.

Op dezelfde manier, bijvoorbeeld, wanneer de zon schijnt, ligt het in zijn natuur om gereflecteerd te worden in al het water, in alle oceanen, in alle meren. Zelfs in een klein kopje water zal de zon schijnen. Op dezelfde manier beïnvloedt de Boeddha alle wezens en brengt hij voordeel aan alle wezens zonder uitzondering. Maar op welk niveau ik dit voordeel kan ontvangen, hangt af van mijn eigen toestand. Bijvoorbeeld, sommige wateren zijn extreem vlak, helder en de zon wordt erin gereflecteerd als in een perfecte spiegel; in andere is het water troebel; in weer andere is het water bedekt met een deksel of in een diepe put waar de zon nooit schijnt. Het is niet de schuld van de zon en ook niet van het water.

Op dezelfde manier, wanneer we ons een beetje proberen te richten op deze absolute dimensie van de kwaliteiten van Verlichting, ontsnapt het een beetje aan onze zeer beperkte neigingen om subject, object te denken. Het is alsof we vasthouden aan conventionele praktische opvattingen die niet de ware modaliteit van de werkelijkheid vertegenwoordigen.

Welnu, wanneer we beginnen met het ontwikkelen van mededogen, moeten we beginnen met het observeren van de wezens. Maar gaandeweg, wanneer we deze kwaliteit ontwikkelen, verdiepen we ons en krijgen we toegang tot een superieure manier om mededogen te beoefenen.

Luisteraar :

Kunt U wat dieper ingaan op het verschil tussen wijsheid en intelligentie?

Trinlay Rinpoché :

Intelligentie is – over het algemeen – ons vermogen om te begrijpen.

Maar voor ons betekent begrijpen – of weten – altijd een soort dualiteit : ik weet iets, ik heb een zekere kennis. Kennis wordt vaak geassocieerd met manieren om de werkelijkheid voor te stellen, waarmee ik ook kan interageren : dat is kennis. In het boeddhisme benadrukken we dus over het algemeen het belang van het ontwikkelen van allerlei soorten kundigheden, vergaarde kennis.

Maar kennis is meestal gebaseerd op concepten en representaties: een subject dat een object kent. Dus (kennis) werkt op het onderscheiden, discrimineren en begrijpen van het ene ding in relatie tot het andere, het vergelijken ervan. Er is dus wat we conceptualisatie noemen. Deze conceptualisering herdefinieert en veronderstelt impliciet een substantiële entiteit.

In feite – om het misschien heel eenvoudig te zeggen – hebben we verschijningen, zien we vormen, horen we geluiden, hebben we ideeën, voorstellingen. Het maakt allemaal deel uit van het conceptuele proces. Bijvoorbeeld, als het gezichtsvermogen de kleur rood niet kan zien, kan het de kleur rood niet grijpen. Dus als (het gezichtsvermogen) alle kleuren ziet, is het het concept dat grijpt, dat onderscheidt. Dus wat onwetendheid is – verwarring – is eenvoudigweg verschijningen nemen zoals ze zijn en ze grijpen als zijnde waar, als bestaand zoals ze verschijnen.

Dus nemen we onze ideeën, onze gedachten, als werkelijk bestaand, objectief, zoals ze verschijnen. We nemen vormen, geluiden, geuren en kennis alsof ze wezenlijk bestaan, alsof ze werkelijk zijn vastgesteld zoals ze aan ons verschijnen.

Wat wij wijsheid – onderscheidingsvermogen – noemen, is zien dat deze verschijnselen in feite noch waar noch onwaar zijn. Het is verder kijken dan de concepten, het is de werkelijkheid observeren op het meest verfijnde niveau, voorbij alle representatie; we observeren de werkelijkheid van de geest, de werkelijkheid van de verschijnselen, en er is geen cognitieve vooringenomenheid, geen conventionele greep, geen geloof in waarheid of onwaarheid.

Kortom, het gaat verder dan onze manier van werken, die gebaseerd is op concepten en voorstellingen. Het is dus directe waarneming zonder vooringenomenheid of vervorming. Dit sluit de gewone manier van begrijpen niet uit. De perceptie en de manier van begrijpen (op de gewone manier) is gewoonlijk (de perceptie) van de grenzen.

Soms maakt de boeddhistische literatuur het onderscheid tussen conventionele waarheid en ultieme waarheid: *samvrti satya* en *saramatha satya* (skt).

De conventionele waarheid is gewoon een andere manier om dingen op te vatten. In zekere zin is het conventioneel of valse schijn, omdat al deze categorieën en onderscheidingen in feite niet bestaan zoals wij ze opvatten, maar het is desalniettemin effectief.

Onze acties hebben gevolgen voor de manier waarop we denken, de manier waarop we dingen waarnemen, de manier waarop we krijgen wat we willen, enz. Het is effectief en in die zin is het waarheid. Het is waar omdat het effectief is, maar niet waar in de zin dat het echt, uiteindelijk als zodanig is vastgesteld.

Daarentegen heb je de ultieme waarheid, dat wil zeggen, uiteindelijk, in het absolute. En in het absolute valt er niets waar te nemen, valt er niets te vinden, valt er geen categorie toe te passen. Als we het over wijsheid hebben, onderscheiden we ook de wijsheid die het conventionele kent, de conventionele waarheid, met andere woorden, kennis van alle wetenschappen.

Door dit te begrijpen, d.w.z. te zien, niet in het geloof te verkeren dat ons beperkt, dat denkt dat de gedachten die we hebben als zodanig waar zijn, (maar) dat ook zijn grenzen waarneemt en de waarneming van het ultieme, dat uiteindelijk de werkelijkheid is. Hier zijn we voorbij het subject (en) object. Het is niet de observatie van een niets, het is de observatie van iets dat gezien kan worden. Zoals we gewoonlijk zien. Het is gewoon de geest die gevestigd is in zijn ultieme werkelijkheid. Dus wanneer de beginner het relatieve observeert, observeert hij niet het ultieme. En wanneer we het ultieme observeren, zien we niet langer het relatieve. De Boeddha beschikt over alwetendheid, d.w.z. hij observeert het relatieve, hij wordt gedragen door het relatieve, terwijl hij het ultieme observeert.

Uiteindelijk is de werkelijkheid omstandigheidsgebonden coproductie. Alles is mogelijk, elke manifestatie is mogelijk. Deze omstandigheidsgebonden coproductie is niets anders dan leegte. Leegte en omstandigheidsgebonden coproductie zijn één en hetzelfde : met andere woorden, ze hebben niets te maken met al het onderscheid dat we ertussen maken. Alle toekenningen van zijn, niet-zijn, enz. kunnen niet worden vastgesteld. Je kunt niet 'iets' vinden om te grijpen, of 'niets' om te grijpen. De werkelijkheid is dus het direct ervaren van deze werkelijkheid.

VRAGEN

Luisteraar :

De namen van Boeddha : *Sugata* en *De Chin Cheg pa*

Trinlay Rinpoché :

De verschillende namen, dus de 'de Zo-Gegane'. Het is *Sugata* in het Sanskriet en *De Chin Cheg Pa* in het Tibetaans.

Om *Tathagata* (skt) te vertalen, *De Chin Cheg Pa* (tib.) : de 'Zo-Gegane' betekent 'degene die de werkelijkheid heeft gevonden zoals die is, in het zo-zijn is gegaan', 'degene die toegang heeft gevonden tot het zo-zijn', deze betekenissen vind je in *De kin Cheg pa* ; *Sugata* betekent 'gelukzaligheid, wat bewonderenswaardig , prachtig, mooi is'; er zijn vele betekenissen, (in de termen) licht, gelukzaligheid van ontwaken, 'voorbij echt onbehagen'. Beide zijn dus verschillende benamingen van de Boeddha.

Je hebt ook Bhagavad, je hebt vele namen.

In feite sta je voor twee keuzes wanneer je vertaalt.

Zo heb je de groep Padmakara-vertalers, die 'traditionisten' zijn en die alle termen willen vertalen, wat verdienstelijk is. Dit was ook de keuze die de Tibetanen maakten toen ze de Sanskriet boeddhistische termen in het Tibetaans vertaalden : zij waren traditionisten. Ze hebben de term *sugata* niet behouden : ze hebben die als *dewar chegpa* vertaald; ze hebben de term *Tathagata* niet behouden : ze hebben die als *De Chin Cheg Pa* vertaald. Het is een keuze die ze gemaakt hebben en voor de Tibetanen past het perfect. En er is 1000 jaar Tibetaanse boeddhistische geschiedenis : deze termen zijn ondertussen perfect geassimileerd.

Maar voor talen als het Frans of het Engels klinkt het een beetje vreemd : het zijn echt neologismen en we hebben geen idee van wat ze betekenen. Dus moet je die nog steeds uitleggen. Je kunt het je afvragen, maar dat is de tendens in sommige talen : voor Tibetaanse termen werden bijvoorbeeld heel weinig woorden ontleend. Het Frans en het Engels daarentegen zijn talen die enorm verrijkt werden door andere talen en die ze volledig hebben overgenomen.

Het zijn dus door vertalers gemaakte keuzes. Historisch gezien hebben het Frans en het Engels een enorm aantal termen geassimileerd, die vervolgens volledig Frans of Engels zijn geworden – als ik dat zo mag zeggen – maar die oorspronkelijk vreemde woorden waren. Soms moet je

voor elke term drie talen kennen: Sanskriet, Tibetaans en dan de (Franse) vertaling. Soms, als je de (Franse) vertaling van bepaalde termen leest, is het een beetje eigenaardig omdat het de traditionistische versie is. Sommige mensen vinden het ook leuk om woorden te vertalen. Zo heb je namen in het Sanskriet die iets betekenen, maar de vertaling van het woord klinkt soms bizar. Namen van mensen die 'Bergkam van Juwelen' heten, in het Nederlands, dat is een beetje grappig, het komt niet overeen met de algemene trend in de Nederlandse literatuur. Ik denk dat vertalers in de toekomst met elkaar zullen moeten afspreken. En dan is er nog de perceptie door de mensen die deze teksten zullen lezen.

We zijn nu bij de strofen gekomen, die spreken over de grote kwaliteiten van de bodhisattva. Ten eerste, in **strofe 15**, in het kort, de Verlichtingsgeest heeft twee aspecten : aan de ene kant, het streven naar Verlichting en aan de andere kant, de toewijding tot de Verlichting. Er is een wensende bodhicitta en een ondernemende bodhicitta. Hier is het de conventionele relatieve bodhicitta die impliciet wordt bedoeld.

Strofe 16 en volgende, de definitie wordt gegeven : « *Zoals we de volgorde begrijpen van het voornemen om te gaan en het feitelijke gaan, zo begrijpen de geleerden de volgorde en de indeling van deze twee* ».

Strofe 17. Zoals we het gisteren gezien hebben : « *Hoewel uit de wensende verlichtingsgeest in het cyclische bestaan grote gevolgen voortkomen, komt er niet een ononderbroken stroom verdiensten uit voort zoals uit de ondernemende verlichtingsgeest* ».

Dit punt hier mag dus niet over het hoofd worden gezien : aspiratie alleen levert ook grote voordelen op. Met andere woorden, er zijn vele bronnen van geluk, gunstige wedergeboorte, etc. binnen samsara, maar ze zijn niet te vergelijken met de voordelen van de ondernemende bodhicitta.

Wensende bodhicitta is - op een zeer sterke en vastberaden manier - de wil hebben om (zelf-) Verlichting te bereiken voor het welzijn van alle wezens en de Verlichting van alle wezens willen. Dit is wat we willen, maar zonder het toe te passen op ons mentale, verbale en fysieke gedrag.

Het belangrijkste is niet alleen aspiratie, maar ook toepassing. Er kan een onderscheid gemaakt worden tussen enerzijds de wens hebben en anderzijds daadwerkelijk de bodhisattva-geloften afleggen en jezelf inzetten om de leefregels van de bodhisattva-geloften te volgen.

Dus presenteerde strofe 17 als het ware de voordelen van de wensende bodhicitta, maar met het oog op het benadrukken van de voordelen van de ondernemende bodhicitta.

De voordelen van de ondernemende bodhicitta worden vanaf **strofen 18-19** voorgesteld :

« *Degene die deze ondernemende verlichtingsgeest perfect heeft opgewekt met de onomkeerbare gedachte alle voelende wezens in de grenzeloze ruimte volkomen te bevrijden, Zal vanaf dat moment zelfs gedurende slaap of onachtzaamheid, een onafgebroken stroom krachtige verdiensten verwerven, zo omvangrijk als de ruimte* ».

Met andere woorden, de wensende bodhicitta is zeker iets ongehoords, iets buitengewoons, iets bijna ondenkbaars, en de verdiensten ervan zijn natuurlijk enorm. Maar het is niets vergeleken met de verdiensten die voortvloeien uit de ondernemende bodhicitta , want door toepassing boeken we inderdaad vooruitgang in de richting van de Verlichting, en de voordelen zijn buitengewoon. En het punt dat hier wordt benadrukt is de kracht van de gelofte, met andere woorden, het effectief afleggen van de bodhisattva-geloften en zichzelf naar zijn vermogen toeleggen op het naleven van de voorschriften. Het betekent zich toewijden aan de toepassing van bodhicitta.

Het onderstreepte punt is dat zelfs wanneer we inactief of onbewust zijn, onze verdiensten blijven groeien. Dit punt verwijst naar de kracht van de gelofte, d.w.z. vanaf het moment dat we de toewijding aangaan door middel van de plechtige gelofte en zolang we deze gelofte niet beschadigen, nemen de verdiensten toe door de kracht van deze gelofte, zelfs tijdens inactieve momenten.

Dat is waar we gebleven waren. Het punt hier is dus dat de verdienste des te groter is als je jezelf toelegt, als je niet afgeleid bent.

Strofe 20 : De auteur citeert de soetra op verzoek van *Subâhu* om het zojuist gemaakte punt te illustreren : « *Dit is in het belang van de wezens wier voorkeur uitging naar het bescheiden voertuig, door de Boeddha zelf logisch verklaard in De soetra op verzoek van Subâhu.* »

In het citaat dat in Pao Tsuglha's commentaar opgenomen is zegt de Boeddha: « *Subâhu, de bodhisattva's die de Verlichtingsgedachte hebben opgewekt, die zich de Verlichtingsgedachte herinneren en die de Verlichtingsgedachte koesteren, die streven naar Verlichting, bereiken de grote gave die onberekenbaar, onmetelijk is. Waarom ? Omdat ze het geschenk van de Dharma aan alle wezens willen doorgeven, zonder uitzondering. En dat is het grote geschenk, het onovertrefbare geschenk.* »

Deze strofe wordt geassocieerd met de volgende, die de voordelen van de wensende bodhicitta illustreren.

Strofen 21 & 22 : « *Als zelfs de gedachte een eind te willen maken aan de hoofdpijn van enkele voelende wezens een weldadige gedachte is die grenzeloze verdienste teweegbrengt, Wat moeten we dan nog zeggen over de wens een einde te willen maken aan het grenzeloze lijden van alle voelende wezens en de wens dat elk van hen onbeperkte goede kwaliteiten verwerft ?* »

Dus de passage vertaald uit het commentaar wordt geïllustreerd door een verhaal dat niet voorkomt in Pao Tsuglha's commentaar, maar in andere commentaren zoals in dat van Kunzang Palden.

Er is ook een andere versie die ik heb gehoord en die ik je nu wil geven :

Het verhaal gaat over een jongeman wiens vader een koopman was die de wereldzeeën bereisde om goederen te vervoeren. Er vond een schipbreuk plaats en de vader stierf. Dit verhaal speelt zich af in India, waar zonen traditioneel de handel van hun vader overnemen. De zoon maakte zich zorgen over wat hij moest doen om te overleven en zijn moeder, die bang was dat hij hetzelfde lot zou ondergaan als zijn vader, verborg het feit dat die gedurende zijn leven in de koopvaardij actief was geweest en vertelde hem dat zijn vader dit en dat werk had gedaan. De zoon ging vervolgens naar de mensen die in deze beroepen werkten, maar niemand kende de vader van de jongeman en hij vond aldus geen werk. Van het een kwam het ander en toen hij navraag deed, hoorde hij dat zijn vader in de koopvaardij was geweest en zo vond hij werk. Maar hij werd boos op zijn moeder en sloeg haar met een stok op het hoofd, toen ze hem smeekte niet weg te gaan om in het vak van zijn vader te gaan werken.

Dus vertrekt de jongen en lijdt schipbreuk. Hij overleeft het en het verhaal gaat dat hij een ziekte oploopt op de plek waar hij aan land komt en hevige hoofdpijn krijgt. De tekst van Khenpo Kunpal zegt: « *een pijn die werd veroorzaakt door een metalen wiel dat in zijn hoofd werd gedraaid* », om een idee te geven van de pijn die hij voelde. De jongen realiseert zich dan dat de hoofdpijn de karmische vergelding is voor het feit dat hij de stok naar het hoofd van zijn moeder heeft gegooid. Dan formuleert hij een wens in de volgende woorden: « *Mogen alle wezens die op deze manier lijden omdat ze een stok naar het hoofd van hun moeder hebben gegooid naar mij komen; moge al hun lijden naar mij toekomen; moge ik het lijden van alle andere wezens die negatieve karma's hebben op mij nemen.* »

En deze eenvoudige wens genas hem niet alleen van zijn ziekte, maar gaf hem ook de ervaring van grote gelukzaligheid. Toen hij stierf, verkreeg hij een gelukkige geboorte onder de goden. De reden waarom dit verhaal wordt aangehaald is om de voordelen van een wens, van een zeer beperkt streven, dat wil zeggen goedhartigheid tegenover een beperkt aantal wezens, af te zetten tegen een zeer beperkte kwaal zoals hoofdpijn. Een eenvoudige – op deze manier beperkte – houding van goedhartigheid heeft buitengewone weldaden.

In tegenstelling, wat kunnen we zeggen over de wensende bodhicitta, die streeft naar het einde van alle lijden, de vestiging in alle tijdelijke geluk, en de vestiging van het ultieme geluk van Verlichting, niet met betrekking tot een beperkt aantal wezens, maar met betrekking tot alle bewuste wezens zonder uitzondering. In deze zin laat deze illustratie zien hoe bodhicitta – zelfs de wensende bodhicitta – onvergelijkbaar ruimer is.

Strofen 23, 24 en 25 : de auteur benadrukt de superioriteit van de wensende bodhicitta boven alle andere deugdzame houdingen, ten eerste door de zeldzaamheid ervan aan te tonen :

« Hebben zelfs vaders of moeders een dergelijk weldadig voornemen ? Of de goden en de rishi's? Heeft zelfs Brahma deze intentie ?

Als deze wezens nooit eerder uit hun eigen belang zelfs maar gedroomd hebben over zo'n voornemen, hoe zullen ze dit dan opwekken in het belang van anderen ?

Dit voornemen het doel van alle wezens te verwezenlijken, dat in anderen niet eens opkomt uit eigenbelang, is een uitermate waardevolle motivatie. De geboorte ervan is een nooit eerder vertoond wonder. »

In de wereld in het algemeen vinden we – terecht, trouwens – dat degenen die het meest goedhartig zijn, onze ouders zijn, nietwaar ? Zelfs objectief gezien – als ik het zo mag zeggen – als we goed kijken, heeft niemand zoveel genegenheid, zoveel goedhartigheid jegens ons gehad die superieur zou kunnen zijn aan die van onze ouders, onze vader, onze moeder, daarna onze kinderen, onze metgezellen. Maar ondanks alles, op een totaal belangeloze manier, zijn degenen die het meest van ons hebben gehouden en het meest vriendelijk voor ons zijn, onze ouders. Ze wilden veel goede dingen voor ons: gezondheid, rijkdom, een goede opleiding en comfort. Ze probeerden ons dat allemaal te geven, maar ze wilden ons nooit Verlichting geven, omdat ze er zelfs geen weet van hadden. Zelfs als ze ons al het goede toewensten, hebben ze nooit gewenst dat we al het mogelijke geluk zouden hebben en vrij zouden zijn van al het mogelijke lijden. Dus een dergelijke houding – de wensende bodhicitta, die deze intentie manifesteert om alle wezens al het mogelijke geluk te geven en hen te bevrijden van alle lijden, om hen te vestigen in het ultieme – drukt ongeëvenaarde goedheid uit.

De laatste twee regels van strofe 23 : *« Of de goden en de rishi's ? Heeft zelfs Brahmā deze intentie ? »* Goden – *deva* in het Sanskriet – verwijst naar de Vedische goden zoals Soma, Varuna, etc. (In de westerse cultuur zijn dit goden zoals Jupiter en Mercurius. Vanuit christelijk oogpunt zijn Maria en Jezus het equivalent van goden). Dan zijn er nog de *rishi's* (*drang srang* in het Tibetaans), die in de Indiase literatuur vertaald kunnen worden als 'wijzen' of 'vasista', zoals de heiligen in de christelijke godsdienst. Brahmā is de schepper, de god in het monotheïsme.

Beschikken deze wezens tot wie we ons wenden, die we vereren, deze wezens van wie we geloven dat ze van grote goedheid zijn, van grote kracht, over bodhicitta? Dat is de vraag. Shantideva zegt ons: *« Als deze wezens nooit eerder uit hun eigen belang zelfs maar gedroomd hebben over zo'n voornemen, hoe zullen ze dit dan opwekken in het belang van anderen ? »* (strofe 24).

Als we aan onze ouders denken, ze hebben nooit voor zichzelf gehoopt op de afwezigheid van alle lijden, alle tijdelijke goederen en de ultieme Verlichting. Ze wisten niet eens van Verlichting, dus ze formuleerden die wens niet eens voor zichzelf. Hoe zouden ze die voor anderen hebben kunnen formuleren ?

Hetzelfde geldt voor de goden, Brahma etc., die zelf wezens zijn in samsara, het geconditioneerd bestaan. Het is waar dat zij veel machtiger zijn dan wij en dat hun levensduur immens veel groter is dan de onze. Vergeleken met hen zijn we net insecten. Misschien is er zo'n verschil tussen ons en de goden. Maar ondanks alles heeft het insect – hoewel oneindig veel ellendiger dan wij mensen – met ons gemeen dat het onwetend is en geen kennis heeft van de Verlichting. De goden, ook al zijn ze oneindig veel machtiger dan wij, blijven ook onwetend. Ze hebben geen kennis van Verlichting, dus zijn ze niet in staat geweest om de gedachte aan de Verlichting te formuleren of te genereren.

Soms hoor ik mensen zeggen: « Je sprak over opmerkelijke mensen buiten het bodhisattva-pad en verwees naar hen als bodhisattva's. » Misschien is het zo. Het is mogelijk dat het bodhisattva's zijn of zelfs boeddha's, emanaties die zich manifesteren om de wezens te helpen. We kunnen het niet weten, maar het is belangrijk bodhicitta niet te verwarren met de uitdrukking van grote goedheid. Veel wezens kunnen grote goedheid tonen. Dat betekent niet dat de goden, de rishi's, onze ouders geen grote wezens zijn, dat ze geen opmerkelijke wezens zijn, die grote goedheid tonen, maar dat is niet gelijk aan bodhicitta. Het is niet hetzelfde. Zie je, bodhicitta is niet alleen een houding van goedhartigheid, het omvat echt een onderscheidingsvermogen: het is de mogelijkheid van Verlichting, van het actualiseren van wijsheid. Dus het is echt onlosmakelijk verbonden met het onderscheidingsvermogen.

Strofe 25 : « *Dit voornemen het doel van alle wezens te verwezenlijken, dat in anderen niet eens opkomt uit eigenbelang, is een uitermate waardevolle motivatie. De geboorte ervan is een nooit eerder vertoond wonder.* »

Het punt dat in deze strofe naar voren gebracht wordt is dat gewone mensen willen wat goed voor hen is, dat is zeker, maar ze weten niet hoe ze het moeten ontwikkelen. Ze zijn zich niet bewust van de oorzakelijkheid, ze missen het onderscheidingsvermogen i.v.m. de oorzakelijkheid en in het bijzonder missen ze het onderscheidingsvermogen dat hen in staat stelt een glimp op te vangen van de mogelijkheid van Verlichting. Omdat ze zich hier niet van bewust zijn, kunnen ze niet echt werken aan hun eigen welzijn; ze beweren te werken aan hun eigen welzijn, maar in naam van hun welzijn doen ze vaak niets anders dan de oorzaken en omstandigheden van onbehagen ontwikkelen.

Strofe 26 : « *Hoe kan ik het belang meten van deze waardevolle verlichtingsgeest, die een geneeskrachtige nectar is tegen het lijden van alle wezens en de oorzaak van geluk voor alle transmigrerende wezens ?* »

Deze strofe benadrukt de buitengewone weldaden van bodhicitta, « oorzaak van geluk ». Bodhicitta is daarom een bron van vreugde voor alle wezens. Deze houding wekt en brengt geluk en welzijn voor alle voelende wezens. Het is wat onze Verlichting uiteindelijk in staat stelt om anderen te inspireren, en uiteindelijk ook de Verlichting van wezens tot stand brengt. In die zin is bodhicitta de remedie tegen lijden.

Ze hebben het hier vertaald als een 'drankje' tegen lijden: het is een vertaling die misschien niet helemaal in overeenstemming is met de Tibetaanse term *rtsi* (tib), die verschillende betekenissen heeft, maar die hier moet worden opgevat in de betekenis van 'remedie'. Bodhicitta is wat dood en lijden vernietigt. Bodhicitta is een remedie, omdat ze de bron van al het goede is en al het lijden verlicht. Hoe kunnen we de verdiensten van deze kostbare geestestoestand meten ? Er is niets vergelijkbaar met bodhicitta, al is die slechts de wensende bodhicitta.

Strofe 27 « *Als alleen al de gedachte het welzijn van alle wezens te bevorderen effectiever is dan het brengen van offergaven aan alle boeddha's, wat moeten we dan nog zeggen over de feitelijke inspanningen om geluk te verwerven voor alle wezens zonder uitzondering ?* ».

Vanaf strofe 27 toont Shantideva ons de superioriteit van de ondernemende bodhicitta. We hebben gezien hoe de wensende bodhicitta werkelijk onvergelijkbaar is met alle andere deugdzame houdingen; de ondernemende bodhicitta is zelfs nog ruimer, en dat is wat hier getoond wordt vanaf strofe 27. In deze strofe wordt gezegd dat de wezens helpen veel verhevener is dan de Boeddha's eren; bijvoorbeeld wanneer we de zogenaamde onmetelijke kwaliteiten ontwikkelen : onmetelijke liefdevolle vriendelijkheid, onmetelijk mededogen, onmetelijke vreugde, onmetelijke gelijkmoedigheid.

Als we slechts één onmetelijke kwaliteit nemen – alleen liefdevolle vriendelijkheid – staat in de Franse vertaling : *« de gedachte alleen al om één iemand te helpen is veel verhevener dan het eren van de Boeddha's, dus wat moeten we zeggen van de inspanning die we leveren om iedereen zonder uitzondering geluk te brengen? »* : in de oorspronkelijke tekst staat eigenlijk niet *« één iemand »*, het is de loutere gedachte van het helpen.

Dit is dan de aangepaste Franse versie : *« Als deze eenvoudige houding van onbeperkte welwillendheid jegens alle wezens veel verhevener is dan het eren van de Boeddha's, wat moeten we dan zeggen van de inspanning die we leveren om alle wezens geluk te brengen ? »*

En waarom is dat? Omdat het niet alleen een streven is, maar een streven dat gepaard gaat met daadwerkelijke onderneming. We streven er niet alleen naar om anderen te helpen, maar we doen het ook echt, waardoor de verdiensten, de voordelen nog omvangrijker zijn. Om dit te illustreren citeert het commentaar de Boeddha als hij zegt : *« Als iemand de zuivere velden van de Boeddha's zou vullen met de zeven soorten kostbare juwelen en ze aan de Boeddha zou schenken,... »* (geloof mij, ik geef hier commentaar op iets ongehoords : een hele wereld vullen met edelstenen, de een zeldzamer dan de ander, het is echt iets buitengewoons, iets ongehoords, iets ondenkbaars), en toch zegt de Boeddha :... *« Wie met gevouwen handen de intentie van de gedachte aan Verlichting opwekt, die verdienste is oneindig en superieur aan het bovengenoemde offer. »*

Strofen 28, 29 en 30 : *« Hoewel ze de wens hebben het lijden te vermijden, stevenen ze recht op het lijden af. Hoewel ze de wens hebben gelukkig te zijn, vernietigen ze als een vijand door onwetendheid hun eigen geluk.*

Voor al degenen die verstoken zijn van geluk en gebukt gaan onder de vele soorten lijden, bevredigt het door meervoudig geluk, beëindigt het al het lijden, En heft het zelfs alle onwetendheid op. Waar vind je een vergelijkbare deugd ? Waar vind je een dergelijke vriend ? Waar vind je zoveel verdienste ? »

Deze drie strofen illustreren op een samengevatte manier alles wat door bodhicitta – de ondernemende bodhicitta – bereikt kan worden. Allereerst stelt Shantideva in strofe 29 onze situatie voor : we willen geluk en we willen vrij zijn van lijden. Maar uit onwetendheid leggen we ons toe op het ontwikkelen van de oorzaken van ongeluk en lijden. Terwijl we eraan willen ontsnappen, gooien we onszelf in het lijden dat we niet willen. We cultiveren echter de oorzaken en voorwaarden van lijden. Ter illustratie: we willen niet lijden, maar bij het geringste lijden, de geringste moeilijkheid die zich in ons leven voordoet, ontstaat er een houding van vijandigheid, afkeer, haat en wrok in onze geest, en woede en onrust versterken het reeds aanwezige lijden. Bovendien produceren we nog meer oorzaken van toekomstig lijden en ongeluk. Dit is onze manier van doen. We willen dit lijden niet, maar uit onwetendheid – het negeren van de causaliteit – vergroten we dit lijden alleen maar door de manier waarop we reageren, vanwege onze onwetendheid. We willen geluk, het enige wat we willen is een soort sereniteit. We vergaren rijkdom, maar rijkdom is moeilijk te verkrijgen, moeilijk te onderhouden. Ondanks al onze inspanningen raakt rijkdom op. Zodra we iets hebben, ontstaat er inflatie en daalt onze koopkracht, en als het geen inflatie is, worden we belast; als we niet belast worden, maken verkopers misbruik van onze naïviteit door ons te dure goederen te

verkoopen die het niet waard zijn. We moeten ons voortdurend zorgen maken over het behoud van rijkdom en van wat we hebben proberen te bereiken. En uiteindelijk is het allemaal maar lijden. Maar waarvoor doen we dit allemaal ? Om sereniteit te ervaren. We willen rustig zijn, niet verstoord worden. We willen dat wat we zien, ons sereniteit inspireert, dat de plaats waar we gaan zitten comfortabel is en onze geest tot rust laat komen. Maar in naam van die rust of dat welzijn, zijn we constant verplicht om moeilijkheden, lijden, zwaar werk en zorgen te ervaren !

Het najagen van geluk vernietigt geluk. Ten eerste, omdat we niet weten wat de oorzaken van geluk zijn en wat echt welzijn is. We klampen ons vast aan bepaalde gevoelens, bepaalde indrukken, maar het is complete verwarring : daar is niets, geen volledigheid, geen rust, geen welzijn in. Dit zijn de verleidingen van het verlangen.

Strofen 29 & 30 : « *Voor al degenen die verstoken zijn van geluk en gebukt gaan onder de vele soorten lijden, bevredigt het door meervoudig geluk, beëindigt het al het lijden, En heft het zelfs alle onwetendheid op. Waar vind je een vergelijkbare deugd ? Waar vind je een dergelijke vriend ? Waar vind je zoveel verdienste ? »*

Hier heft bodhicitta – in de zin van geluk – alle lijden op en verdrijft onwetendheid. Waar ter wereld vind je iets vergelijkbaars? De Boeddha's en bodhisattva's hebben gezocht en, zoals eerder in de tekst vermeld, vonden ze geen enkele deugd die superieur was aan de gedachte van Verlichting. Kent u iets dat een einde kan maken aan al het lijden, alle geluk kan brengen en onwetendheid kan verdrijven?

Shantideva maakt deze stelling, en de Boeddha's bevestigen die : hoe meer we over het onderwerp nadenken, hoe meer we zullen zien dat dit inderdaad het geval is : er is geen betere vriend dan de bodhicitta; er is geen deugd vergelijkbaar met bodhicitta; Er zijn geen andere verdiensten die vergelijkbaar zijn met bodhicitta; Bodhicitta is onovertroffen. Het is de meest bijzondere eigenschap die we de kans krijgen te ontwikkelen.

Stance 31 : « *Wanneer iemand die een bewezen dienst beloont, waardig is te worden geprezen, wat moeten we dan nog zeggen over een bodhisattva, die goed doet zonder dat het hem is gevraagd ? »*

(Trinlay Rinpoché past de Franse vertaling aan): « *Als het juist is om diegenen te loven die dankbaarheid tonen en die het goede doen, in ruil voor al het goede dat ze gekregen hebben, hoe zit het dan met de bodhisattva's die op een volledig ongeïnteresseerde manier het goede doen ? »*

We kunnen in het leven een weldoener tegen het lijf lopen, die ons op een bepaald moment uit een moeilijke situatie helpt, maar die desalniettemin bepaalde verwachtingen heeft en geïnteresseerd kan zijn. Toch wordt dit geprezen : "hij is vrijgevig, wordt er gezegd, hij toont veel goedheid", enz. Wat kunnen we zeggen van de bodhisattva – met andere woorden – die alles, en nog veel meer, doet op een constante manier en met betrekking tot alle wezens en die geen enkel moment hoopt op enig antwoord terug. Als ik de Tibetaanse tekst lees, is de manier waarop ik de tekst een beetje begrijp : normaal gesproken, als je in de problemen zit, kun je naar iemand gaan en zeggen: "Oh, help me alsjeblieft!" En hij kan enigszins positief op uw verzoek reageren omdat u hem eerder hebt geholpen, of zoiets. Normaal gesproken zouden we zeggen: "Ah! Hij is buitengewoon genereus ", omdat we hem dat in ruil voor iets hebben gevraagd. Maar de bodhisattva helpt ons, zonder te worden gevraagd. Het is iets bijzonders. Zoiets kan je niet vinden. Strofe 31 benadrukt het onvoorwaardelijke aspect van de bodhicitta. De goedheid van de bodhisattva is onvoorwaardelijk. Onvoorwaardelijk : het impliceert ook dat hij er niets voor in ruil verwacht.

Strofe 32 & 33 : « *De wereld eert als een eerbare persoon, iemand die een ogenblik lang een paar wezens een beetje voedsel schenkt, zelfs als hij het zonder respect geeft en het hun maag maar een halve dag vult.*

Wat moeten we dan nog zeggen over iemand, die een ontelbaar aantal wezens voor lange tijd onafgebroken, de onovertroffen zaligheid van de sugata's schenkt en daarmee al hun hoop in vervulling doet gaan ? »

Gewoonlijk kunnen we in de wereld mensen loven die vrijgevigheid tonen, degenen die de armen voedsel geven, bijvoorbeeld, die hun eigen voedsel met anderen delen. Sommigen doen het uit een goed hart, anderen doen het met een zekere minachting voor degenen die ze helpen. Misschien is de term « met de grootste minachting » (in de Franse versie) hier een beetje overdreven in relatie tot de vertaling (citaat in het Tibetaans). Dus het is gewoon « met minachting ».

Het is iemand die je helpt, die je een beetje inferieur vindt aan jezelf omdat hij hulp nodig heeft. Er zit dus een vorm van minachting in het geschenk. We zullen van deze mensen zeggen dat ze buitengewoon vrijgevig zijn, dat ze mensen van grote goedheid zijn, wat ze op een relatieve manier ook zijn. Maar vergeleken met de bodhicitta wordt er benadrukt in de volgende strofe : de intentie van de bodhisattva - zijn goedheid – is niet alleen gericht op de armen maar ook naar de rijken; niet alleen naar de slachtoffers, maar ook naar de beulen; niet alleen naar de mensen, maar ook naar de dieren, de goden en de hongerige geesten. Er is geen enkel bewust wezen, geen enkel wezen dat uitgesloten wordt van de goedheid van de bodhisattva's. En de intentie van de bodhisattva is niet alleen om voedsel te geven aan de hongerigen, maar ook om ze alle relatieve en conventionele vreugden te schenken. Hij wenst ze allemaal het geluk en het einde van al het lijden. Hij wil iedereen voorzien van complete, perfecte Verlichting ! Er is geen hogere houding van vriendelijkheid.

Hier vergelijkt Shantideva wat gewoonlijk in de wereld wordt beschouwd als lovenswaardige daden van vrijgevigheid en goedheid met het geschenk van de bodhisattva. Bijvoorbeeld een geschenk van een beperkte weldaad, zoals voedsel, dat slechts een halve dag leven kan bieden, voor een beperkte periode dus, in vergelijking met de activiteit van de ondernemende bodhicitta, die constant wordt toegepast om een onbeperkt aantal wezens te helpen. De bodhisattva beperkt zich niet tot het bescheiden geschenk (een beetje delen van wat hij heeft), maar hij is bereid alles te geven door zijn onderscheidingsvermogen, zijn wijsheid. Er is geen limiet aan zijn gave. Hij geeft om zijn leven te geven, hij heeft geen gehechtheid; hij manifesteert zich geleidelijk totdat hij de personificatie van gave en goedheid wordt, niet voor een beperkte tijd. De bodhisattva streeft ernaar te werken aan het welzijn van de wezens zolang er voelende wezens bestaan. In die zin richt de bodhisattva zich niet op de Verlichting als doelstelling. Zelf ontwaken is voor hem geen doel. De Verlichting is slechts een middel om de wezens voortdurend te helpen. Zolang er samsara is, zolang er wezens zijn die blijven bestaan, wil hij hen helpen. En zelfs als het miljarden en miljarden jaren duurt, wat voor moeilijkheden dit ook met zich meebrengt, hij aanvaardt dit allemaal met vreugde. Dit is wat de ondernemende bodhicitta kenmerkt.

Strofen 34, 35 en 36 (de drie laatste strofen van het eerste hoofdstuk) : Shantideva laat ons zien hoe kostbaar de bodhisattva is en hoe fundamenteel een bron van het goede. Een negatieve houding ten opzichte van een bodhisattva die de bodhicitta manifesteert, veroorzaakt enorm veel lijden en kan voor onszelf een bron van lijden zijn, vanwege de verdiensten en grote kwaliteiten van de bodhisattva.

« De Boeddha heeft verklaard dat iemand die boze gedachten koestert jegens zo'n bijzondere persoon, een bodhisattva, evenveel eonen in een hel zal verblijven, als er momenten van woede waren.

Evenzo zal iemand die een heilzame houding opwekt, een nog grotere toename van de gevolgen

daarvan ervaren. Zelfs als een bodhisattva met grote problemen wordt geconfronteerd, ontstaat geen negativiteit in hem, maar vermeedert hij zijn heilzame activiteiten.

Ik betuig mijn eerbied aan het lichaam van hem in wie deze waardevolle heilige geest is geboren en ik neem toevlucht tot die bron van gelukzaligheid, die zelfs degenen die hem schade berokkenen gelukkig maakt. »

Het punt dat ik nu wil verduidelijken is het idee dat afhankelijk van de (kwaliteit) van de persoon ten opzichte van wie een handeling wordt verricht, de consequentie en de kracht ervan, meer of minder ernstig zullen zijn. Hetzelfde geldt voor de intentie, de motivatie waarmee men de handeling uitvoert.

Om een voorbeeld te geven: als we een gelijke minachten door respectloos te zijn, of een kwetsbaar iemand, zoals een kind, een persoon met een handicap, een arme of zieke persoon, dan is het minachten van zo'n kwetsbare persoon ernstiger. Omdat het tonen van rivaliteit door middel van spot of het minachten van een gelijke in goede gezondheid minder ernstig is dan het minachten van iemand die kwetsbaar is. In de normale opvatting, en ook wat betreft de karmische gevolgen, zijn vanwege het object – de persoon – de gevolgen inderdaad ernstiger.

Op dezelfde manier bestaat er bijvoorbeeld het veld van ellende en het veld van dankbaarheid. Het veld van dankbaarheid, dat zijn bijvoorbeeld onze ouders, onze leraren, de mensen die ons in hun leven goed hebben gedaan. Als we hen minachten, is dat ernstiger dan wanneer we bijvoorbeeld minachting tonen voor een gelijke.

Het gaat er dus om, hoe het werkt. Zelfs een daad, een vriendelijke daad, heeft meer of minder kracht afhankelijk van het feit dat die wordt gepleegd ten opzichte van een veld van dankbaarheid of van een veld van ellende. De omstandigheden en personen zijn van belang. Ook je houding speelt een rol: of je het nu per ongeluk of expres doet. Als je het zonder opzet doet, dan telt het niet als een daad. Het moet met opzet gedaan zijn. Als deze intentie door hevige woede, hevige haat, etc. gemotiveerd wordt, zullen de gevolgen van de daad later des te sterker zijn. Evenzo, als je het vol goedheid voor je ouders doet, met dankbaarheid, met welwillendheid. Als je het voor je eigenbelang of op een onbaatzuchtige manier doet, maakt dat ook een verschil. Als je het uit beleefdheid – uit plicht – doet, is het niet hetzelfde als wanneer je het uit dankbaarheid doet, echt dankbaar maar zonder eigenbelang. Het karmische gevolg is anders. Dus vertaal ik het Tibetaanse woord *Ching* – wat veld of domein of persoon betekent – als 'object van de actie'. De Drie Juwelen – in het bijzonder de Boeddha's, de bodhisattva's, de arhats – zijn velden van kwaliteiten, door de kwaliteiten die ze manifesteren, hun realisatie, hun prestatie. Elke actie die tegen hen wordt ondernomen, is krachtiger: het potentieel ervan tot positieve of negatieve gevolgen is sterker. Zo zijn er bijvoorbeeld 5 misdaden waarvan de vergelding onmiddellijk plaatsvindt. Dit zijn zulke grote vergeldingen dat ons nieuwe leven onmiddellijk na de dood door de ernst van deze daden met zekerheid zal worden bepaald als een ongelukkig leven.

Wat zijn deze negatieve handelingen?

Je ouders te doden, een Arhat doden, een aanslag op een Boeddha plegen, een schisma veroorzaken, enz. (Zie Gampopa, *Jewel of Liberation* pagina's 109-111). Dit zijn zeer ernstige misdaden. Deze vijf misdaden zijn ernstig vanwege het veld van kwaliteiten of van weldaden dat onze meesters zijn, enz.

Onder deze vijf misdaden zal je de misdaad tegen de bodhisattva niet vinden.

- De eerste twee misdaden: zijn vader vermoorden, zijn moeder vermoorden, dat wil zeggen de mensen die de beste voor ons zijn geweest en die we de velden van goedheid kunnen noemen. Terwijl we dankbaar zouden moeten zijn, zijn we zo ondankebaar dat we ze doden. Dit is buitengewoon ernstig.
- De Arhat is een veld van kwaliteiten, hij heeft alle beproevingen uit de stroom van zijn geest verwijderd en daarom heeft hij zich van de samsara bevrijd, maar voor het

ogenblik is hij nog steeds zichtbaar, nog steeds in deze wereld, met karmische resten uit het verleden. Als je hem vermoordt, herken je zijn kwaliteiten echt niet, het komt erop neer je ouders te doden.

- Daarnaast is de boeddhistische gemeenschap buitengewoon waardevol, in die zin dat ze de toegang tot de Dharma, de voortzetting van het onderricht, mogelijk maakt. Als je een schisma creëert, als je de activiteit van de Dharma onderbreekt en als je de voortzetting van de activiteit van de Dharma niet toelaat, schaad je indirect een zeer groot aantal wezens. Dit is dus ook een uiterst serieuze daad.
- Als je een aanslag pleegt op het leven van een Boeddha (een Boeddha kan – door zijn verlichting – niet gedood worden), komt het erop neer zijn kwaliteit op de een of andere manier niet te herkennen. Hoe kun je zulke haat jegens een Boeddha voelen, dat je hem wilt doden? Dit is een bewijs van enorme verwarring en heeft vanwege de immense kwaliteit van een Boeddha uiterst ernstige karmische gevolgen.

Het is in deze zin dat we de 5 misdaden van onmiddellijke vergelding noemen – *tsam mé pa*, zeggen we in het Tibetaans. *Tsam*, wat ‘zonder tussenpoos’ betekent – dat wil zeggen de negatieve daden waarvan de gevolgen zich zullen manifesteren zonder de tussenpoos van een ander leven, onmiddellijk na dit leven, meteen.

Volgens Shantideva wordt de bodhisattva een uiterst gevoelig veld, doordat hij bodhicitta heeft gegenereerd. Als we een deugdzame relatie en een positieve houding ten opzichte van een bodhisattva hebben, zullen onze verdiensten alleen maar toenemen. Maar als wij een negatieve houding tegenover een bodhisattva hebben, zal dat ons veel schade berokkenen. In het commentaar wordt de soetra aangehaald, waarin de Boeddha zei: « *Als men zoveel stoepa's vernietigt als er zandkorrels in de Ganges zijn, dan is de negativiteit daarvan nog minder groot dan die veroorzaakt door de gevoelens van afkeer, kwaadaardigheid of negatieve intentie jegens een bodhisattva.* » Vijandig zijn, woede voelen jegens een bodhisattva, een bodhisattva slaan, zijn oneindig grotere negativiteiten dan het vernietigen van dat enorme aantal stoepa's. Waarom? De Boeddha legt uit dat boeddhenschap door bodhicitta veroorzaakt wordt. De oorsprong van de Boeddha is bodhicitta, de perfecte Boeddha-staat komt voort uit het genereren van bodhicitta en uit de Boeddha komen de stoepa's. De stoepa's zijn het gevolg van de Boeddha. De negativiteit die ontstaat door vijandigheid jegens de bodhisattva, bron van Verlichting, is dan ook buitengewoon groot. Wanneer je één bodhisattva veracht, veracht je alle Boeddha's.

Het commentaar geeft nog veel meer details. Omdat we niet zo veel tijd hebben, zal ik het hier kort proberen te houden. Als wij een bodhisattva respecteren, is het alsof wij alle Boeddha's respecteren; de deugden zijn immens.

En Shantideva zegt hier in het bijzonder dat hij hulde brengt – dat hij zijn respect toont – door te buigen voor de bodhisattva's, die een bron van voortdurend geluk zijn, zelfs voor degenen die hen schaden.

Waarom staan bodhisattva's dan niet op de lijst van de vijf misdaden? Omdat bodhisattva's, ook al worden ze gekwetst en geslagen, etc., zo'n goede natuur hebben. Je creëert door je verwarring een negatieve instelling voor jezelf, maar omdat je een bodhisattva schade hebt toegebracht en in relatie met hem was, zal de schade die je de bodhisattva hebt toegebracht uiteindelijk je redding zijn. Omdat hij je nooit in de steek zal laten. En het is aan deze buitengewone goedhartigheid dat Shantideva hulde brengt.

Even een korte anekdote. De 16^{de} Karmapa reisde als jongeman door een extreem arm gebied in Tibet. De mensen waren erg blij dat de Karmapa op bezoek was en met zijn monniken in de buurt kampeerde. Maar omdat ze zo arm waren, hadden ze hem niets te bieden. Ze zeiden dus : “We willen graag een band met de Karmapa tot stand brengen, maar we hebben geen mogelijkheid om een positieve band tot stand te brengen.” Ze gingen dus naar hem toe en

zeiden: “Wij zijn zo ongelukkig, zo arm, wij hebben u niets te bieden, maar we willen desondanks een band met u opbouwen. Omdat wij geen positieve verbinding met u kunnen creëren, sta ons toe – met alle respect – een negatieve band met u te creëren.” Ze kwamen vervolgens allemaal rond de tenten van de Karmapa samen en gooiden stenen naar zijn tent.

VRAGEN

Luisteraar :

Wat moet je doen als je toevlucht hebt genomen en de bodhisattva-geloften wil afleggen om de stadia van de Bodhicaryavatara te volgen? Hoe doe je dat?

Trinlay Rinpoché :

De stappen ? Het gaat er allereerst om die te leren kennen. Als we ten minste toevlucht hebben genomen. Het is belangrijk om te begrijpen wat de voorschriften van toevlucht zijn : als je de bodhisattva-geloften hebt afgelegd, wat zijn dan de voorschriften van de bodhisattva-geloften ? Dit wordt allemaal uitgelegd in de tekst. Het betekent luisteren naar de leer, de tekst lezen, de commentaren lezen en reflecteren op wat je hebt begrepen en wat je niet begrijpt. Vraag het de leraren en je zult het zien, je zult begrijpen wat de weg is, hoe je moet oefenen.

Luisteraar :

In feite, als je het hele verhaal hoort, het hele kader rond de bodhisattva's, geeft het je de indruk dat mensen bang zijn om lief te hebben, bang zijn voor wat we denken. Dus al deze angsten die wij als mensen voelen...

Trinlay Rinpoché :

Omdat we gehecht zijn aan het ‘ik’. Hoe meer er naar het ‘ik’ gegrepen wordt, hoe moeilijker het is om welwillendheid te voelen, zelfs tegenover jezelf. Het ‘ik’ is een soort gebod dat ons in competitie brengt met de anderen, dat voortdurend agitatie en stress eist. Dit is wat aanleiding geeft tot begeerte- gehechtheid en haat-afkeer. In werkelijkheid is deze gehechtheid aan het ‘ik’ een fictie, ze komt niet overeen met de werkelijkheid van de geestesstroom

We bevinden ons nu bij het begin van HOOFDSTUK TWEE van de Bodhicaryavatara, een vervolg dat leidt naar het derde hoofdstuk: het opwekken van de verlichtingsgeest.

Waar we het nu over gaan hebben wordt vaak aangeduid met de term die tegenwoordig veel gebruikt wordt, een soort letterlijke vertaling van de Tibetaanse term *yenla dunpa*, wat de ‘zeven takken’ betekent. Dit zijn 7 opeenvolgende praktijken. Soms worden ze ook ‘de zevendelige praktijk’ genoemd, of ‘zeven opeenvolgende praktijken die voorafgaan aan het genereren van bodhicitta’.

Een beeld om dit punt te illustreren : als je een doek een bepaalde kleur wilt geven, moet je de doek eerst voorbereiden. De stof kan vuil zijn, met olievlekken of wat dan ook. Dus is het heel belangrijk om die stof goed schoon te maken voordat je de verf aanbrengt.

Vandaag willen we op ongeveer dezelfde manier deze prachtige houding van bodhicitta – de verlichtingsgedachte – toepassen op de stroom van ons wezen. Als we onszelf niet voorbereiden – zoals we een doek zouden voorbereiden, zodat de verf zich goed fixeert – kan bodhicitta zich niet in de stroom van ons wezen fixeren, of het kan zich niet volledig fixeren.

De zeven opeenvolgende voorbereidende praktijken stellen ons in staat om verdiensten te verzamelen, om de negatieve neigingen – het negatieve karma – op de stroom van ons wezen te

zuiveren en zo de bezoedelingen van de stroom van onze geest te zuiveren. De zeven praktijken – die ook het nemen van toevlucht omvatten – vormen de methode die hier gepresenteerd wordt.

We ondervinden een soort hindernis, een belemmering. Deze belemmering in de stroom van ons wezen heeft ons er tot nu toe van weerhouden, bodhicitta te genereren en zo het volmaakte ontwaken te bereiken.

Deze hindernissen kunnen teruggebracht worden tot drie:

- niet gedaan hebben wat we hadden moeten doen;
- gedaan hebben wat we niet hadden moeten doen;
- de kracht van wat we gedaan hebben is uitgeput.

Deze drie soorten belemmeringen zijn te wijten aan bezoedelingen in de stroom van ons wezen. Het eerste punt is dat we ons niet bewust zijn geworden van de mogelijkheid van Verlichting, van de kwaliteiten van de Bodhicitta. Omdat we ons er niet bewust van zijn geweest, zijn we niet in staat geweest om er een interesse, een bewondering voor te ontwikkelen, omdat we er nooit enige eerbied voor hebben gehad. Met andere woorden, we hebben deze kwaliteiten voortdurend ontkend. En dat is de sluier, de verduistering, de bezoedeling : je kunt de term kiezen die je verkiest.

Dus, om dit te verhelpen, is het *shradha depa* - het geloof - dat duidelijk ontwikkeld moet worden. Maar in het bijzonder : eerbied, respect voor de Verlichting, de kwaliteiten van Verlichting en Bodhicitta.

De eerste praktijk is natuurlijk hulde brengen aan de Boeddha's en Bodhisattva's.

De volgende praktijk is een offergave brengen. Een offergave is in zekere zin de remedie en het tegengif voor de verduistering die gehechtheid aan onze bezittingen is. Ik heb mijn middelen niet gewijd aan het nastreven van Verlichting, noch aan de gedachte van Verlichting en aan Verlichting. Ik heb voortdurend gehechtheid aan het 'ik' gekoesterd en dus aan wat van mij is. En dus ben ik niet in staat geweest om mijn middelen te wijden aan het bereiken van Verlichting. De manier om dit tegen te gaan is het beoefenen van de offergave.

Het derde type bezoedeling is: 'Ik heb voortdurend gehechtheid gekoesterd aan datgene wat door de verwarring vooringenomen is en als gevolg heb ik nooit toevlucht genomen'. Wat betekent dat? Het betekent dat we altijd gehecht zijn geweest aan onze ficties, aan het idee van het 'ik', het belang van het 'ik', en we zijn altijd egocentrisch geweest aan de ene kant, en aan de andere kant – in dienst van het ego – hebben we voortdurend kwellingen ontwikkeld, begeerte, gehechtheid, afkeer, haat, jaloezie, trots. Alle 84.000 kwellingen. We hebben deze kwellingen voor ons eigen welzijn ontwikkeld maar ze hebben alleen maar lijden voor onszelf gecreëerd. We hebben niet echt geleerd wat goed voor ons is, wat werkelijk heilzaam voor ons is. De manier om dit te verhelpen is Toevlucht nemen.

Door de praktijk kunnen we ons respect en eerbied uitdrukken : de kwaliteiten in onze geest ontwikkelen, de kwaliteiten van de Drie Juwelen door onze spraak erkennen en deze kwaliteiten door ons lichaam uitdrukken, onze eerbied en respect tonen door, bijvoorbeeld, neerbuigingen. Het is dus eerbied – of respect – en hulde van lichaam, spraak en geest jegens de Drie Juwelen en in het bijzonder jegens de Verlichting en de oorsprong – of de oorzaak – van de Verlichting (nl. de Verlichtingsgedachte of de Bodhicitta) en deze eerbied, aangevuld met het feit dat je je middelen eraan toewijdt, is verwant aan de praktijk van vrijgevigheid, de praktijk van het offeren. Dus brengen we een offer aan de Verlichting en de Drie Juwelen. De Drie Juwelen zijn niet geïnteresseerd in onze offergaven, maar het is een manier voor ons om al onze middelen te wijden aan het nastreven van de Verlichting en, in het bijzonder, om elke gehechtheid aan onze bezittingen te overwinnen en zo de houding van vrijgevigheid te ontwikkelen en de verdienste

ervan te vergroten.

Vervolgens nemen we Toevlucht. We nemen Toevlucht tot de Drie Juwelen. Er is de algemene Toevlucht en de Toevlucht die specifiek is voor het Grote Voertuig, die we later meer gedetailleerd zullen zien.

Er was sprake van een tweede soort belemmering : gedaan hebben wat we niet hadden moeten doen. Wat is dit ? We hebben in het verleden negatieve handelingen van geest, spraak en lichaam ontwikkeld en we hebben een groot aantal negatieve handelingen begaan en we hebben onszelf ook opgesteld als een belemmering en op die manier andere wezens verhinderd om positieve handelingen te verrichten.

De remedie voor beide aspecten van deze belemmering is de beoefening van de bekentenis, die steunt op de vier krachten: de kracht van ondersteuning (Toevlucht nemen tot de Drie Juwelen), de kracht van berouw, de kracht van de remedies en de kracht van toewijding.

We verdrijven uit de stroom van ons wezen alle inprentingen, alle negatieve disposities van onze vroegere negatieve daden. Dit is de praktijk van de bekentenis, de vertaling van *digpa chagpa* (tib), wat eigenlijk “iemand's fouten onthullen” betekent, met het oog op ‘het verwijderen van fouten uit de stroom van iemand's wezen’.

Ten slotte, met betrekking tot het punt een obstakel te zijn geweest voor het bereiken van de deugd door anderen, het gaat om de praktijk om de Boeddha te vragen de Dharma te onderrichten aan de andere voelende wezens en het Nirvana niet te betreden, nog een lange tijd in deze wereld te blijven, voor het welzijn van wezens.

Er is dus de steun, het berouw, de remedie en de toewijding (hierboven vermeld).

Er is ook de praktijk van het zich verheugen over de verdiensten. Deze praktijk maakt ook deel uit van de remedie voor het in de weg staan van het bereiken van de deugden door anderen.

We hebben het over drie punten gehad. Het laatste punt is dat de gevolgen van wat we gedaan hebben minimaal zijn geweest, in de zin dat de kracht ervan opgebruikt is. Dit komt omdat elke verdienste die voortvloeit uit elke deugdzame daad waarin we ons hebben geëngageerd, altijd bezoedeld is geweest door egoïsme, door kwellingen, door angst en vooral door de hoop op een beloning voor onszelf alleen. Dit betekent dat, als we iets goeds gedaan hebben, het zich duidelijk in een vrucht gemanifesteerd heeft. Maar als die vrucht eenmaal gemanifesteerd is, heeft die geen verdere gevolgen meer voor ons. Hij was niet krachtig genoeg om ons naar de Verlichting te brengen; de remedie hiervoor is de praktijk van het opdragen van de verdiensten.

We hebben dus een lijst van acht praktijken. In het bijzonder zijn het de offergaven, de Toevlucht, het bekennen van de fouten, het zich verheugen over de deugden, het verzoek aan de Boeddha om het wiel van onderricht in beweging te brengen, het verzoek aan de Boeddha om niet in parinirvāna te gaan en voor lange tijd te blijven, voor het welzijn van de wezens. En ten slotte, de toewijding van verdiensten, d.w.z. de verdiensten opdragen voor het bereiken van Verlichting, je verdiensten delen met alle wezens, je verdiensten schenken aan alle wezens, d.w.z. onze verdiensten gemeenschappelijk maken, ervoor zorgen dat wat ik verzameld heb gemeenschappelijk is voor allen. Dit zijn de acht punten die hier behandeld worden.

Deze acht punten verhelpen het feit dat we niet gedaan hebben wat we hadden moeten doen om vooruitgang te boeken op het pad naar de Verlichting, dat we gedaan hebben wat we niet hadden moeten doen – wat een obstakel is om vooruitgang te boeken naar de Verlichting. En tenslotte, dat de weinige deugd waarmee we vertrouwd zijn geraakt, of die we verzameld hebben, te zwak en machteloos was om ons naar de Verlichting te brengen.

In de tekst hier beginnen we direct met de praktijk van het offeren. Dus in het kort, eerbied is hier impliciet in opgenomen en wordt dan gevolgd door het nemen van Toevlucht, wat gevolgd wordt door het bekennen van de fouten, en dan in die volgorde, het zich verheugen over de deugden, het verzoek aan de Boeddha om het wiel van de Dharma in beweging te brengen, het verzoek om voor een lange tijd te blijven en het opdragen van de verdiensten.

Dit zijn dus een paar manieren om deze voorbereidende praktijken of praktijken voorafgaand aan het genereren van de Bodhicitta voor te stellen en uit te leggen. Andere Indiase commentaren hebben het bijvoorbeeld over de vier karmische sluiers : het feit dat ik zelf negatieve daden heb verricht, dat ik anderen heb verhinderd om deugden te beoefenen en dat ik de Dharma heb afgezworen, dat ik een slechte aspiratie heb gehad, dat ik door verwarring datgene heb gewenst wat – in werkelijkheid – schadelijk was voor mezelf. De praktijk van de bekentenis is de remedie voor de negatieve dingen die ik zelf gedaan heb. Voorkomen dat anderen deugden uitvoeren wordt verholpen door me te verheugen in de deugden. De Boeddha vragen het wiel van onderricht in beweging te brengen en lang te blijven zijn beide remedies voor het opgeven van de Dharma. En negatieve aspiraties worden verholpen door het opdragen van verdiensten, wat gekenmerkt wordt door het streven naar Verlichting.

Meester Shantideva beschrijft in detail alle onderdelen die we gaan zien : er zijn 27 stappen om de geest te zuiveren en zo Bodhicitta te genereren. Deze stappen zijn : de offergave, de offergave van zichzelf, zijn fouten bekennen, de rituele wassing van de Boeddha's, de lichamen van de Boeddha's polijsten, hun kleren aanbieden, ornamenten aanbieden en de Boeddha's zalven met parfum, hun bloemen aanbieden, hun bloemenkransen aanbieden, wierook aanbieden, voedsel aanbieden, licht aanbieden, het universum aanbieden, een paleis aanbieden, een parasol aanbieden, muziek aanbieden en door onze aspiraties het eeuwigdurende offer brengen. Daarna de onovertroffen offergave brengen, dan het loffer en dan de neerbuigingen. De Toevlucht, de vreugde, het verzoek om het Dharmawiel in beweging te brengen, om het Nirvana niet te betreden, de verdiensten opdragen en aspiraties formuleren, de aspiraties van de geloften formuleren.

Kortom, Shantideva presenteert ons op een concrete manier het ritueel dat wij moeten volgen en dat ons leidt tot het genereren van Bodhicitta. Dit zijn voorbereidende stappen die leiden tot het genereren van Bodhicitta. Wanneer je dus de bodhisattva-geloften wilt afleggen, is het erg belangrijk dat je vertrouwd bent met de zeven praktijken die je beoefent bij het afleggen van de bodhisattva-geloften. Dit zijn ook de praktijken die men regelmatig en voortdurend uitvoert nadat men de bodhisattva-geloften heeft afgelegd. Deze oefeningen dienen er ook toe om de verlichtingsgedachte voortdurend te versterken en in stand te houden.

Het afleggen van de bodhisattva-geloften bestaat uit drie delen: het toepassings- of voorbereidende deel, het hoofddeel – het afleggen van de geloften zelf – en het laatste deel. We kunnen dus zeggen dat er een inleidend deel, een hoofddeel en een afsluitend deel – of een conclusie – is.

Het voorbereidende deel kan, zoals we reeds gezien hebben, in zeven delen samengevat worden: de offergave, de Toevlucht en het bekennen van de fouten, het zich verheugen in de deugden, het verzoek aan de Boeddha's om het wiel van het onderricht in beweging te brengen, het verzoek om niet in parinirvāna te gaan en ten slotte het opdragen van de verdiensten.

De eerste offergave – de offergave zelf – kent dus verschillende vormen. Ten eerste, de eerste praktijk van het aanbieden, namelijk van datgene wat in mijn bezit is, of waarover ik controle heb. De tweede vorm van offeren is van datgene wat niet in mijn bezit is, wat niet in mijn

macht ligt. De derde offergave is de offergave van je eigen persoon. De vierde offergave : dit zijn denkbeeldige offergaven, gevormd door mijn geest. Er zijn elf vormen van offergaven. De vijfde is de onovertroffen offergave, dat wil zeggen vijf offergaven die de Boeddha's werkelijk behagen. Dan volgt het tonen van respect, van eerbied, wat dus lichaam, spraak en geest omvat. Maar hier, met name in de tekst, is er sprake van fysieke hulde, neerbuigingen en verbale hulde aan de eigenschappen van de Boeddha's.

Laten we terug naar de tekst keren.

Hoofdstuk 2 Strofe 1. « *Teneinde deze waardevolle verlichtingsgeest te behouden, bied ik nu perfecte offergaven aan, aan de oceanen van goede kwaliteiten : de tathagata's, het smetteloze Dharma-juweel en de bodhisattva's.* »

In het Tibetaans betekent de offergave: 'Om dit juweel van de geest op uitmuntende wijze te vatten, niet naar behoren maar *legpa* (tib) – wat 'uitstekend' betekent, in termen van kwaliteit – bied ik een uitmuntende offergave aan de *Tathagata's* (hier vertaald als de 'Zo-geganen').' Daarom is '*dampai tcheu*' hier vertaald als 'heilig', maar in het Tibetaans betekent het 'authentiek, waar', dat wil zeggen 'wat niet onwaar is'. Vandaar de authentieke Dharma, die niet onwaar is: *Trima mé pa* (Tib).

Keun tcho (Tib), hier vertaald als 'juweel', omdat de term in het Sanskriet soms *ratna* (Skt) is, maar in het Tibetaans vertalen we het als 'juweel', wat 'zeldzaam, subliem', 'van grote kwaliteit, superieur' betekent. Dus iets zeldzaams en verhevens ; het betekent 'onbevlekt en sereen'.

We hebben het hier dus natuurlijk over de Dharma en *sangye se* (tib): *sangye* betekent 'Boeddha' en het woord *se* (tib) dat hier gebruikt wordt, is de eretitel voor 'zoon'. Het betekent prins of spirituele zoon van de Boeddha's : Bodhisattva's worden zo genoemd omdat ze de gedachte van Verlichting hebben ontwikkeld, die hen ertoe leidde Boeddha te worden. Dit is vergelijkbaar met de prins die voorbestemd is om koning te worden, omdat hij de genen van de koning – van zijn vader – bezit. De bodhisattva heeft de spirituele genen van Verlichting en daarom is het spirituele gen – als ik het zo mag zeggen – de bodhicitta. Omdat hij bodhicitta heeft, is hij voorbestemd om een Boeddha te worden. In die zin is hij de zoon van de Boeddha's.

Deze drie Juwelen : Boeddha, Dharma en Sangha, hier specifiek de Sangha van het Grote Voertuig. De Bodhisattva's beschikken over buitengewone kwaliteiten, niet alleen in kwalitatieve zin, maar ook wat hun enorm grote omvang betreft. Ze zijn een oceaan van kwaliteiten en hun bied ik deze uitmuntende offergave.

Wat bieden wij aan ? Wij bieden aan wat wij bezitten. Dit kunnen bijvoorbeeld de materiële, fysieke offergaven zijn, die we in ons bezit hebben, die we voor het altaar plaatsen of op het moment dat we de Bodhisattva-geloften afleggen, bijvoorbeeld.

De offergave heet uitstekend te zijn. Uitstekend, dat betekent niet per se dat u per se extreem dure en zeldzame dingen moet aanbieden. De voortreffelijkheid van de offergave komt voort uit het feit dat deze offergave zonder enige gehechtheid gedaan wordt, zonder enige verwachting. Deze offergave wordt onvoorwaardelijk gebracht, zonder verwachting, met vreugde en vrij van hebzucht. Daarom is het een uitstekende offergave, omdat er geen verwachtingen zijn.

Wanneer er geen hebzucht en geen verwachtingen zijn, wordt de offergave onvoorwaardelijk en kan de term 'uitstekend' gebruikt worden, alleen door het feit dat men in staat is deze gedachte van Verlichting te genereren, puur altruïstisch vanaf het begin en waarvan de onvoorwaardelijke kwaliteit zonder verwachtingen is.

Deze offergave wordt tegenover de Drie Juwelen gedaan.

Is hiervoor de aanwezigheid van de Drie Juwelen vereist? Dit is niet noodzakelijk. Dat er afbeeldingen van de Drie Juwelen aanwezig zijn is uitstekend. Hier in deze tempel zijn

namelijk afbeeldingen van de Boeddha, de Dharma en de Sangha te zien, gerepresenteerd door de teksten van de Boeddha en zijn gerealiseerde discipelen. Wij kunnen deze offergave doen, en als ze ook daadwerkelijk aanwezig zijn, is het nog beter.

En zelfs als er geen afbeeldingen zijn, kan men deze offergave ook doen tegenover gevisualiseerde Boeddha's en hun discipelen, de gevisualiseerde Drie Juwelen. Wat de weldaad betreft, is er geen verschil. Men verkrijgt evenveel verdienste en weldaad als wanneer men dit doet in aanwezigheid van de Boeddha zelf.

De offergaven zelf zijn dus fysieke offergaven, als het mogelijk is. We geven dus wat we graag geven. Het is niet *wat* je geeft dat belangrijk is, wel *hoe* je het geeft. Dus in zekere zin is er geen limiet aan het geven : als er veel is, kun je veel geven; als er niet veel is, geef je niet veel. Het maakt niet uit, het is de daad van het geven die belangrijk is.

Van **strofe 2 tot en met strofe 7** komen de zogenaamde offergaven van voorwerpen die niet in mijn fysieke vermogen liggen, maar die echt bestaan. We offeren ze in gedachten aan de Boeddha.

« Alle soorten bloemen en vruchten die bestaan en alle verschillende soorten medicijnen, alle soorten kostbaarheden van deze wereld en al het schone, verfrissende water, Bergen van kostbare substanties, bossen, boomgaarden, plaatsen die rust geven en blij maken, wensvervullende bomen bedekt met mooie, sierlijke bloesem , en bomen met takken die buigen onder het gewicht van sappige vruchten,

Geuren van hemelse sferen, wierook, wensvervullende bomen en bomen van kostbare substanties, meren en vijvers gesierd met lotusbloemen en aantrekkelijke watervogels die prettige geluiden maken,

Gewassen die niet gecultiveerd hoeven te worden, alle sieraden die geschikt zijn om te worden aangeboden en al hetgeen niemands bezit is, tot aan de grenzeloze einder van de ruimte,

Al deze dingen offer ik mentaal gecreëerd aan de hoogste wezens, de boeddha's en de bodhisattva's. U die veel mededogen hebt, aanvaard deze offergaven van mij en schenk me alstublieft uw liefdevolle aandacht.

Wegens gebrek aan verdiensten ben ik arm en daarom heb ik geen andere rijkdom te offeren. U, beschermers wier aandacht uitgaat naar het welzijn van anderen, aanvaard dit alstublieft door uw grote kracht in mijn belang. »

De tekst hier is vrij expliciet : dus, er valt niet veel op aan te merken.

Op de een of andere manier, vaak als we iets moois en prachtigs zien, of het nu een landschap is, een zonsondergang of iets dergelijks, kan er een soort gehechtheid ontstaan: “Ah, dat vind ik mooi, dat wil ik graag zo houden”, enzovoort. Maar als je dit soort situaties tegenkomt, zou het goed zijn om het in je geest op te nemen en aan de Boeddha aan te bieden, zodat de bodhicitta in je kan ontstaan: je hebt waardering voor al deze mooie dingen, maar zonder enige gehechtheid.

In het eerste geval waren het dingen die binnen mijn vermogen lagen, dus ik kan ermee doen wat ik wil. Dus bied ik ze aan. In dit tweede geval zijn het fysieke objecten die echt bestaan in de wereld, maar die niet van mij zijn, of niet binnen mijn vermogen liggen. Maar dat weerhoudt me er niet van, ze te waarderen, ze in mijn geest op te nemen en ze aan te bieden. We kunnen in de eerste plaats denken aan alle dingen die van niemand zijn – alle mooie en buitengewone dingen die we ons niet kunnen toe-eigenen, die van de natuur zijn, die van niemand zijn. Wel, ik bied al deze dingen aan de Boeddha's aan. En dan zijn er zeker nog veel andere dingen die andere mensen zich hebben toegeëigend, dus zonder ze van hen weg te nemen, wens ik deze dingen ook aan de Boeddha's. Je kunt op die manier denken. In elk geval, wat benadrukt wordt in de tekst is dat al deze dingen aan niemand toebehoren, vooral die fysieke dingen die bestaan maar aan niemand toebehoren. Vandaag de dag eigenen we ons alles, zelfs de maan ! Ik denk dat we al bezig zijn om ons die toe te eigenen!

Soms zijn er meerdere eigenaren. We denken dat dit stuk land van ons is, maar in feite is het van de Staat. We denken dat we eigenaar zijn van alle bloemen hier, maar er zijn overal bijen die zich deze bloemen toegeëigend hebben : die denken dat ze van hen zijn. Dus als je het echt op die manier bekijkt, zie je dat het idee van eigendom een fictie is.

Hoe dan ook, het idee is om - zonder iemand iets af te nemen - al deze mooie dingen te waarderen, ze in gedachten te nemen en ze aan te bieden, zonder dat andere mensen ervan beroofd worden. Aanbieden is niet anderen hun levensonderhoud ontnemen.

Waarom brengen we deze offergave dan ? Dit wordt uitgelegd in de laatste strofe: « *Wegens gebrek aan verdiensten ben ik arm en daarom heb ik geen andere rijkdom te offeren. U, beschermers wier aandacht uitgaat naar het welzijn van anderen, aanvaard dit alstublieft door uw grote kracht in mijn belang.* » Deze strofe verklaart de reden om deze offergave op deze manier te doen, en we moeten de context onthouden : Shantideva's onderricht is dat van een onthechte die dit onderricht richt tot andere onthechten en tot monniken en nonnen die zelf – in die zin – verstoken zijn van goederen om aan te bieden. Ze hebben afstand gedaan van hun bezittingen, hun rijkdom, hun familie, enz. om zich volledig te wijden aan de praktijk, aan de studie van de spirituele praktijk, en daarom wordt deze praktijk naar voren geschoven.

Voor niet-onthechten die als leek het pad van de bodhisattva's willen bewandelen : als je grote rijkdom hebt, grote bezittingen, of als je weinig hebt – afhankelijk van je omstandigheden – kun je, zoals we eerder zeiden, alles aanbieden wat je graag geeft. Dit betekent niet dat je het alleen maar in je geest schenkt. Als je het vermogen hebt om middelen te wijden aan de Dharma voor andere beoefenaars, is het goed om dat te doen.

Neem het voorbeeld van Anathapindada, een zeer rijke handelaar in India, die de Boeddha een park schonk, waar de Boeddha meer dan 20 jaar lang verbleef : de Jetta wahana. Het verhaal gaat dat dit park toebehoorde aan een prins en dat de prins er geen afstand van wilde doen. Maar op een dag zei hij : “Ik zal er geen afstand van doen, tenzij er iemand komt en het oppervlak bedekt met gouden munten.” Anathapindada had hem dit in het openbaar horen zeggen en ja, de prins had – in zekere zin – zijn woord gegeven : hij had een prijs genoemd. De prins wilde er geen afstand van doen, maar Anathapindada vond genoeg goud om het hele park met gouden munten te bedekken en bood het vervolgens aan de Boeddha aan.

Naast de fysieke offergaven die in mijn bezit zijn, en de offergave van wat niet van mij is en dat ik in mijn geest aanbied, is er een derde laatste fysieke offergave van een echt object : mijn eigen persoon. Ik geef mezelf volledig aan de Drie Juwelen. In het algemeen zijn we natuurlijk gehecht aan onze bezittingen, maar we zijn nog meer gehecht aan onze persoon, ons lichaam. Ook dit geven we aan de Drie Juwelen om bodhicitta te genereren.

Dit wordt in **strofe 8 en 9** gepresenteerd: « *Ik zal voor altijd al mijn lichamen opofferen, aan de overwinnars en de bodhisattva's. Accepteer mij alstublieft, verheven helden, ik zal vol respect uw dienaar zijn.*

Omdat ik volkomen onder uw hoede sta, kan ik zonder angst voor het cyclisch bestaan, het welzijn van andere wezens bevorderen. Ik zal mijn voorgaande negatieve activiteiten volkomen zuiveren en ook andere negatieve activiteiten voortaan niet meer doen. »

Wat heb ik werkelijk in mijn vermogen, eigenlijk? De dingen waarvan ik zeg dat ze ‘van mij’ zijn, zijn niet echt in mijn vermogen. Maar herinner je wat echt in je vermogen is : het enige wat enigszins echt in mijn vermogen is, is mijn eigen persoon. En dat bied ik dus aan, niet alleen (het lichaam, de identiteit) van dit leven, maar van alle komende levens. Ik zal sterven.

Het volgende lichaam dat ik aanneem, schenk ik vanaf het begin al aan de Boeddha.

De Boeddha's hebben al deze offers niet nodig. Misschien overstelpen we ze zelfs met al die dingen : onze personen en onze bezittingen, onze spullen, enzovoort. Voor ons is dit een kans om ons volledig te wijden aan de Verlichting, om onze middelen, onze persoon, volledig te wijden aan de Verlichting, en het is nu heel duidelijk in deze strofen : « *Accepteer mij alstublieft, verheven helden, ik zal vol respect uw dienaar zijn.* ». Dit betekent dat ik mezelf aan de Boeddha heb (over)gegeven.

Wat betekent dat? Het betekent dat ik vanaf nu niet langer behoor tot 'ik', tot deze fictie. Vanaf nu ben ik het eigendom van de Drie Juwelen. En als eigendom van de Drie Juwelen, wat is dan het mandaat van de Drie Juwelen, als ik het zo mag uitdrukken ? Het mandaat van de Drie Juwelen is het volbrengen van het welzijn van alle voelende wezens en vanaf nu – als hun dienaar en als hun dienaressen – zou ik hen verraden als ik het 'ik' diende en zou ik niet voor het welzijn van de wezens zorgen. Ik zou het mandaat van de Boeddha's niet vervullen.

Dus , ik verplicht me de dienaar van de Drie Juwelen te zijn en dat zal ik zijn. De Drie Juwelen werken voor het welzijn van de wezens. Dus, vanaf nu zal ik werken voor het welzijn van alle wezens. Ik zal andere wezens niet schaden. Ook mezelf zal ik niet schaden. Het mandaat van de Drie Juwelen is ook om mijn uiteindelijke welzijn te bereiken, en ik zal ernaar streven dit te doen door de Verlichting na te streven en tegelijkertijd het welzijn van de wezens te bereiken. Het impliceert dus, zoals in strofe 9: « *Ik zal mijn voorgaande negatieve activiteiten volkomen zuiveren en ook andere negatieve activiteiten voortaan niet meer doen.* » Met andere woorden, tot nu toe heb ik het ego gediend – ik diende deze fictie van het 'ik' – en terwijl ik het diende, schaadde ik alleen anderen en mezelf. Nu behoor ik niet langer tot het ego, ik behoor tot de Boeddha, tot de bodhisattva's, deze wezens met immense kwaliteiten, en ik ben hun dienaar en vanaf nu zal ik leven in overeenstemming met hun kwaliteiten.

VRAGEN

Luisteraar :

Hoe kunnen we onszelf onthechten van onze verlangens en onze gehechtheid aan herinneringen? Aan objecten, aan geliefden?

Trinlay Rinpoché :

Ik denk dat we gehechtheid vaak verwarren met waardering. Zodra we in het gewone leven iets waarderen, komt daar onmiddellijk gehechtheid bij kijken en dus verwarren we die twee een beetje in het dagelijks taalgebruik. Het is interessant om het onderscheid te kunnen maken tussen de twee, in de zin dat niet gehecht zijn niet betekent dat je niet waardeert. Mensen denken vaak dat als je niet waardeert, als je niet gehecht bent, je bijna vijandig tegenover iets staat, en ze hebben de indruk dat het pad van onthechting op een of andere manier inhoudt dat je een vijandige houding ontwikkelt tegenover alles wat comfortabel, goed en plezierig is. En in sommige religies wordt bijvoorbeeld ascetisme voorgesteld, wat – met andere woorden – neerkomt op het ontwikkelen van vijandigheid tegenover alles wat een bron van welzijn en comfort is. Onthechting moet dus niet verward worden met vijandigheid.

Verduidelijkingsvraag van de tolk : vijandigheid of soberheid ?

Trinlay Rinpoché :

Vijandigheid. In het Frans klinkt soberheid bijna hetzelfde. Dus, ik zei 'vijandigheid', afkeer en niet onthechting. Vijandigheid is een andere vorm van gehechtheid. Het is denken: 'Dit is verkeerd, dit is slecht. Dit moet ik niet hebben', 'Het is niet goed om van het eten te genieten',

‘Het is niet goed om comfortabele kleren te hebben’: daaruit bestaat de zweep ! Dit is geen onthechting en het is belangrijk om dat te begrijpen. Ik weet het niet, in het Westen worden haat, afkeer, vijandige houdingen, geweld als het meest negatieve beschouwd. Dus allereerst moeten we echt proberen om deze houdingen te verdrijven, die aanleiding geven tot vijandigheid en afkeer : het zijn gedachten zoals discriminatie : ‘Deze mensen zijn minder goed, ik kan ze verachten’, ‘Wat hij doet is verkeerd’, ‘Ik hoop dat hij pijn heeft’. Zulke gedachten zijn uitdrukkingen van vijandigheid en afkeer en creëren negatief karma in ons, wat aanleiding geeft tot woede.

Voor de beginnende bodhisattva betekent gehechtheid: ‘Ah, dit is het ! Het is heel goed, het is aangenaam. Ik zou blij zijn als ik meer tijd met mijn familie kon doorbrengen, of in een aangename situatie kon zijn en plezier ervaren’: dit waarderen – in zekere zin ernaar verlangen – is minder ernstig.

Dus de manier waarop we alle prettige, plezierige dingen benaderen, die ons in het leven overkomen, is ze te zien als een zegen. Als we gunstige omstandigheden kennen – als we in goede gezondheid verkeren, als we er goed uitzien, als we intelligent zijn, als we een groot fortuin hebben, allemaal zonder dat we deze dingen per se hebben nagestreefd, deze dingen gewild hebben – als deze dingen vanzelf komen, is dat het resultaat van onze deugdzame daden : het is de vrucht van onze deugdzame daden. Het is niet nodig om ze te haten of af te wijzen.

Gehechtheid betekent dingen voor jezelf willen. Niet willen dat dingen veranderen. Nooit willen kwijt raken. Dat is gierigheid. Het feit dat je niet vrijgevig met jezelf kunt zijn als je iets goeds hebt; niet in staat zijn om dat allemaal te delen maakt deel uit van gehechtheid, het is dingen alleen voor zichzelf willen hebben.

Op een bepaalde manier is de bodhisattva blij om alle gunstige dingen in het leven te hebben, omdat het een middel is waarmee hij ook anderen kan helpen. Als hij rijkdom heeft, zoveel te beter : hij kan vrijgevigheid beoefenen, hij kan delen met anderen. Als hij aangenaam en mooi is om naar te kijken, is hij gelukkig : zijn aanwezigheid verblijdt andere voelende wezens. Als hij kennis heeft, is hij heel gelukkig : dat kan hij delen. Hij wil alleen maar helpen op welke manier dan ook, een bron van welzijn zijn voor andere voelende wezens.

Dus met het onderscheidingsvermogen komt onthechting. Met andere woorden, wanneer we begrijpen dat alles vergankelijk is : dat alles tijdelijk is, dat de dingen die we bezitten komen en gaan en dat we ze niet kunnen houden. Het belangrijkste is dat we ze kunnen gebruiken, zodat andere voelende wezens ervan kunnen profiteren, zodat zij ze kunnen gebruiken. Het is pas dan dat onze rijkdom meer rijkdom creëert, meer geluk voor andere wezens, enzovoort. Dit creëert een bron van oneindige vreugde en het begrip van vergankelijkheid troost ons. Als je vrijgevig bent, bijvoorbeeld, ga je ervan uit dat iets voor jezelf houden – alleen voor jezelf hebben – neerkomt op niets hebben. Als je gierig bent, durf je het niet eens voor jezelf te gebruiken. Je weet niet hoe je moet consumeren. Je denkt dat je niets meer zult hebben. En dus word je armer en uiteindelijk rotten de goede dingen weg, ze generen niets.

En ook in verband met mensen hebben we het over intimiteit, hartstocht, gehechtheid aan mensen. Gehechtheid – begeerte-gehechtheid, eigenlijk – is altijd voor jezelf. Onze relatie is vaak gebaseerd op het ego-vereiste 'dit is voor mij. Deze persoon is goed voor mij, dus ik wil hem/haar voor mezelf.' Dit vernietigt de relatie en de persoon wordt een object dat we willen bezitten en consumeren. Er is geen respect meer voor de ander, en zo ontstaan vaak veel conflicten in families en koppels, etc. door het feit dat we geen liefdevolle vriendelijkheid kunnen uitdrukken. We gebruiken het woord liefde, maar door middel van liefde drukken we alleen onze begeerte-gehechtheid uit, en dit is iets heel exclusiefs en bezitterigs. Er zijn

verwachtingen, er is angst. Het is pijnlijk voor jezelf, het is pijnlijk voor de anderen. Het is dus belangrijk om dat te proberen te vervangen door liefdevolle vriendelijkheid. Liefdevolle vriendelijkheid betekent echt dat je er altijd naar streeft om het goede te doen voor de anderen, om de anderen gelukkig te maken, om vreugde en geluk te vinden in de inspanning om de anderen gelukkig te maken. En als je dit doet, creëer je gezonde, zorgzame relaties. Wanneer we deze houding hebben, creëren we deze houding in onszelf.

Luisteraar : Onbegrijpelijke vraag

Trinlay Rinpoché :

Het object is ook de perceptie van het object, bijvoorbeeld een ouder. Je vader of moeder doden is een zeer ernstige daad, want – in feite – is er uiteindelijk in onze perceptie sprake van ontkenning, ontkenning van de goedheid van deze mensen, denigrering van hun goedheid. Dus is het, in feite, alsof we een bron van goedheid voor ons vernietigen. Bij uitbreiding strekt deze houding van ontkenning zich uit tot de verlichte wezens, wezens van zeer grote kwaliteit, van onmetelijke goedheid voor ons. Kortom, het is een soort ontkenning van die goedheid. Het is alsof je iemand veracht en mishandelt, iemand die in moeilijkheden verkeert, een ellendige, kwetsbare persoon. Hen slecht behandelen is hun moeilijkheid ontkennen, het is hun moeilijkheid niet erkennen, het is harteloos, een totaal gebrek aan gevoeligheid tonen. En zo versterkt het in ons deze extreem negatieve houding, met andere woorden, het weerspiegelt de mate van onze onwetendheid en de kracht van onze afflictie.

Luisteraar : onbegrijpelijke vraag

Trinlay Rinpoché :

Het is een kwestie van intentie of gebrek aan intentie. Het is geen kwestie van onwetendheid. In het boeddhisme is onwetendheid als het ware de ernstigste fout, want zonder onwetendheid zouden we allemaal boeddha's zijn. Alle problemen komen voort uit onwetendheid. Het is dus belangrijk om te weten hoe je het onderscheid kunt maken tussen iets wat je uit onwetendheid, opzettelijk of onopzettelijk doet. Opzettelijk : als we het echt willen, als we echt van plan zijn te schaden, kwaad te berokkenen, enz. Onopzettelijk : per ongeluk, het is niet hetzelfde. Het is geen kwestie van aan- of afwezigheid van onwetendheid.

Luisteraar : Vraag over de ouder-kindrelatie :

Het begrip conflict in de ouder-kindrelatie: als het kind een van de ouders niet doodt, zou de houding van Verlichtingsgeest van de ouder dan zijn om regelmatig contact op te nemen met het kind om zijn negatieve karma te verminderen in plaats van de relatie met hem te verbreken?

Trinlay Rinpoché :

Het zijn niet de ouders die het karma creëren. Dit garandeert niet dat het kind minder negatief karma zal hebben, het kan zelfs meer irritatie veroorzaken.

Als je je als ouder in een situatie bevindt waarin je kinderen niet met je willen praten, is het beste wat je kunt doen om geen houding van vijandigheid, afkeer of wrok tegenover je kinderen aan te nemen. Als je een boeddhistische beoefenaar bent, moet je proberen de liefdevolle vriendelijkheid die je hebt, te blijven voelen en die tot uitdrukking te brengen door de verdiensten van je praktijk op te dragen. En zo niet, ik weet het niet, door vrijgevigheid jegens hen te tonen, ondanks hun gedrag. Dus dat is het beste wat we kunnen doen.

Luisteraar : Vraag over offergaven die gepaard gaan met de verwachting van een resultaat. Als een offergave gedaan wordt met de bedoeling om de Verlichtingsgeest op te wekken en te ondersteunen, is het dan een wens en geen verwachting ?

Trinlay Rinpoché :

Het is geen egoïstische verwachting, het is niet voor het ego. Een 'verwachting' is : 'Ik wil iets voor mezelf'; de Verlichtingsgeest is: 'Ik wil het, maar niet voor mezelf; ik wil deze houding van welwillendheid genereren voor alle voelende wezens, enzovoort'. Dus we kunnen zeggen : ja, misschien is het op een bepaalde manier uit eigenbelang, maar niet in de zin dat het voor het ego is. Hier vragen we met het oog op de volmaakte Verlichting van alle wezens. En dat drukt, in feite, de onvoorwaardelijke kwaliteit uit, het is geen transactie.

We zouden op dit punt iets preciezer kunnen zijn. We zouden kunnen zeggen dat de uitmuntendheid komt van het feit dat het offer gebracht wordt zonder enige vorm van hebzucht. Maar wanneer we verder gaan – d.w.z. zonder de egoïstische motivatie, d.w.z. wensen, uit liefde en mededogen voor alle voelende wezens en met de wens om (zelf) Verlichting te verkrijgen voor het welzijn van alle wezens – met die houding wordt de offergave gedaan. In dit geval is de motivatie niet egoïstisch; dat is uitmuntendheid. Maar uitmuntendheid komt ook voort uit het feit dat wanneer we deze offergave aan onszelf doen, we het ook doen aan dit veld van buitengewone kwaliteiten. In die zin wordt de uitmuntendheid van de offergave zowel bereikt door de motivatie, door de manier waarop de offergave gedaan wordt en ook door de persoon aan wie de offergave gedaan wordt, d.w.z. de erkenning van deze kwaliteiten. Dit alles maakt de offergave voortreffelijk.

Aansluitend op de 7-delige praktijk is er het deel over de offergaven. We hebben reeds de fysieke, materiële offergaven gezien, in het bijzonder onze bezittingen, het offeren van dingen die niet in ons vermogen zijn, die we dan in onze geest offeren, en daarnaast het offeren van onze eigen persoon.

Nu komen we bij wat we de offergaven noemen die uit de hemel komen, ingebeeld, gevisualiseerd.

Stofen 10 tot 21:

« Hier is een geparfumeerd badhuis met een helder blinkende kristallen vloer en prachtige pilaren die schitteren van de edelstenen, waartussen een baldakijn is gedrapeerd van lichtgevende parels,

Ik nodig de tathagata's en hun zonen uit om uw lichaam te baden met geparfumeerd water uit talrijke goed gevulde kostbare vazen, onder het genot van mooie muziek en zang.

Ik dep de lichamen van u allen met fantastische doeken schoon en gedrenkt in de beste parfum en mag ik u dan alstublieft, oh heilige wezens, geurige gewaden in passende kleuren schenken. Met verschillende mooie gewaden, fijn en zacht, en honderden van de beste sieraden, tooi ik de arya's Samantabhadra, Manjushri, Avalokiteshvara en de andere (boeddha's en bodhisattva's). Met de beste van alle parfums, waarvan de geur tot in alle drieduizend wereldstelsels doordringt, zelf ik de lichamen van alle boeddha's, die oplichten alsof ik zuiver goud poets. Boeddha Shakyamoeni als hoogste object voor offergaven, bied ik prachtige, goed opgemaakte bloemenkransen aan en bloeiende bloemen zoals jasmijn, lelie en lotus, die allemaal even heerlijk ruiken.

Ik offer wolken van de beste wierook, die overal doordringt met een verrukkelijke zoete geur en ik offer verschillende soorten voedsel en drank, samen met alle hemelse spijsen.

Ik offer kostbare lampen, prachtig gesteld op een voet van gouden lotusblaadjes en een mandalabodem met parfum besprenkeld en met mooie bloemen bestrooid.

Aan hen die de natuur hebben van mededogen bied ik fantastische lichtpaleizen aan waarin

prachtige melodieën weerklinken, verfraaid met kostbare sieraden zoals schitterende hangende parelsnoeren, die de uitgestrekte ruimte sieren.

Voortdurend offer ik alle boeddha's fraaie parasols van kostbare substanties, die een gouden handvat hebben en rondom prachtig zijn versierd met parels, met een goed model, mooi om te zien en rechtop staand.

Verder bied ik een verzameling offergaven aan van prachtig klinkende melodieuze muziek. Mogen ze als wolken die het lijden van alle wezens verzachten, elk hun individuele plaats krijgen.

Moge op alle juwelen van de heilige Dharma, op alle objecten voor offergaven en beelden, een onafgebroken regen neerdalen van kostbaarheden en bloemen en dergelijke. »

De aanwezigen presenteren dus elf offergaven die door de geest geproduceerd worden. Stel je voor ! Allereerst, in strofen 10 en 11 en de eerste twee regels van strofe 12, is er de offergave van het ceremoniële bad, als ik het zo mag zeggen; vervolgens, in de laatste twee regels van strofe 12 en strofe 13, is er de offergave van het kleed. In strofe 14 is er een derde offergave, die van zalf, en in strofe 15 is er de offergave van bloemen. De eerste twee regels van strofe 16 zijn het offeren van wierook en de volgende twee strofen zijn het offeren van voedsel. De eerste twee regels van strofe 17 zijn het offeren van Licht. Strofe 18: « (...) *fantastische lichtpaleizen (...) waarin prachtige melodieën weerklinken, verfraaid met kostbare sieraden zoals schitterende hangende parelsnoeren (...)* » begint eigenlijk met de twee laatste regels van strofe 17 : « (...) *een mandalabodem met parfum besprenkeld en met mooie bloemen bestrooid.* » Dit en strofe 18 zijn de offergave van het paleis. Strofe 19 is de offergave van parasols. En strofe 20 is de 10^{de} offergave, van muziek. Strofe 11 is de (mentale) offergave door aspiratie.

Het is de bedoeling dat de offergaven eeuwig en ononderbroken in de geest blijven. Soms gaat dit gepaard met symbolische gebaren, zoals een wassing met behulp van een spiegel en water. Maar dat is een onderdeel van de rituelen. Je kunt het gewoon visualiseren. Het is niet nodig om te veel tijd te besteden aan het visualiseren, zoals we doen in de lange yidam-visualisaties, als onderdeel van Vajrayana-praktijken. Zonder in te gaan op de details van deze offergaven, kun je meer gedetailleerde uitleg vinden, bijvoorbeeld in Palden's commentaar in de Padmakara editie, die beschikbaar is in het Frans en Engels. Dus, ik nodig je uit om die te lezen. Je vindt er de details.

Kortom, we visualiseren een grote, prachtige badkamer, waar we de Boeddha's, de Bodhisattva's uitnodigen en we visualiseren hoe we hen een bad aanbieden. Het water uit dit bad wordt dan als regen op alle wezens gesprenkeld en zuivert al het lijden en de onzuiverheden van de wereld, alle negatieve handelingen en woorden van alle wezens en al het negatieve karma van alle wezens. In feite streef je ernaar dat alle wezens gezuiverd worden. In het bijzonder bijvoorbeeld, de omringende vervuiling, de vijandigheid, al deze dingen worden gezuiverd, gereinigd en tot rust gebracht.

Het bad wordt aan de Boeddha's en Bodhisattva's aangeboden. In werkelijkheid hoeven bodhisattva's niet gewassen te worden: ze zijn onbevlekt. En vooral, de Boeddha's verlaten nooit de Dharmakaya, de waarneming van de ultieme werkelijkheid. Ze zijn niet geconditioneerd. Niettemin kunnen ze door hun mededogen emanatielichamen manifesteren. Deze emanatielichamen kennen geen bezoedelingen. Maar we brengen dit badoffer zodat onze eigen bezoedelingen gezuiverd kunnen worden. Dan – nadat we de Boeddha's gezegend hebben – drogen we hen af. De fijne doeken die gebruikt werden om hen af te drogen – de handdoeken – worden getransformeerd in licht. En dat licht lost op in de voorhoofden van alle voelende wezens, en we visualiseren alle wezens in de primordiale wijsheid.

Het oneindige bad wordt voorgesteld als zijnde aangeboden aan de Boeddha in een van de vormen van zijn manifestatie, d.w.z. ofwel de vorm van de Nirmanakaya ofwel die van de Sambhogakaya. In de vorm van de Nirmanakaya offeren we de kloostergewaden; in de vorm van de Sambhogakaya offeren we de ornamenten, de kroon, de juwelen, het kleed, de kledij die

overeenkomt met de representatie van de Sambhogakaya. Terwijl we die kleding offeren, drukken we de wens uit dat alle wezens een ethisch gedrag aannemen en respect tonen voor de andere voelende wezens.

Dit wordt gevolgd door het aanbrengen van balsems en zalven: « *Met de beste van alle parfums, waarvan de geur tot in alle drieduizend wereldstelsels doordringt, zalf ik de lichamen van alle boeddha's, die oplichten alsof ik zuiver goud poets.* »

(Rinpoché werpt nu enig licht op de nogal merkwaardige opbouw van de Franse tekst): Het idee is dat het nemen van een parfum, een zalf met uitzonderlijke kwaliteiten en waarvan de geur – zonder bedwelmend of storend te zijn – toch de kracht heeft om zich door het hele universum te verspreiden. Daarom wordt hier de term 'trichiliocosmos' gebruikt. Volgens de Abhidharma's zouden we vandaag – in moderne taal – kunnen zeggen dat een planeet, een zonnestelsel, een wereld is, en dat 1000 maal 1000 zonnestelsels een chiliocosmos is, dat wil zeggen 1000 universa, 1000 werelden. Deze chiliocosmos vermenigvuldigd met 1000 is een dichiliocosmos en dat weer vermenigvuldigd met 1000 is de trichiliocosmos (1 miljard). Dat is Abhidharma-terminologie. Het zou eenvoudiger vertaald kunnen worden als gewoon 1 miljard werelden. Het idee is dus krachtig: ik stel me voor dat ik de lichamen van de Boeddha's zalf en dan, net als wanneer je iets polijst, wordt het licht van het lichaam van de Boeddha helderder en vult het universum.

Het idee hier is dus dat we het lichaam van de Boeddha kunnen verkrijgen, de activiteit van de Boeddha kunnen ontwikkelen.

(? Een kort stukje tekst ontbreekt)

Als je bijvoorbeeld het *bhadra cari* (skt) leest, het aspiratiegebed dat we vaak reciteren en dat ontleend is aan de *Gandavyuhasutra*, de '*Sutra van het Betreden van de Absolute Dimensie*', dan staat er dat er op elk atoom evenveel Boeddha's zijn als er atomen zijn in ons universum en dat deze Boeddha's toch niet opeengepakt zitten. Ze zijn elk omringd door schitterende discipelen en extreem uitgestrekte universa. In feite vertelt de tekst ons dat er een oneindig aantal universa in elk atoom zijn. We kunnen ons dus voorstellen dat we de wens formuleren om het lichaam van een Boeddha te verkrijgen, maar daarnaast is er het idee dat we zijn activiteit kunnen ontwikkelen, die zich uitstrekt tot de oneindigheid van alle universa.

Strofe 15: Ik stel me voor dat ik Boeddha's en Bodhisattva's allerlei werkelijk prachtige bloemen aanbied, zoals de lotus, de utpala, de manda en alle andere. Ook hier stel ik me voor dat ze geschikt zijn in zeer mooie boeketten of in prachtige vormen en – door deze offergave te doen – hoop ik dat ik alle elementen kan ontwikkelen die leiden tot Verlichting ; dat ikzelf en alle wezens alle voorwaarden verkrijgen die leiden tot Verlichting.

Strofe 16: Dit is de offergave van wierook, waarin ik de wens uitspreek dat de nood van de wezens verdreven zal worden en dat dit vreugde zal brengen; dat door deze offergave vreugde gebracht zal worden aan alle wezens.

Strofe 16, tweede deel: dit is de offergave van voedsel. Door deze offergave spreek ik de wens uit dat ikzelf en ook alle wezens mogen leven, gevoed door meditatieve absorptie. Dan offer ik het licht.

Strofe 17: We stellen ons lichtgevende lotussen voor, waarvan het licht niet kwetsend is, maar zacht . Het is niet zoals vuur, dat andere wezens kan verbranden of pijn doen. Het is een offer van zacht licht dat alle ruimtes verlicht en vult. We stellen ons voor dat door deze offergave

onze eigen onwetendheid en de onwetendheid van alle wezens verdreven worden en we het licht van alwetendheid kunnen manifesteren.

En dan stel ik me voor dat ik de Boeddha's en Bodhisattva's een perfect gladde vloer aanbied, op hetzelfde niveau, heel zuiver, een soort 'aarde-lucht'-vloer die zich uitstrekt tot in het oneindige. Door deze perfecte offergave stel ik me voor dat ik en alle wezens in staat zijn de Bodhicitta op een stabiele manier te ontwikkelen, en dat onze welwillende intentie jegens alle wezens op deze grond lijkt : onwankelbaar, volmaakt solide, en basis van onze hele praktijk (en voortaan) van al onze activiteiten. En op deze grond stellen we ons een immens paleis voor, oneindig groot, prachtig, schitterend in elk opzicht, dat alle stadia op de weg naar Verlichting voorstelt. We drukken die wens uit. We stellen ons dit paleis voor, niet leeg maar gevuld met goddelijke wezens...

(? Kort stukje onhoorbare tekst)

Tenslotte hopen we – door het aanbieden van het paleis – dat het gunstig zal zijn voor een groot aantal discipelen en dat een groot aantal wezens in staat zal zijn om de bevrijding te bereiken, voorbij onbehagen.

Het is belangrijk om je voor te stellen dat al deze offergaven op een zeer uitgestrekte, oneindige manier gedaan worden. Het zou kunnen zijn zoals in de *sang cheu mönlam* – het gebed van uitmuntend gedrag – waar het offer niet wordt gebracht aan één Boeddha maar aan alle Boeddha's. Op elk atoom zijn er evenveel Boeddha's als er atomen zijn in het universum. Dus doen we deze offergave aan elk van hen. Het aantal hier is het onuitsprekelijke van het onuitsprekelijke.

Strofe 19: je offert een parasol. De parasol is een teken van eer en kwaliteit in India. Alle offergaven – zoals je misschien hebt gemerkt – volgen de Indiase cultuur. Het offeren van een bad, enz. is echt een onderdeel van de oude Indiase cultuur, maar hier krijgen ze een symbolische betekenis en staan ze ook voor wensen en aspiraties. In India was de parasol een teken van waardigheid. We offeren hem aan de Boeddha's, die het meest waardig zijn, en aan de Bodhisattva's. Door hen deze offergave te doen, geven we een teken van waardigheid. Door deze offergave drukken we de wens uit dat - net zoals de parasol ons tegen de zon beschermt - wijzelf en alle voelende wezens beschermd mogen worden tegen de hitte, tegen de zonnestralen wanneer het erg warm is en we gekweld worden door verstikkende, moeilijke hitte. Dit is het beeld van samsara. We willen dus onder de paraplu van de Verlichting staan, onder de koele bescherming van de Verlichting. En ook onder de bescherming van de Drie Juwelen. Mogen wijzelf en alle wezens in de schaduw en koelte van de Drie Juwelen staan. Het is poëtisch, het is symbolisch.

Het enige wat je moet doen, is je proberen voor te stellen hoe je offergaven kunt doen of er gewoon naar streven. Dit is een methode die door Shantideva werd onderricht en die ons in staat stelt om enorme verdiensten te genereren. Deze vorm van offeren wordt beschouwd als een zuivere offergave en kan soms ook beschouwd worden als beter dan onze materiële offergaven, die soms afkomstig kunnen zijn van negatieve bronnen, zoals offergaven die gemaakt zijn van goederen die verkregen zijn door een negatief levensonderhoud, door schade aan andere mensen, door uitbuiting van mensen, door diefstal, enzovoort : deze offergaven zijn de vrucht van een negatief levensonderhoud, van negatieve handelingen. De gevisualiseerde offergaven zijn dus offergaven in de zuivere zin van het woord, ontdaan van trots of hartstocht. Deze offergaven zijn niet opzichtig, het zijn pure producten van onze verbeelding.

Soms, wanneer we een offer brengen, is er een zekere verwachting, een zekere trots: 'Ik heb veel geofferd, ik ben een speciaal iemand, ik ben een gulle gever.' Allerlei soorten trots kunnen de kop opsteken. Het is vrij van dat alles, in de zin dat het een zuivere offergave is. Dit betekent dat we ons hier ook op moeten richten, wanneer we gewone offergaven doen aan de Drie Juwelen, aan de meesters, aan de Sangha, aan andere beoefenaars die onze hulp nodig hebben.

We moeten proberen iets te doen dat voortkomt uit een volledig eerlijke activiteit, dat voortkomt uit positieve activiteiten, met een zuivere intentie, vrij van trots, enz.

Stanza 20: Het offeren van de aspiratie. We stellen ons zwermen offerandes voor die we aan deze bodhisattva's brengen. Voor zover we kunnen, kunnen we ons bijvoorbeeld voorstellen dat alle offerandes die we brengen, vermenigvuldigd worden en dat ze gebracht worden, niet slechts één keer, maar voortdurend voor alle boeddha's en bodhisattva's en voor de Drie Juwelen en alle representaties van de Drie Juwelen; dat deze offerandes voortdurend begeleid worden door muziek, enzovoort.

Zoals het in de tekst staat (strofen 20 & 21): « *Verder bied ik een verzameling offergaven aan van prachtig klinkende melodieuze muziek. Mogen ze als wolken die het lijden van alle wezens verzachten, elk hun individuele plaats krijgen.*

Moge op alle juwelen van de heilige Dharma, op alle objecten voor offergaven en beelden, een onafgebroken regen neerdalen van kostbaarheden en bloemen en dergelijke. »

Hier wordt de wens uitgesproken dat door het aanbieden van muziek aan al de Boeddha's, deze muziek – dit zingen – iets uiterst aangenaams zal worden dat ook de geest van alle wezens zal verrukken en al hun fysiek en mentaal lijden zal verlichten, en hen naar de Dharma zal leiden en de realiteit van de geest zal helpen herkennen.

We denken dat deze zwermen van offerandes, deze wolken van offerandes die in de eerste plaats muziek zijn, ook een onophoudelijke regen van juwelen worden, van alle kostbare dingen. En mogen deze offerandes zachtjes uit de hemel neerkomen op alle representaties van de Drie Juwelen, in de eerste plaats de Dharma, de authentieke Dharma, de overdracht van de realisatie van de Boeddha en alle geschriften die de herinnering aan de leer bewaren. Mogen deze offers gebracht worden om het onderricht te bestendigen en toegankelijk te maken voor zoveel mogelijk mensen.

Er wordt onderwezen dat er soms een regen van bloemen uit de hemel valt. Deze regen is soms een meteorologisch verschijnsel waarbij de zon tegelijkertijd schijnt en er een soort heel zachte regen valt. In India wordt dit soms 'bloemenregen' genoemd.

Ten tweede wordt er gezegd dat deze regen van offerandes eeuwig op de stupa's neerkomt. De stupa's zijn voorstellingen van de Boeddha-geest. Het zijn ook abstracte voorstellingen van de Boeddha, en er zijn verschillende vormen van stupa's. Tot de bekendste behoren de stupa's die herinneren aan de acht grote gebeurtenissen in het leven van de Boeddha, de geboorte van de Boeddha, enzovoort.

- Bij Kapila (India) werd een lotusvormige stupa gebouwd om de geboorte van de Boeddha te herdenken.
- In Bodhgaya, nu Rajagriha, staat een stupa die de Verlichting van de Boeddha herdenkt, bekend als de Verlichtingsstupa.
- Er is in Varanasi ook een stoepa ter nagedachtenis aan het eerste onderricht van de Boeddha, die ook wel de 'stupa van vele gunstige deuren' wordt genoemd. Het herdenkt Boeddha's onderricht over de intrede in Verlichting.
- Er is een stupa die de wonderen van de Boeddha in Shravasti herdenkt, de 'Wonderenstupa', waarvan een versie hier in Yeunten Ling te vinden is.
- Er is ook de stupa genaamd 'Afdaling uit de Wereld van de Drieëndertig', die de terugkeer van de Boeddha herdenkt, nadat hij uit onze wereld was verdwenen om onderricht te gaan geven, omdat zijn moeder als een goddelijke was herboren. De stupa herinnert aan deze belangrijke gebeurtenis en stelt de terugkeer voor van de Boeddha die, omringd door talrijke goddelijke wezens, vanuit de hemel naar de aarde afdaalt. Deze gebeurtenis werd herdacht in Sankasia (in de buurt van Agra in Uttar Pradesh, India) door een stupa in een iets andere vorm.

- Een vorm van stupa bestaat nog steeds, gebouwd in de buurt van Rajgir, na de verzoening van het schisma.
- de *stupa van de volledige overwinning* waar de Boeddha zijn leven verlengde en
- de stupa van Parinirvana bij Kushinagar.

Dit zijn de acht grote soorten stupa's.

We hopen dat de offerandes zullen worden aangeboden aan alle representaties van de Drie Juwelen en dat deze offerandes de Drie Juwelen en hun activiteiten voortdurend zullen ondersteunen.

Strofe 22 : « *Net zoals Manjushri en de andere bodhisattva's de overwinnars offergaven hebben aangeboden, zo offer ook ik aan de tathagata's, de beschermers en hun zonen.* »

Deze strofe vertegenwoordigt wat we de 'onovertroffen offergave' noemen. De eerste vormen van offergaven die we zagen, waren eenvoudige offerandes, die we maken omdat het geschenken zijn. Alle offergaven die we kunnen doen zijn beperkt tot onze concepten, tot onze manier om de dingen waar te nemen. Maar er zijn offers waarvan gezegd wordt dat ze onovertroffen zijn. De ware offergave die Boeddha's en Bodhisattva's werkelijk behaagt, is de realisatie van leegte, de waarneming van het onwaarneembare. Dit is de allerhoogste offergave. Het is niet-zelf. Het is het observeren van de leegte van de geest. De hoogste offergave, die onwaarneembaar is, is het observeren van de Bodhicitta.

Dus in strofe 22 staat: « *Net zoals Manjushri en de andere bodhisattva's de overwinnars offergaven hebben aangeboden, zo offer ook ik aan de tathagata's, de beschermers en hun zonen.* » Met andere woorden, de vorige offerandes zijn wat ik als offerande weet te brengen. De Veda's, de grote bodhisattva's, zoals Mañjughosha, zijn door hun wijsheid en onderscheidingsvermogen in staat om buitengewone offergaven te brengen. Hun offergave is ontdaan van de greep op de actor, op de handeling en op het object van de handeling. Ze observeren het niet-waarneembare en hebben de ultieme Bodhicitta geactualiseerd. In die zin is hun offer oprecht en buitengewoon. Wij zijn er vandaag niet toe in staat, maar door de kracht van de geest streven we ernaar deze offergave te doen. En dus hebben we het hier over het aanbieden door de houding van aspiratie. Met andere woorden: 'Ik streef ernaar een offergave te doen zoals de grote bodhisattva's : door de Bodhicitta, door Bodhicitta te genereren'. Zoals gezegd wordt : Bodhicitta genereren is de authentieke offergave die je aan de Boeddha's en Bodhisattva's kunt doen.

Maar nog onovertreffbaarder is het contempleren of het tonen van langmoedigheid ten opzichte van het niet-zelf. In de Soetra van de '*Goddelijke Zoon Matis*' wordt in het kort gezegd: wie Bodhicitta wenst en genereert, offert bloemen, wierook, voedsel, juwelen in grote aantallen, voor de duur van kalpa's (= zeer lange tijdperken), offergaven die talrijker zijn dan de zandkorrels in de Ganges : deze offergaven zijn van mindere kwaliteit dan de offergave die gemaakt wordt door het niet-waarneembare te observeren. Met andere woorden, de persoon die observeert dat het 'ik', het individu, geen wezen in zichzelf heeft, die dit begrepen heeft, is geduldig, in de zin dat hij of zij in staat is om langmoedigheid te tonen ten opzichte van helderheid, met andere woorden hij of zij is in staat om langmoedigheid te ondersteunen. Dat is de ware offergave.

Wat de Drie Juwelen werkelijk behaagt is het ontwikkelen van liefdevolle vriendelijkheid en mededogen voor alle voelende wezens, met andere woorden, het begrijpen van de werkelijkheid. Dit zijn de echte offergaven. Kortom, deze offergaven zijn allemaal impliciet, inbegrepen in het feit van het werkelijk ontwikkelen van Bodhicitta.

Na het brengen van materiële offergaven, denkbeeldige offergaven, etc., is er nu het eerbetoon aan de Boeddha, het brengen van hulde - fysiek en mentaal - door middel van lofzangen.

Strofe 23 : « *Ik prijs de oceanen van goede kwaliteiten met een oceaan van melodieuze lofzangen. Mogen deze melodieuze lofzangen als wolken van glorie, echt in hun aanwezigheid ontstaan. »*

Dit zijn de lofzangen die we aan de Boeddha aanbieden en die we ons voorstellen als extreem onmetelijk, oneindig. Net zoals de kwaliteiten van de Boeddha's oneindig zijn, zijn de lofzangen ook oneindig.

Strofe 24 : « *Aan alle boeddha's die in de drie tijden, aan de Dharma en aan de hoogste gemeenschap, betuig ik mijn eerbied door neer te buigen met lichamen even talrijk als de atomen van de aarde. »*

Hier wenden we ons tot de Drie Juwelen en presenteren op fysiek vlak ons verschil, door de handeling van neerbuigingen. En we visualiseren deze neerbuigingen terwijl we ons verveelvoudigen. Dus ook hier kunnen we doen zoals in de *Badra shari* (het aspiratiegebed uit de *Gandavyuhasutra*, de 'Soetra van de Intrede in de Absolute Dimensie'), d.w.z. visualiseren hoe we onszelf verveelvoudigen en hoe de verveelvoudigingen van onszelf naar elk van de ontelbare Boeddha's gaan. We buigen voor elk van hen neer, ons lichaam op een onbeperkte manier verveelvoudigend.

Dus, niet alleen breng ik hulde aan alle Boeddha's, maar ik breid de hulde van mijn neerbuigingen uit naar alle representaties van lichaam, spraak en geest van de Boeddha, evenals naar de Drie Juwelen.

Stance 25 : « *Ik betuig mijn eerbied aan alle objecten voor offergaven, aan de houders van de verlichtingsgeest, aan de abten en verstrekkers van geloften en aan alle beoefenaars die naar bevrijding streven. »*

Er wordt ook hulde gebracht aan alle leden van de sangha, die gerealiseerd en begiftigd zijn met grote kwaliteiten. De opperste vorm van ascetisme is natuurlijk diegene die wijsheid koestert, of het nu volgens het voertuig van de toehoorders, het voertuig van de eenzame Boeddha's of het voertuig van de bodhisattva's is.

We zijn nu klaar met het bestuderen van het hoofdstuk over offergaven.

VRAGEN

Luisteraar :

Bodhicitta is niet alleen de ontwikkeling van grote goedheid, maar ook wijsheid ? Ik neem aan dat het betekent 'maar ook van wijsheid'. Ik veronderstel dat dit is wat je bedoelde.

Wat we soms geneigd zijn te zeggen als we iemand zien die heel goed is, die grote goedhartigheid toont ?

Trinlay Rinpoché :

Er zijn veel wezens over de hele wereld die grote goedhartigheid tonen en we concluderen soms - als boeddhisten en na over bodhicitta geleerd te hebben - dat ze bodhisattva's zijn. Dit is mogelijk, maar we mogen nooit denigreren of discrimineren, want de emanaties van Boeddha en bodhisattva's vallen onder het boeddhistische label en hebben een herkenbaar uiterlijk. Ze kunnen om het even welke persoon zijn. We kunnen hun geest niet zien, dus het is heel goed mogelijk. Het is echter belangrijk voor ons als beoefenaars om de beoefening van Bodhicitta niet te verwarren met de eenvoudige daad van het koesteren van goedhartigheid.

Goedhartigheid – liefdevolle vriendelijkheid – wordt onderwezen in vele andere religieuze en spirituele tradities. In het bijzonder wordt die vaak benadrukt in het christendom. Maar de liefde die in het christendom wordt onderwezen is liefde 'voor de naaste', wat betekent dat je liefde

voor *mensen* koestert, maar niet voor dieren. Dus, hoewel er een zeer grote goedhartigheid is, zijn er bepaalde grenzen aan deze goedhartigheid, het is bijvoorbeeld geen oneindige goedhartigheid ten opzichte van alle wezens, zonder uitzondering. Het is belangrijk om je van dit punt bewust te zijn.

Wat ook de mate van liefdevolle vriendelijkheid is die andere bewuste wezens uiten, ze moet uiteraard met respect en bewondering bekeken worden. Als aspiranten op het pad van de bodhisattva's is het echter belangrijk dat we deze liefde en dit mededogen voor alle voelende wezens zonder uitzondering koesteren. En dit is een punt dat benadrukt wordt in alle boeddhistische onderrichtingen van alle voertuigen. Met andere woorden, het is ook belangrijk om niet te denken dat liefde en mededogen voor alle wezens slechts in het Grote Voertuig worden onderwezen, en dat die bijvoorbeeld niet in het voertuig van de Shravaka's en Pratyekabuddha's worden onderwezen. Dit is helemaal verkeerd.

In het voertuig van de Shravaka's beoefenen we wat de Vier Verheven Rijken wordt genoemd : liefde, mededogen, vreugde en gelijkmoedigheid jegens alle voelende wezens zonder uitzondering.

Dit geldt ook voor de Pratyekabuddha's, die een onmetelijk mededogen aan de dag leggen. Het is dus niet exclusief voor het voertuig van de bodhisattva's, het is gemeenschappelijk voor alle voertuigen van het boeddhisme.

Maar denken dat liefde en vriendelijkheid het enige aspect van het pad is... Het is een uiterst belangrijk aspect, maar het moet gekoesterd worden.

Wat het Grote Voertuig kenmerkt is grote moed. Een voorbeeld dat de Boeddha gegeven heeft : Stel, een kind en zijn twee ouders. Dit kind valt in een greppel vol afval en begint om hulp te schreeuwen. Beide ouders rennen om het kind te redden. Maar misschien kan slechts één van de twee ouders de moed opbrengen om in de greppel te springen om het kind eruit te halen. Kunnen we zeggen dat degene die de moed had meer liefde heeft dan de ander ? Nee, er is geen verschil in hun liefde en goedhartigheid. Het enige verschil is de moed om zich daadwerkelijk in te zetten om voelende wezens te helpen. En dus, wat liefde en mededogen kenmerkt in het Grote Voertuig is dat ze geassocieerd moeten worden met moed.

Dan is er de respectievelijke wijsheid, de wijsheid zoals ontwikkeld in het voertuig van de Shravaka's en Pratyekabuddha's. Hoewel hun liefde en mededogen gevoed worden door deze wijsheid, is ze onafscheidelijk van hun begrip. Maar wat de bodhisattva betreft, hij begrijpt de leegte van zowel het individu als van alle verschijnselen. Zijn mededogen is onafscheidelijk van wijsheid en onderscheidingsvermogen. Zoals we gezien hebben, is de ultieme bodhicitta de combinatie van groot mededogen en realisatie van leegte : ze zijn onafscheidelijk.

Goedhartigheid alleen stelt ons niet in staat om vooruitgang te boeken op het pad en de Verlichting te bereiken. Ik moet duidelijk maken dat goedhartigheid alleen het niet mogelijk maakt om de Verlichting te voltooien. Met andere woorden, als je in het begin alleen goedhartigheid hebt, is dat al heel goed : het stelt je in staat om vooruit te komen, om vooruitgang te boeken, om je toestand in samsara te verbeteren en om in staat te zijn om in aanraking met de Dharma te komen, om het pad te betreden. Maar om de Weg te kunnen voltooien en de Verlichting te bereiken is het essentieel om de genegenheid die we voor de wezens hebben, te combineren met een begrip van de werkelijkheid. Inzicht in de werkelijkheid maakt het in feite mogelijk om echte genegenheid voor de wezens te hebben. De twee zijn onafscheidelijk.

Bijvoorbeeld, als we causaliteit niet begrijpen, begrijpen we de onwetendheid niet, we hebben geen glimp van de werkelijkheid, we zien ze niet. De onwetendheid niet zien bemoeilijkt ons

mededogen : we zullen gehecht blijven aan onze mening, onze perceptie, we zullen discrimineren in ons mededogen, we zullen het slachtoffer verkiezen boven de beul, we zullen geen echt universeel mededogen kunnen hebben, door ons gebrek aan onderscheidingsvermogen, ons gebrek aan wijsheid. Hoe meer we de werkelijkheid doorgronden, hoe meer we de verbijstering en verwarring van de wezens begrijpen. Dus wordt mededogen natuurlijk des te omvangrijker. Dus, deze twee kwaliteiten - het aspect van onderscheidingsvermogen, intelligentie en begrip, en het aspect van goedhartigheid - zijn onafscheidelijk.

Ik weet dat de filosoof Pascal in het Westen placht te zeggen: “Het hart heeft zijn redenen die de rede niet kent”. Maar in werkelijkheid is dat een beetje een vertekend beeld. Als je alleen vertrouwt op emoties, op gevoelens, dan is er veel vooringenomenheid. Het is ook verbonden met gehechtheid. En het is heel belangrijk dat er helderheid en begrip is.

Dus, vanaf het begin – wanneer we beginnen aan het pad van de bodhisattva's – en bodhicitta genereren, is deze gebaseerd op geloof. Maar geloof moet worden begrepen op de manier waarop we die uitgelegd hebben, d.w.z. als een helderheid, een glimp van de werkelijkheid en een vertrouwen dat hieruit voortvloeit en ons tot praktijk aanzet. Het is geen geloof in de zin van ‘het is een dogma, je moet erin geloven. Ik weet het niet, maar ik geloof erin. Ah, nu begrijp ik het. Ik begin het te weten’. Om nog meer te leren zien, om nog beter te leren zien. Als ik vertrouwen heb, wil ik het echt, heb ik de intentie – het verlangen – om het mysterie te ontrafelen. Hoe meer ik zie, des te meer zal mijn geloof groeien. Wat het hier betekent is : Mijn vertrouwen is onwankelbaar. Waarom zou ik niet vertrouwen ? Het is de werkelijkheid. Vertrouwen gebaseerd op ‘ik weet het niet, maar ik geloof’ is heel zwak vertrouwen. Het is geen echt vertrouwen, het is zelfopgelegd geloof.

VRAGEN

Luisteraar :

We hebben het over leegte en die dame zegt: ‘We zijn het eens, het is geen nihilisme, het is niet ‘er is niets’.

Er zijn entiteiten die een soort kompas hebben. Is er een soort kompas om de weg naar leegte te vinden zonder (...?)

Wat zegt de Dharma? Is er iets? Wordt het in de Dharma vermeld ?

Trinlay Rinpoché :

Daar ben ik het mee eens. Het is waar dat de term leegte misschien een beetje moeilijk is. Het is iets waar je heel nederig over moet zijn, niet te snel conclusies moet trekken en erover na moet denken om te proberen de kwestie in de diepte te bestuderen met een gekwalificeerde leraar, door teksten over het onderwerp te bestuderen. Ik zal proberen het onderwerp een beetje samen te vatten om je vraag te beantwoorden.

We kunnen je voorbeeld van het kompas enigszins metaforisch opvatten. Ja, we kunnen inderdaad zeggen dat er een soort kompas is, in de zin dat we een onderscheid kunnen maken tussen een staat van verwarring en een staat van niet-verwarring, wat de werkelijkheid is. Het is dus niet juist om te zeggen ‘alles is hetzelfde, er is helemaal niets’, het is helemaal geen nihilisme of annihilationisme – zoals het soms in vertalingen wordt genoemd. In de westerse boeddhistische literatuur gebruikt men de term leegte.

Het is een onderwerp van kennis; er is iets om te weten: wat is het ? We denken dat we het weten, we hebben percepties, bepaalde voorstellingen van de werkelijkheid, en we vertrouwen op deze voorstellingen. En deze voorstellingen hebben meestal te maken met een subject dat kent, een object dat gekend wordt, enzovoort. Zo gaan we meestal te werk. Het is prima, het stelt ons in staat om te krijgen wat we willen, om met elkaar te communiceren, enzovoort. Maar

we kunnen zien dat er een zeer sterke gehechtheid is aan het 'ik' en het 'goed'. Dus neemt begeerte toe, neemt afkeer toe, en ook allerlei problemen die onlosmakelijk verbonden zijn met deze manier van functioneren.

De term leegte op zich betekent dus gewoon 'afwezigheid van zelf'. De Sanskriet term betekent 'intrinsiek wezen'. Met andere woorden, onze gebruikelijke manier om de werkelijkheid op te vatten, de bevestiging van het intrinsieke, veronderstelt de aanwezigheid van een intrinsiek wezen, het 'ik', en een intrinsiek wezen dat 'de andere' is. Er is een dualiteit die op deze manier bevestigd wordt, en iedere gedachte reïficeert, schrijft in zekere zin een 'intrinsiek-zijn' toe, het intrinsieke van de tafel, het intrinsieke van het boek, het intrinsieke van de beker, enzovoort.

We hebben bijvoorbeeld het idee van een auto, het wezen op zichzelf van de auto. Voor ons is de auto een ding, maar als we naar de auto kijken - we denken dat we de auto zien - zeggen we 'dat is mijn auto; mijn auto is mooi; ik hou van mijn auto'. Laten we zeggen dat 'Oké, ze bestaat echt als auto'.

We stellen onszelf deze vraag, maar als we naar een geheel kijken, hebben we eigenlijk een concept geïdentificeerd. Hier is een beeld, een vorm met de naam 'auto'. We hebben een substantiële entiteit, een zelfstandig naamwoord. 'Auto' is een zelfstandig naamwoord dat een soort substantie impliceert, een wezen op zichzelf.

Bij nadere inspectie en analyse rijst dan de vraag: maakt het 'één geheel met zijn onderdelen' of is het 'iets anders dan zijn onderdelen'? De auto, onafhankelijk van zijn onderdelen, kan niet gevonden worden. We kunnen ook niet zeggen dat de auto identiek is aan zijn onderdelen. Alle onderdelen afzonderlijk zijn niet de auto. Er zijn vier deuren, vier wielen, de motor, het stuur, het chassis, de bestuurdersstoel. Je kunt al deze dingen vinden en aanwijzen, maar geen ervan is de auto. In werkelijkheid hebben we dus een geheel als eenheid aangeduid, terwijl het eigenlijk gewoon een veelvoud van dingen is. In werkelijkheid hebben we het dus over een auto, maar we hebben het over een entiteit die niet bestaat. Want als je kijkt, is het niet het wiel, niet het chassis, niet de motorkap : niets daarvan is de auto. Dus we zien dat de entiteit – het wezen-in-zich 'auto' – geen wezen-op-zichzelf is. We gaan zeggen: 'Wacht even! Oké, de auto is geen wezen op zichzelf, maar het heeft nog steeds onderdelen die bestaan'.

Daarna kunnen we dezelfde analyse doen, maar op een mereologische manier in verband met elk element. Neem het stuur, het wiel. Waar is het stuur? Waar is het wiel? In het wiel zit de naaf, er is dit, er is dat. Dat is het, het zijn allemaal onderdelen, alles is onderdeel. Je kunt het wiel ook niet vinden. De motor heeft bouten, pijpen enzovoort. Er zijn een heleboel onderdelen. Je kunt de motor ook niet vinden. Je kunt zeggen: 'Maar wacht, oké, al die onderdelen bestaan niet. Maar het metaal, het plastic en het leer zijn er wel, ze maken deel uit van de auto.' Maar laten ook daar even kijken. Al die elementen zijn er niet echt. Ze bestaan eigenlijk uit nog kleinere elementen, atomen. Hoe zit het dan met die atomen? De vraag rijst of ze deelbaar zijn, of ondeelbaar (in het Grieks betekent atoom ondeelbaar). En dus als het een entiteit is die geen onderdelen heeft, met andere woorden als het echt iets is dat niet uit elkaar kan worden gehaald, dan is het een entiteit die geen onderdelen heeft.

En dan, als er een substantiële entiteit is die geen delen heeft, hoe combineren ze dan met andere delen en vormen ze grotere elementen? Als het atoom geen omvang had, dan zouden alle atomen zich op dezelfde plaats bevinden.

Stel je bijvoorbeeld iets voor, dat geen onderdelen heeft, dat geen noordpool, geen zuidpool. Het heeft geen deel waaraan het zich kan hechten met een andere kernachtige entiteit. Het is alsof het ergens leeg is: we kunnen zelfs het atoom niet vinden.

Waar is deze werkelijkheid uit gemaakt? Als het een entiteit is, moet er iets zijn dat het als entiteit ondersteunt. De auto als entiteit bestaat niet; zijn onderdelen als zodanig bestaan niet;

zijn onderdelen bestaan ook niet; er is geen ondeelbaar onderliggend weefsel of element dat alle fenomenen grondvest als op zichzelf bestaand element.

In die zin is de auto leeg, want hij bestaat niet op zichzelf; de auto bestaat alleen in afhankelijkheid van zijn onderdelen. Deze onderdelen bestaan in afhankelijkheid van hun eigen onderdelen zonder ooit een element te kunnen vinden dat op zichzelf bestaat, zonder afhankelijk te zijn van iets anders.

Als we denken dat iets op zichzelf bestaat, denken we dat het bestaat, dat het is. We halen dingen door elkaar en we grijpen ons ook vast aan onvergankelijkheid. We verwarren de auto van gisteren met de auto van vandaag, met de auto van morgen. 'Het is mijn auto, het is nog steeds dezelfde auto'. De auto van gisteren is weg : wat voorbij is, bestaat niet meer. De auto van morgen bestaat nog niet. En zelfs de auto van nu, die nu bestaat zonder te veranderen, kan noch in de ruimte noch in de tijd gegrepen worden : de auto die op zichzelf bestaat – die substantieel is – kan nergens gevonden worden.

We hebben echter deze notie van een auto en we denken dat deze notie bestaat, dat deze verschijning van een auto vaststaat, zoals hij verschijnt en zoals ik hem opvat, dat hij echt bestaat. Dat is de misvatting.

De auto is maar een voorbeeld. Laten we het nu op onszelf toepassen.

Er zijn alleen onze psycho-fysieke elementen, onze geest. Wat ik zie als het 'ik', waar bevindt zich dat? Het is allemaal hetzelfde, het is leegte. Er is geen 'ik'-entiteit. Toch stel ik mijn hele dag in op basis van het 'ik'. Ik hoef het niet eens te bedenken, ik ben voortdurend overtuigd door deze onwetendheid en ik voel afkeer, verlangen, enz.

Dus het kompas – als je wilt – is simpelweg de werkelijkheid, die leegte is, en nu is leegte.

Sommige mensen denken: "Als er niets is, waarom manifesteren de dingen zich dan?"

We hebben veel voorbeelden van dingen die zich manifesteren maar niet bestaan. Als je naar je gezicht in de spiegel kijkt, zie je jezelf, maar je bent er niet. Luchtspiegelingen, echo's, regenbogen en – als je slaapt – dromen. Zoveel dingen die zich manifesteren maar niet bestaan. Het feit dat iets manifest is, is geen garantie dat het bestaat zoals het verschijnt. En het is niet omdat het manifest is dat we het kunnen toeschrijven aan een wezen op zich. En dat het als zodanig waar is. Het is omdat het geen wezen in zichzelf heeft.

Dit gebeurt door geconditioneerde coproductie. Dingen manifesteren zich door onderlinge afhankelijkheid, wat betekent dat er niets is dat op zichzelf staat. Je kunt geen enkel element vinden dat op zichzelf staat. Leegte betekent dus ook niet dat er niets is.

Volgens onze manier van denken, volgens ons gedrag, bepalen we onze waarneming, hoe de dingen zich manifesteren : al deze oorzakelijkheid functioneert terwijl ze leegte is. In zekere zin is het omdat het leegte is dat er geconditioneerde coproductie is. De twee zijn onafscheidelijk.

Het gaat erom te begrijpen dat wijsheid niet instinctief is. Het gaat niet om het bevestigen van een concept, het gaat om het observeren van deze realiteit en het overstijgen van je eigen cognitieve vooringenomenheden en onwetendheid. Verschijnselen zijn altijd leegte geweest, zullen altijd leegte zijn en zullen altijd geconditioneerde coproductie zijn. Maar dat zien we niet, we zien altijd 'zijn-in-zichzelf', 'permanentie', terwijl de werkelijkheid vergankelijk is en verstoken van zijn-in-zichzelf. Nu, we moeten dit dieper bestuderen. Natuurlijk moeten we dat. Het is omdat we dit niet begrijpen dat er onbehagen is.

Dit brengt ons bij het begin van strofe 26 van hoofdstuk twee van Shantideva's Bodhicaryavatara. Dit is het gedeelte over toevlucht nemen. Je weet nog dat het deel dat we nu aan 't bestuderen zijn, betrekking heeft op de zeven voorbereidende praktijken of praktijken in zeven delen, en we hebben het eerste deel gezien, dat zowel de offergaven als het eerbetoon omvat. En nu komen we bij het deel over Toevlucht.

Strofe 26 : « *Tot alle boeddha's neem ik toevlucht totdat ik de essentie van de verlichting bereik. Evenzo neem ik toevlucht tot de Dharma en tot de gemeenschap van bodhisattva's.* »

Over het onderwerp Toevlucht zijn de strofen vrij duidelijk, maar als we iets dieper ingaan op het algemene thema van Toevlucht, kunnen we over het algemeen twee vormen van Toevlucht onderscheiden: de gewone Toevlucht en de uitzonderlijke, buitengewone Toevlucht.

Hier volg ik het commentaar dat verschillende parameters onderscheidt, die verband houden met Toevlucht. Allereerst hebben we het over toevlucht nemen tot de Drie Juwelen, in termen van gewoon Toevlucht nemen. De gewone Toevlucht is vertrouwen in de oorzakelijkheid van onze handelingen : we hebben vertrouwen in karma, we geloven dat ons gedrag onze toekomst en onze toekomstige wedergeboorte bepaalt. We begrijpen dus dat deze oorzakelijkheid bestaat en we hebben vertrouwen in de leer van de Boeddha over het aannemen van goed gedrag om onze toekomst te conditioneren. En in het bijzonder, we voelen bewondering voor de Drie Juwelen en de wens om de kwaliteiten van de Drie Juwelen voor onszelf te verwerven. Het zijn in essentie deze drie punten - of een van deze drie punten - die ons ertoe brengen Toevlucht te nemen. Met ook het feit dat een van deze drie punten, of de drie punten samen, plus nog een ander punt dat ik vergat te noemen – het feit dat we een goede vriend hebben ontmoet, een deugdzame vriend (d.w.z. een leraar, een Dharmabeoefenaar, die in staat is je Toevlucht te geven) – ons ertoe brengt Toevlucht te nemen).

Het object van Toevlucht is datgene waarin we Toevlucht nemen. Het algemene idee achter de term Toevlucht is dus 'iets dat ons beschermt'. In het Tibetaans betekent *drowa* 'gaan', *kyab sou drowa* (tib) betekent 'gaan naar dat wat in staat is ons te beschermen', bescherming zoeken of Toevlucht nemen. Het object is dus datgene wat we als bescherming of als toevluchtsobject beschouwen, wat in staat is om ons te beschermen. Het zijn de twee lichamen van de Boeddha – het lichaam van realisatie en het lichaam van manifestatie van de historische Boeddha – die het object van Toevlucht zijn. Voorbij onbehagen, (zijn) de Dharma en de Sangha, alle gerealiseerde leden van de Sangha en hun verschillende realisaties, de Arhats en ook de verschillende niveaus van realisatie die voorafgaan aan de realisatie van de staat van Arhat. In feite zijn dit de leden van de Sangha.

De reden waarom we deze Toevlucht nemen is om onszelf te bevrijden van een geconditioneerd bestaan. We zijn dus bang voor het onbehagen. We zien de teleurstellende eigenschappen – met andere woorden – het ongemak dat inherent is aan het geconditioneerde bestaan. En daar willen we aan ontsnappen. En daarom nemen we Toevlucht.

Met 'essentie' bedoelen we 'de intentie', de reden om Toevlucht te nemen.

En we beschouwen de Boeddha als de leraar, de meester, de gids; de Dharma als het pad; en de Sangha als de vrienden. Dus nemen we toevlucht tot deze drie, op deze manier.

Het commentaar geeft aan dat er verschillende manieren zijn waarop mensen Toevlucht nemen, of in hun motivatie. Sommige mensen nemen Toevlucht uit angst om herboren te worden in ongelukkige lotgevallen : deze vorm van Toevlucht is het streven naar geluk voor jezelf door pijn en lijden te vermijden. Dan is er een tweede vorm – of tweede houding – die ontwikkeld wordt uit angst voor het geconditioneerde bestaan : men is aan geen enkele toestand gehecht, men heeft een echte onverschilligheid voor het geconditioneerde bestaan en men wil volledig ontsnappen aan het geconditioneerde bestaan, en daarom neemt men Toevlucht : dit is de Toevlucht die verzaking of het werkelijk betreden van het pad inhoudt.

De ware gewone Toevlucht is deze laatste vorm.

Dan is er nog de duur van de verbintenis. Wanneer je de gewone Toevlucht neemt: “Ik neem Toevlucht vanaf dit moment en voor zolang ik leef”: de verbintenis houdt een belofte in voor je hele leven. Samengevat betekent Toevlucht dus dat we beschermd willen worden tegen de angst van samsara en dat we het onovertroffelijke willen bereiken. Daarom gebruiken we de term Toevlucht.

Het is belangrijk om te onderscheiden dat de ultieme Toevlucht tot de Verlichting loopt, voorbij het onbehagen. Om hier nirvana te bereiken, binnen het kader van de gewone Toevlucht vertrouwen we op de gids die de Boeddha is, die in zekere zin de referent-getuige is van de mogelijkheid van een gene zijde van onbehagen en we willen de realisatie ervan, en om dit te doen, vertrouwen we op het pad dat gebaseerd is op de waarheid.

De Dharma is eenvoudigweg de werkelijkheid : het verklaart de realiteit van de verschijnselen. Dus moeten we de werkelijkheid begrijpen. De Sangha zijn de andere beoefenaars, die verder gevorderd zijn dan wijzelf, die de Dharma hebben – het begrip ervan –, die een mate van realisatie hebben bereikt en zeker zijn de Verlichting te bereiken. Dus bij hen nemen we onze toevlucht.

Ken je het ritueel van Toevlucht nemen? Je voert drie neerbuigingen uit en daarna – met je handen gevouwen en je rechterknie op de grond – herhaal je de formule voor het nemen van Toevlucht : “Meester, wees getuige : vanaf dit moment en voor zolang ik leef neem ik (je zegt je naam) Toevlucht tot de meest verhevene der mensen – de Boeddha – in dat wat vrij is van alle beproevingen zoals begeerte, (ik neem Toevlucht tot) de Dharma en de opperste Sangha-assembly”. Na drie herhalingen verkrijgt je Toevlucht.

Het nemen van Toevlucht houdt bepaalde voorschriften in. Deze voorschriften zijn als volgt:

- zich toewijden aan het luisteren naar en het leren van de Dharma,
- zich toeleggen op het ontwikkelen van deugd,
- meester zijn over zijn zintuigen,
- zich toeleggen op ethische discipline, in overeenstemming met zijn vermogens,
- mededogen ontwikkelen ten opzichte van alle andere wezens,
- en af en toe, naar vermogen, de Drie Juwelen ondersteunen door middel van offergaven en steun.

De Indiase meester Atisha legt de leefregels iets gedetailleerder uit:

Ten eerste, door toevlucht te nemen tot de Boeddha : dit houdt in dat we vanaf nu niet langer toevlucht mogen nemen tot een god, een externe godheid, die zelf een wezen in samsara is, die niet vrij is van een geconditioneerd bestaan.

Nu we onze toevlucht hebben genomen tot de Dharma, moeten we vermijden andere voelende wezens te schaden en nu we onze toevlucht hebben genomen tot de Sangha, mogen we geen niet-boeddhist als spirituele meester nemen.

En omdat we onze toevlucht hebben genomen tot de Boeddha, de Dharma en de Sangha, houdt dit in dat we respect ontwikkelen voor de Boeddha en de Dharma en de Sangha en voor alles wat hen vertegenwoordigt : “zelfs al is het maar een stuk van een gebroken Boeddhabeeld of een gescheurde bladzijde tekst of een scheur in een gewaad“, zegt Atisha, ”zelfs voor deze dingen moeten we respect tonen, voor alles wat de Drie Juwelen vertegenwoordigt.”

Atisha zegt dat, als je eenmaal je Toevlucht hebt genomen – Toevlucht is zo moeilijk te verkrijgen, zo zeldzaam – je het niet mag opgeven, zelfs niet met gevaar voor eigen leven, en welke moeilijkheden of ziekten je ook tegenkomt in je leven : je moet altijd vertrouwen op de Drie Juwelen. Wanneer je iets verkrijgt, wijd dan altijd het eerste deel, symbolisch, aan de Drie Juwelen en ondersteun af en toe en volgens je mogelijkheden de Dharma met je tijd en

offergaven. Vergeet nooit de Toevlucht : of het nu 's morgens of 's avonds is, denk aan de Toevlucht. Zich dat herinneren betekent ook die geloften hernieuwen.

Atisha gaat verder met het uitleggen van de weldaden : in het algemeen zijn de weldaden :

- we verkrijgen – door de Toevlucht – een echte bescherming,
- negatieve aspiraties worden uit onze geest verdreven,
- we worden een wezen van respectabele kwaliteit en iemand die authentiek is;
- we staan voortdurend onder de bescherming van alle Dharmabeschermers.

Dit zijn de vier algemene kwaliteiten.

Maar er wordt ook gezegd dat we door Toevlucht grote verdienste, Vreugde, Samadhi en de volmaaktheid van Verlichting verkrijgen. Dus, in het kort : zonder Toevlucht is er geen Verlichting. Toevlucht is de toegang tot Verlichting.

Meester Atisha somt acht voordelen op. Ten eerste zegt hij dat we boeddhisten worden, of in zijn woorden, interioristen, wat betekent dat we ons naar binnen keren om de innerlijke kwaliteiten van onze geest na te streven. Het is niet het uiterlijke nastreven, maar het nastreven van de kwaliteiten en wijsheid in onszelf. De Toevlucht is de basis, de steun van alle geloften, want er is geen pratimoksha, geen bodhisattva-gelofte of verbintenis aan het Vajrayana die niet eerst gebaseerd is op de Toevlucht. De Toevlucht beschermt ons tegen de vijandigheid van anderen : dankzij de Toevlucht kan de vijandigheid van anderen ons niet bereiken. Dankzij de Toevlucht doven onze negatieve karma's, onze negatieve neigingen uit; dankzij de Toevlucht nemen onze kwaliteiten en onze verdiensten toe. Vanuit de Toevlucht worden we niet herboren in ongelukkige lotgevallen, als dierlijke, helse of hebzuchtige geesten. Tegelijkertijd krijgen we toegang tot het ware, authentieke pad naar Verlichting. Uiteindelijk verkrijgt men de onovertroffen Verlichting. Atisha heeft het in deze acht punten samengevat.

Wat zijn de gevolgen van het verliezen van de Toevlucht ? Wel, je verliest al deze voordelen. Je bent zonder bescherming en verkeert dus in angst; zonder die zegen blijft je activiteit zonder kracht. Zonder deze steun brokkelen alle andere geloften – die gebaseerd zijn op de Toevlucht – af als een berg. Aangezien we die steun niet meer hebben – de Toevlucht is de steun – als we de steun niet meer hebben, net zoals een berg die zijn steun verliest in elkaar stort, zo verliezen we alle andere praktijkgeloften die op de Toevlucht gebaseerd zijn, allemaal tegelijk.

Het tweede type toevlucht is de Toevlucht die we buitengewoon, uitzonderlijk hebben genoemd : dit is in feite de Toevlucht volgens het Grote Voertuig. Wat dit onderscheidt van de gewone Toevlucht is dat mededogen hier boven alles de bijzondere reden is om Toevlucht te nemen. Onze gerichtheid in het Grote Voertuig komt tot wasdom en als gevolg daarvan wordt onze Toevlucht vooral door mededogen gedreven.

Het object van Toevlucht is hier enigszins anders. We zoeken onze toevlucht vooral in de Dharmakaya, het lichaam van realisatie, in de Dharma van het Grote Voertuig als pad, en in de Sangha van de gerealiseerde Bodhisattva's.

En zo nemen we, in het grote Voertuig, uiteindelijk alleen Toevlucht tot de Dharmakaya. De unieke Toevlucht die alle andere Toevluchten in het grote Voertuig omvat, is het lichaam van werkelijkheid - de Dharmakaya - met andere woorden de realisatie van de werkelijkheid.

Dus hier is Toevlucht het streven om de Dharmakaya te realiseren, wat in feite het doel is, het doel dat we willen bereiken. En het is met dit doel voor ogen dat we – gedreven door mededogen voor alle wezens – toevlucht zoeken.

Er staan veel details in het commentaar. We kunnen het hier samenvatten: we nemen toevlucht tot de Dharmakaya, de Sambhogakaya en de Nirvanakaya – de drie lichamen van Verlichting. Het ultieme Verlichtingslichaam is uiteraard de Dharmakaya, maar we willen ook de twee

manifestatielichamen – de Sambhogakaya en de Nirmanakaya – ontwikkelen ten voordele van alle voelende wezens.

We nemen toevlucht tot de Boeddha door bij onszelf te denken: ‘Ik wens een Boeddha te worden, begiftigd met alle eigenschappen van de Boeddha’. Ik neem mijn toevlucht tot de Dharma door te denken: ‘Als ik eenmaal de Verlichting heb bereikt, moge ik dan de Dharma naar alle voelende wezens brengen en de Dharma met iedereen delen’. Zo neem je Toevlucht tot de Dharma en ‘Mogen de kwaliteiten van de Sangha verworven worden en als ik eenmaal de Verlichting heb bereikt, wil ik de Dharma delen’.

Zoals je ziet, het wordt altijd gedreven door altruïsme : ‘Ik wil de Verlichting zodat ik anderen kan helpen; ik wil de Dharma zodat ik die kan onderrichten; ik neem toevlucht tot de Sangha zodat ik ook de andere wezens naar de realisatie van de Sangha kan leiden.’ In feite kom je bij dit type toevlucht heel dicht bij Bodhicitta, omdat het in wezen gedreven wordt door de motivatie van een bodhisattva. Dus wil je alle wezens toegang geven tot de Verlichting, terwijl je de onderlinge onlosmakelijkheid tussen samsara en nirvana begrijpt.

Er is ook een zekere mate van toewijding, wat betekent dat er nooit een moment van ontmoediging is : ‘Ik wens de Verlichting van alle wezens te verwezenlijken en ik wens voorbij zowel samsara als nirvana te geraken en alle onovertrefbare verdiensten te bereiken’.

Om het kort samen te vatten - want anders komen we in het commentaar, dat veel details bevat waarvoor ik hier geen tijd heb om ze uit te leggen : ‘gedreven door liefde en mededogen, bewust van de mogelijkheid van volledige en volmaakte Verlichting en verlangend naar volledige en volmaakte Verlichting om het welzijn van wezens te verwezenlijken”: het is alleen voor dit doel dat we Toevlucht nemen.

Misschien kunnen we het zo samenvatten: de essentie is dat we volledige en volmaakte Verlichting willen, voorbij samsara en nirvana. Het is dus de specifieke Verlichting die niet alleen voorbij onbehagen voor mezelf is, maar die me in staat stelt om voortdurend het welzijn van alle voelende wezens te ontwikkelen. Deze Verlichting - die mijn doel is - en wat mij ertoe brengt om deze Verlichting na te streven, is mededogen ten opzichte van alle voelende wezens, zonder uitzondering. En de vrucht die ik wens te verkrijgen is duidelijk de alwetendheid van de Boeddha en ik wens de activiteit van de Boeddha te verwezenlijken; met andere woorden, ik wens het welzijn van alle wezens te verwezenlijken en – wat de moeilijkheden daarvan ook mogen zijn – er is geen gevoel van moeilijkheid, droefheid of ontmoediging met betrekking daartoe en ik wens alle kwaliteiten van het Grote Voertuig te verwerven.

En op het vlak van deze Toevlucht van het Grote Voertuig maken ze ook een onderscheid tussen de Toevlucht die verkregen wordt, niet door de rite van Toevlucht – d.w.z. de woorden, de tekens van de formulering van het nemen van Toevlucht etc., en waar men deze Toevlucht formuleert – maar de Toevlucht die door de werkelijkheid verkregen wordt. Door de werkelijkheid, dat betekent dat onze disposities van het Grote Voertuig tot volle wasdom komen door de zegen van de Boeddha. Of, (het betekent dat) de Toevlucht van het Grote Voertuig manifest wordt doordat we beoefend hebben, doordat we de kwaliteiten ontwikkeld hebben.

Met betrekking tot de buitengewone Toevlucht van het Grote Voertuig, deze twee vormen van Toevlucht zijn respectievelijk een zogenaamde conventionele Toevlucht en een ultieme of absolute Toevlucht. De conventionele Toevlucht berust duidelijk op tekens en taal, en is in die zin een schijn van Toevlucht. Hoe wordt de Ultieme Toevlucht dan bereikt ? Het wordt gerealiseerd wanneer we het zo-zijn van alle verschijnselen zien, wanneer het zo-zijn van alle verschijnselen wordt waargenomen, voorbij alle projectie en ontkenning.

Er is een citaat uit een soetra dat in het commentaar wordt gepresenteerd :

« Zoon van de edele afstamming, wanneer de bodhisattva ziet dat de fenomenen geen zelf hebben, dat er geen voelende wezens zijn, dat er geen vitaliteit of leven is, dat er geen individuen zijn, dat er geen materie is, dat er geen eigenschappen zijn, dat er geen fenomenen zijn, dan zie je de Tathagata op een authentieke manier, dan zie je 'de gegane in het zo-zijn', op een authentieke manier. Deze geest, vrij van alle onrust, dat is Toevlucht nemen tot de Boeddha. »

De werkelijkheid van de Tathagata - van Boedddhaschap - deze werkelijkheid is niets anders dan de Dharmadatu, de absolute dimensie. Deze absolute dimensie is aanwezig in alles, deze absolute dimensie is aanwezig in absoluut alles; deze geest die vrij is van alle onrust en verwarring, dat is toevlucht nemen tot de Dharma.

Dus de ultieme werkelijkheid is ongeconditioneerd, vrij van alle voorwaarden. De Shravaka-beoefenaar wordt deze ongeconditioneerde werkelijkheid getoond. Maar voor degenen die merken dat de werkelijkheid noch geconditioneerd noch ongeconditioneerd is, voor degenen die dus vrij zijn van alle verwarring, is dat toevlucht nemen tot de Sangha.

In het kort: het waarnemen van het onwaarneembare, de leegte van alle verschijnselen, dat is toevlucht nemen tot de Boeddha. Geloven dat deze werkelijkheid - die ook wel de absolute dimensie wordt genoemd - overal aanwezig is, dat alles gekenmerkt wordt door leegte, dat is toevlucht nemen tot de Dharma. Deze ongeconditioneerde werkelijkheid is ook vrij van ongeconditioneerd-zijn. Ze is noch gevestigd als ongeconditioneerde substantie, noch is ze geconditioneerd of ongeconditioneerd voorbij haar grenzen. Dit zien is begrijpen. Dit is dus een andere uitdieping of een ander aspect van het begrijpen van leegte, dat is namelijk toevlucht nemen tot de Sangha.

In verband met de duur van Toevlucht : niet alleen voor dit leven, maar we nemen Toevlucht in deze traditie van het Grote Voertuig totdat we de volmaakte Verlichting bereiken of - met andere woorden – totdat alle voelende wezens zonder uitzondering de volmaakte Verlichting bereikt hebben. Het is een eeuwigdurende Toevlucht. Want zolang er in zekere zin leegte is, bestaat de mogelijkheid om die niet te herkennen. Dus is de mogelijkheid van samsara ook eeuwig.

Dan is er het ritueel van het nemen van Toevlucht, dat min of meer hetzelfde is. In elk geval is het niet nodig om in detail te treden, want wanneer je de bodhisattva-geloften aflegt – het ritueel van de bodhisattva-geloften – worden ze altijd voorafgegaan door het nemen van Toevlucht, volgens het Grote Voertuig.

Met betrekking tot de leefregels : het zijn dezelfde leefregels, die we eerder zagen. Maar hier zijn er enkele bijkomende voorschriften, d.w.z. welke verdiensten we ook verworven hebben, we wijden ze aan de Verlichting, voor het welzijn van de wezens. Het tweede belangrijke punt is dat we afstand doen van het streven naar gelukzaligheid, de vrede van het bereiken van nirvana. Met andere woorden, we zijn daar niet aan gehecht, het is niet ons doel. Ons doel is in essentie om de voelende wezens te helpen : dat is wat onze toevlucht en onze praktijk motiveert. We zouden kunnen zeggen dat het voorschrift van Toevlucht volgens het Grote Voertuig is om afstand te doen van nirvana.

Dan, wat de voordelen betreft : in het Grote Voertuig overtreffen onze motivatie en onze houding die van de Shravaka's en Pratiekabouddha's; we verkrijgen de buitengewone wijsheid en uiteindelijk de onovertroffen Verlichting. Dus de in het Grote Voertuig nagestreefde Verlichting is *samyaksambuddha*, de volledige en volmaakte Verlichting. Soms wordt het ook niet gelokaliseerd nirvana genoemd, '*mi né pé nya ngen le depa*'. Met andere woorden, het is

geen gefixeerd nirvana, waar men gefixeerd blijft in de staat van nirvana, zonder enige activiteit of effect te hebben, een soort voorbij onbehagen voor zichzelf.

Dit is echter niet het 'niet gelokaliseerde nirvana', dat niet gefixeerd is, dat dynamisch is : het is nirvana dat niet sterft in nirvana, omdat het voortdurend samsara beïnvloedt, maar dat niet in samsara gelokaliseerd is, het is niet de geconditioneerde staat van samsara, noch voorbij de geconditioneerde staat van nirvana : het omvat beide.

Dynamisch nirvana: even met betrekking tot de vertaling. Er staat: '*mi né pé nya ngen le de pa*'. *Nya ngen le depa pa* betekent nirvana; *mi né pa* betekent 'dat niet statisch is', niet gefixeerd en niet beperkt tot nirvana. Dit is nirvana dat niet het nirvana van de shravaka en de pratyekabuddha is, maar dat voorbij onbehagen is en dat in zekere zin geen gevolgen heeft voor de wezens in samsara; ze ontsnappen aan samsara en verdwijnen uit samsara zonder als het ware een spoor achter te laten op samsara. Dit is dus in strijd met de gelofte van de bodhisattva : hij bereikt zijn eigen welzijn. Hij bereikt niet het welzijn van de wezens. Maar tegelijkertijd, als hij niet de kwaliteiten van Verlichting en de kennis van de werkelijkheid verwerft, kan hij de wezens niet effectief helpen als hij een gewoon wezen van samsara blijft. Dus het doel van de bodhisattva is niet om een verward iemand te blijven : hij moet zichzelf bevrijden van deze verwarring en door zichzelf te bevrijden van deze verwarring, vanwege de kracht van zijn mededogen voor de wezens in samsara, ontwikkelt hij een vermogen om de wezens voortdurend te helpen.

Het is een manier van spreken. Daarom kunnen we zien dat hij alle kwaliteiten van de Verlichting heeft. Dat wil zeggen, hij heeft de volledige realisatie, het inzicht dat de shravaka en de pratyekabuddha hebben. Maar zelfs dit inzicht is superieur en reikt nog verder. Maar wat vooral bijzonder is, is dat de bodhisattva, door de nadruk die hij legt op liefde, mededogen en het opstapelen van verdiensten en het werken voor het welzijn van wezens, de kracht en het vermogen heeft om eeuwig de wezens te helpen.

Dus in feite – om het concreet uit te drukken – realiseert de beoefenaar van het shravaka-voertuig, door niet-zelf te zijn, dat zijn geest leegte is en vanuit deze realisatie van de leegte van het individu, verdwijnt dat wat gebaseerd is op het ego volledig. En dus zijn er geen kwellingen meer zoals begeerte, haat, afkeer en geen creatie van karma. En dus zijn de karmische sporen van zijn vorige levens uitgedoofd. En omdat ze uitgedoofd zijn – geen karma meer voortgebracht hebben – heeft hij niet langer een geconditioneerde geboorte in samsara en verwerft hij de ongeconditioneerde staat. Dit is nirvana.

De staat van arhat, *dra chom pa* (Tib.), is die van degene die zijn vijanden heeft overwonnen, d.w.z. 'degene die alle verwarring enz. heeft overwonnen en gene zijde van onbehagen heeft bereikt'.

Dan is er de pratyekabuddha, de eenzame Boeddha. Dit is een individu dat in het verleden met de dharma in aanraking kan zijn gekomen, en dat door zijn of haar dispositie een zeker begrip van de werkelijkheid heeft. Maar hij bereikte dit op een plaats waar de leer van de Boeddha niet aanwezig was, daarom wordt hij een 'eenzame Boeddha' genoemd. Dus wanneer hij geboren wordt, zal hij de dood observeren en zien dat de dood voortkomt uit ouderdom en geboorte enzovoort, en dat het geconditioneerd is door het worden, door de handelingen, dat de handelingen zelf het worden zijn.

Door de twaalf schakels van geconditioneerde coproductie in omgekeerde volgorde af te gaan, ziet hij dat de karmische formaties het gevolg zijn van onwetendheid en dat onwetendheid het gevolg is van leegte. En zo begrijpt hij de leegte van de geest en gedeeltelijk de leegte van de verschijnselen. Hij heeft een gedeeltelijk begrip van de leegte van de verschijnselen en hij zal de staat van arhat bereiken. Hij kan een paar discipelen hebben, maar hij vestigt niet echt de

activiteit van een Boeddha: hij onderricht voornamelijk door het voorbeeld te geven, denk ik, maar hij vestigt niet een leer, een doctrine met een discipel, enz. zoals de historische Boeddha. De Bodhisattva begrijpt zowel de leegte van het individu als de leegte van de verschijnselen. En bovenal steunt hij op liefde en mededogen voor alle wezens en bereikt hij de volledige en volmaakte Verlichting. Met andere woorden, wat hem betreft, hij heeft dezelfde vrijheid, hetzelfde inzicht, dezelfde realisatie - zelfs ruimer, uitgestrekter - als de shravaka en de pratyekabuddha. En voor de anderen verwezenlijkt hij de lichamen van manifestatie, de Nirmanakaya, die het lichaam is van zichtbare historische manifestatie of die toegankelijk kan zijn voor niet-gerealiseerde wezens, en het lichaam van manifestatie van de Sambhogakaya, die eeuwig ijvert voor het welzijn van de wezens. Hij zal de leer vestigen, het wiel van de Dharma in beweging zetten, net als de historische Boeddha. Dit is mogelijk vanwege het pad van de Bodhisattva's.

Dus volgens het Grote Voertuig zullen de shravaka en pratyekaboeddha ook geleidelijk de volmaakte Verlichting bereiken, het inzicht van de volmaakte Boeddha. Maar ze streefden dit niet vanaf het begin na, ze streefden vanaf het begin ernaar om aan het geconditioneerde bestaan te ontsnappen en daarom hebben ze niet de kracht om de wezens veel te helpen. Welnu, de bodhisattva heeft, door vanaf het begin volledige en volmaakte Verlichting na te streven, het vermogen om deze activiteit te ontwikkelen: hij ontwikkelt deze activiteit voor het welzijn van de wezens.

Het laatste punt : als je je Toevlucht verliest. Met andere woorden, als je van plan bent andere voelende wezens te helpen en je verliest je Toevlucht, dan val je in het voertuig van de shravaka's. Als je je Toevlucht verliest, val je terug in samsara. Dus wat kunnen we doen om onze Toevlucht te herstellen? Je kunt opnieuw Toevlucht nemen. Over het algemeen is daar geen limiet aan. Voor de bodhisattva is het vooral : zodra een houding in tegenstelling met Toevlucht zich manifesteert, is het belangrijk om dit onmiddellijk te verhelpen en Toevlucht te herstellen, te hernieuwen.

Het is dus duidelijk dat we het hier in de tekst van Shantideva hebben over Toevlucht nemen volgens het Grote Voertuig. Impliciet betekent dit dus dat we, als het ware, al gewone Toevlucht hebben genomen, voordat we de bodhisattva-geloofte afleggen. Dus je hebt al Toevlucht genomen en je wil dieper gaan en het Grote Voertuig betreden. En op het moment van het afleggen van de bodhisattva-geloften, is Toevlucht nemen volgens het Grote Voertuig opgenomen in het ritueel. Over het algemeen zal de meester instructies geven en uitleggen wat de bodhisattva-geloofte inhoudt. Er zijn twee overdrachtslijnen van bodhisattva-geloften: je hebt de overdrachtslijn die van Meester Nagarjuna afstamt, en dit is de lijn die gevolgd werd door Shantideva. Dan is er nog een andere overdrachtslijn, die van Asanga afstamt en van de bodhisattva Maitreya en Asanga.

Nagarjuna's overdrachtslijn is die van de bodhisattva Manjushri. Natuurlijk komt alles van de Boeddha – natuurlijk! – maar dan via Manjushri of Maitreya, twee grote overdrachtslijnen : Manjushri's overdrachtslijn is de Madhyamaka overdrachtslijn – de Madhyamaka traditie – een van de grote scholen van het Grote Voertuig, en Maitreya's overdrachtslijn is de Yogacara of Cittamatra overdrachtslijn. Deze twee overdrachtslijnen worden respectievelijk ook wel genoemd : voor Manjushri, de overdrachtslijn van diepgaand inzicht; en voor Maitreya, de overdrachtslijn van onmetelijk gedrag.

Het is vooral Nagarjuna's overdrachtslijn die overgedragen wordt, omdat deze minder dwingend is wat betreft de vereisten voor het ontvangen van de geloften. In de Maitreya traditie

is de overdracht uitgebreider en explicieter. Beide tradities koesteren dezelfde Bodhicitta. Maar het zijn twee tradities met licht verschillende instructies.

Toevlucht, in het Grote Voertuig, begint met de offergaven en dan nemen we Toevlucht; wanneer we de bodhisattva-geloften afleggen in het bodhisattva-gelofteritueel, gaat het nemen van Toevlucht vooraf en begint met het verzoek om te onderrichten, daarna komt de Toevlucht, vooraleer over te gaan naar de 7-delige oefeningen.

Ik stel voor dat we nu wat tijd nemen voor discussie en vragen als je er hebt.

VRAGEN

Trinlay Rinpoché :

Over het algemeen vereisen de bodhisattva-geloften geen bepaald fysiek gedrag. Ze zijn niet zoals de pratimoksha-geloften, bijvoorbeeld, de geloften van individuele Bevrijding, die je als leek of monnik kunt afleggen. Als je bijvoorbeeld een van de vijf leefregels neemt, ben je een leek. En als je naast de 5 leefregels de gelofte van kuisheid neemt en alle andere geloften tot aan de 253 geloften, dan ben je een gewijde monnik. Er zijn dus verschillende vormen van pratimoksha-geloften, afhankelijk van het feit of je een man, een vrouw, een beginnening of ervaren bent, om geloften van volledig inwijding af te leggen. Dus, als je aan al deze voorwaarden voldoet, neem je de geloften van volledige inwijding. Al die voorgeschreven regels zijn regels in de pratimoksha, in wezen over fysiek en verbaal gedrag.

En natuurlijk, het mentale gedrag, zonder te specificeren, maar het feit van het zich al dan niet te houden aan de geloften, van ze al dan niet te breken in het fysieke of verbale gedrag. Als je bijvoorbeeld een moord pleegt, als je je gelofte van kuisheid verbreekt, als je steelt, dan verlies je je monnikschap.

De bodhisattva-gelofte is anders. De regels zijn niet expliciet. De bodhisattva-gelofte is niet afhankelijk van deze gedragingen. Maar dat betekent niet dat een eventuele toestemming om al deze negatieve handelingen te verrichten geen invloed heeft. Dit wordt uitgelegd.

In feite zijn alle pratimoksha-regels regels die gericht zijn op het vermijden van gedrag dat schadelijk is voor anderen en voor zichzelf : ze worden slechts in termen van uiterlijk gedrag voorgesteld. In zekere zin is dit allemaal impliciet in de bodhisattva-geloften : als je de bodhisattva-geloften aflegt, is het alsof je ook de geloften van een volledig gewijde monnik, en meer, aflegt.

Maar de gelofte is niet expliciet in termen van een belofte, wat betekent dat de gelofte in wezen een gelofte is van mentaal gedrag, van het gedrag van onze geest. Binnen het kader van de pratimoksha-gelofte is het dus mogelijk om tot op zekere hoogte egoïstisch te zijn om je eigen verlossing na te streven. Maar in het geval van de bodhisattva-gelofte geldt dat niet : het is een gelofte van zuiver altruïstische intentie, waarbij je uitsluitend werkt voor het welzijn van de wezens, de andere voelende wezens, bewogen door liefde en mededogen. En dit is echt de intentie. Natuurlijk wordt ons gedrag dat van een perfect gewijde monnik, omdat we nooit schade zullen berokkenen, nooit zullen doden, nooit enige negatieve activiteit zullen begaan, omdat we bewogen worden door liefde en mededogen. We zullen nooit een daad begaan die schadelijk is voor anderen.

Het belangrijkste punt is dat je een leek bent, dat is een levensomstandigheid. Als je monnik bent, leef je ook in een gemeenschap. Het is een bepaald soort levensomstandigheid, zoals leven in de samenleving, in relatie tot een omstandigheid. Maar in wezen gaat de essentie van de praktijk nog verder, de manier waarop we die benaderen is anders : in plaats van ons te richten op fysiek gedrag, moeten we ons voortdurend richten op mentaal gedrag. En dus hoeft

ons gedrag niet vanaf het begin perfect te zijn. Ons uiterlijke gedrag is in het begin niet perfect en zelfs ons mentale gedrag is in het begin niet perfect. We kunnen zelfs niet beloven dat we nooit haat zullen hebben: wanneer ongunstige omstandigheden zich voordoen, zal haat zich manifesteren. Wanneer aangename omstandigheden zich voordoen, zal gehechtheid ontstaan vanwege onze neiging. Dat kun je niet veranderen, vooral niet in het begin, ik bedoel het is iets dat geleidelijk zal veranderen.

Wat stelt ons in staat te veranderen? Het is onze genegenheid, ons mededogen voor alle andere voelende wezens, onze motivatie om Verlichting te bereiken. We moeten voortdurend proberen om die te ontwikkelen, te versterken, om onze liefdevolle vriendelijkheid te vergroten, ons mededogen voor de andere wezens, ons verlangen om Verlichting te bereiken voor het welzijn van de wezens, onze vastberadenheid om te werken voor het welzijn van de wezens en dan, uiteraard, wordt onze liefde nog belangrijker dan de egoïstische reactie die ons deze impuls tot geweld geeft. Dus we gaan geweld niet beantwoorden met geweld.

Als beginner is dit wat ons in staat stelt om de geloften te houden, om de Bodhicitta te houden, om deze intentie van liefde en mededogen te houden, om die elke dag te koesteren, zonder ophouden. En zolang dit aanwezig is, zelfs als er soms haat opkomt en we Bodhicitta even vergeten, moeten we dit onmiddellijk beseffen en proberen onze manier van denken te verbeteren en liefde en mededogen voor deze wezens te herontdekken. Je merkt : 'Ik ga hier het verkeerde pad op, etc.' Het is dit werk – het onderhouden van geloften, het te allen tijde, elke dag herstellen van de geloften – dat ons in staat stelt om vooruitgang te boeken op het pad. In die zin is de bodhisattva-gelofte op de een of andere manier moeilijker dan de pratimoksha-geloften. Meester Atisha zei dat hij met betrekking tot zijn pratimoksha-geloften als volledig gewijde monnik zeer zelden een fout beging. Met betrekking tot de bodhisattva-gelofte, had hij op mentaal vlak vaak een houding die niet in overeenstemming was met de Bodhicitta, maar hij zei dat hij daar nooit bij bleef. Waar hij ook heen ging, hij droeg een klein bordje bij zich en zodra hij zich realiseerde dat hij een houding had die in strijd was met de Bodhicitta, zuiverde hij die houding door een denkbeeldige offergave te brengen aan alle Boeddha's. Dan nam hij de bodhisattva-gelofte. Daarna legde hij de bodhisattva-geloften af en ontwikkelde steeds opnieuw liefdevolle vriendelijkheid voor alle wezens. En op die manier handhaafde hij nooit een houding die in strijd was met de bodhisattva-gelofte.

Het is dus duidelijk dat Shantideva in zijn tekst – om op je vraag te antwoorden – veel advies geeft over goed gedrag, een richtlijn die we zoveel mogelijk kunnen proberen te volgen omdat dit gedragingen zijn die gunstig zijn voor onszelf, niet schadelijk voor anderen. Dit is niet de essentie van de praktijk. De essentie van de praktijk is in het begin vooral het werken aan het gedrag van de geest.

Luisteraar :

Kunt U de terminologie Yogachara en Madhyamaka duidelijker maken ?

Trinlay Rinpoché :

De terminologie Yogachara en Madhyamaka ?

Ja, het zijn twee belangrijke denkscholen : de ene heet diep inzicht en de andere, onmetelijk gedrag. De eerste is '*sabmo taway seul*': *sabmo* = diep, subtiel; *tawai seul* = traditie van het inzicht. De tweede is '*dja chen tcheupai seul*': *djachen* = enorm groot; *tcheupai seul* = traditie van het gedrag.

Deze twee termen worden afwisselend gebruikt om de Madhyamaka-overdrachtslijn of de Yogacara-overdrachtslijn aan te duiden, maar het zijn ook de namen van twee grote exegetische tradities van het Mahayana, het Grote Voertuig.

In verband met de overdrachtslijn van de shravaka's – we zouden het fundamentele boeddhisme kunnen zeggen – zijn er twee grote denkscholen, de Vaibashika en de Sautrantika school. Deze denkscholen zijn allebei realistisch : ze bevestigen het substantiële bestaan van de externe fenomenen. Ze zeggen dat de externe fenomenale wereld die we waarnemen, bestaat zoals we die waarnemen, of dat wat we waarnemen niet bestaat (Sautrantika) maar het fundament is buiten de geest, die substantieel is : ondeelbare atomen die de materiële, fysieke basis van de wereld vormen.

In het Mahayana of het voertuig van de bodhisattva's heb je twee grote exegetische tradities, een die afstamt van de grote meester Nagarjuna over de aard van de Boeddha, de Volmaaktheid van Wijsheid genoemd : de Madhyamaka-school . Daarnaast is er een andere, van meester Asanga, gebaseerd op de leer van Maitreya en andere belangrijke soetra's : de Yogara-school of Cittamatra.

De Yogachara toont aan dat er geen substantiële externe realiteit bestaat, dat de fenomenen enkel perceptie zijn, verklaart – bijvoorbeeld – de 8 aspecten van bewustzijn en beweert in die zin dat alles enkel perceptie is : alles is enkel geest. En dus is dit een van de gebruikte benamingen: 'alles is geest'. Het betekent dat alles enkel geest is : het is de naam van deze school.

De term Madhyamaka betekent de middenweg. De term 'middenweg' is een belangrijk punt in het boeddhisme en wordt door alle denkscholen gebruikt, die allemaal beweren de middenweg te volgen. Maar het is de Madhyamaka die beweert precies aan te tonen of te demonstreren wat de Middenweg betekent : 'die geen these heeft, absoluut niets ontkracht, de leegte bevestigt van alle verschijnselen, die noch bestaand, noch niet-bestaand zijn, noch tegelijkertijd bestaand en niet-bestaand, noch het tegenovergestelde van wat tegelijkertijd bestaand en niet-bestaand is. In die zin ondersteunt die geen bewering, en is in feite de Middenweg, de visie van het midden. In die zin is er noch extern fenomeen noch geest.

Dus, als we de term Yogacara of Madhyamaka of Cittamatra gebruiken, kunnen we vaak denken aan twee grote exegetische tradities. En gekoppeld aan deze twee grote exegetische tradities, zijn er ook de twee overdrachtslijnen van de bodhisattva-geloften. We kunnen naar hen verwijzen met de termen Yogacara en Madhyamaka, de twee overdrachtslijnen. Wanneer de overdrachtslijnen van de bodhisattva-geloften in gedachten hebben, zijn we geneigd ze de 'overdrachtslijn van diep inzicht' en de 'overdrachtslijn van onmetelijk gedrag' te noemen.

Een van de vereisten in de overdrachtslijn van onmetelijk gedrag is dat men de geloften van pratimoksha – van individuele bevrijding – moet hebben afgelegd als ondersteuning voor het afleggen van de bodhisattva-geloften. Want, of je nu een mens bent met al je vermogens, enz., er zijn grotere voorwaarden in termen van vereisten voor het nemen van de bodhisattva-geloften. Wat de Madhyamaka-traditie betreft, het is genoeg om te kunnen begrijpen dat je geen mens, dier of god bent, of dat je niet over al je faculteiten beschikt : als je gehandicapt bent of iets anders, kun je bodhisattva-geloften afleggen, zelfs als je een hond, een kat, een muis bent, als je maar in staat bent om te horen en te begrijpen.

Toen mijn meester de 14^{de} Shamar Rinpoché de bodhisattva-geloften gaf, en daarna terugkwam – en ik was bij ZH Shamarpa – keek hij naar zijn hond en zei: “Het is verbazingwekkend, hij heeft het echt begrepen. Vandaag heeft hij de bodhisattva-geloften ontvangen”. Deze hond had een bijzondere bewondering voor Rinpoché. Een paar weken later stierf Shamar Rinpoché en de hond - die voordien kerngezond was - stierf zelf een paar dagen later. En toen hij stierf, bleef hij tot mijn verbazing in meditatie zitten. Zijn lichaam bleef drie dagen warm en uiteindelijk waren

er tekenen dat hij uit meditatie kwam, net als een groot beoefenaar. Dus zelfs honden kunnen bodhisattva-geloften afleggen.

Luisteraar :

Wat zijn de gevolgen van het breken van de bodhisattva-geloften ?

Trinlay Rinpoché :

Dat is een heel goede vraag. De pratimoksha-gelofte is als een kristallen vaas : als hij breekt, kun je hem niet herstellen.

Als je de geloften beschadigt, kun je ze teruggeven. Als je de geloften aflegt en denkt dat je ze niet kunt houden, kun je naar de Drie Juwelen om de geloften terug te brengen. Later kun je ze terugnemen. Je kunt dit een oneindig aantal keren doen, een onbepaald aantal keren in je leven. Maar als je deze geloften aflegt en je houdt je er niet aan, als je ze breekt – niet de kleine geloften, maar de vijf leefregels – dan kun je ze niet opnieuw afleggen.

Maar de bodhisattva-geloften zijn anders. Het is als een gouden vaas, die kan vallen of een beetje beschadigd worden. Hij is niet meer zo mooi als vroeger, maar met een beetje moeite kan hij weer in zijn oorspronkelijke vorm hersteld worden.

Het is belangrijk om ze te nemen, maar het is ook belangrijk om ze niet te laten vallen, om ze niet te vergeten. Maar als ze gegeven worden en je wil ze aannemen, dan is dat met het idee om je kennis te verdiepen en te willen beoefenen. Je moet niet bang zijn dat je ze beschadigt. Als beginnelingen zullen we ze zeker beschadigen. Als en wanneer je ze beschadigt, moet je ze herstellen en zo kun je verder.

Het is omdat je de bodhisattva-geloften hebt ontvangen, dat je nog steeds geïnteresseerd bent in dit onderwerp, dat je hier vandaag bent. Dus het belangrijkste is om het niet te vergeten, om je kennis te verdiepen, om voortdurend te proberen Bodhicitta te ontwikkelen. En dan zul je gaandeweg vooruitgang boeken. Je kunt niet meteen perfect zijn.

Ik wil jullie allemaal bedanken. Het was een genoegen om de afgelopen dagen bij jullie te zijn. Ik hoop dat deze uitleg jullie kan helpen bij het begrijpen van de Dharma en ik hoop dat we elkaar in de nabije toekomst weer kunnen ontmoeten en dat jullie je kennis van de Dharma mogen blijven verdiepen en vooruitgang mogen boeken op het pad.

Laten we nu samen de verdiensten opdragen.