

Er is het ongeborene en onvergankelijke

De eerste leerrede van de Boeddha na zijn ontwaken ging over de vier edele waarheden, over het lijden in het leven, hoe hiermee om te gaan en hoe dit op te lossen. De tweede leerrede ging over de drie kenmerken van het bestaan: annica, dukkha en anatta, respectievelijk: alles is vergankelijk en dit is mede de oorzaak of aanleiding van het lijden en er is geen zelf met een vaste kern. Vergankelijkheid is een belangrijk kenmerk van ons bestaan en bron van lijden en smart, want degenen die wij liefhebben zullen sterven, net als wijzelf. Lijden gaat over ziekte, ouderdom, onze sterfelijkheid en de dood, maar ook over de voortdurende onvrede die we ervaren vanwege onze gehechtheid (klesha). Het leven wringt en schuurt door grenzeloze wensen en verlangens, die het lijden doen toenemen. Anatta houdt in dat alle samengestelde verschijnselen (zoals wij als levende wezens) zonder een vaste kern zijn. Er kan daarom geen vast 'zelf' bestaan, omdat alles voortdurend verandert en in beweging is.

De eerste twee kenmerken anicca en dukkha zijn constatering over de werkelijkheid zoals die vanuit boeddhistisch perspectief in elkaar steekt. We weten allemaal dat het leven onvoorspelbaar is en vol zit met dramatische en smartelijke gebeurtenissen, zie de extreme aardbevingen in Turkije en Syrië of de escalatie van geweld in de Palestijnse gebieden en ander oorlogs- en natuurgeweld, zoals de overstromingen, bosbranden en vulkaanuitbarstingen. In het klein is er de persoonlijke misère en ons ego kan hierin flink opspelen, omdat we ons een 'zelf met een vaste kern' toedichten. We hebben daarom de neiging het alle heel klein te maken door het te beperken tot enkel mijn bestaan. En dat zorgt er weer voor dat we lijden aan het lijden. We zijn een stip aan de horizon maar blazen onszelf op tot centrum van de wereld. Als we tot het besef komen dat het 'zelf' in absolute zin niet bestaat en we beseffen dat we deel zijn van een geheel, kan er ruimte komen voor het werkelijke perspectief waarin wij leven. We zijn dan in staat om het groter te zien en beide perspectieven te belichamen in ons leven; de alledaagse, relatieve werkelijkheid én absolute niet zichtbare werkelijkheid.

Het is de kern van de ontdekking die de Boeddha deed op het moment van ontwaken, hij kwam los van de illusie van een zelf; het heldere licht brak door. Het is een illusie te denken dat we een zelf zijn met een vaste kern, we zijn slechts vormen van bestaan: vijf in getal, staat in de Hartsutra. Ieder mens bestaat uit nāmarūpa: uit stoffelijke en onstoffelijke elementen. Ze worden de vijf skandha's, of vijf geledingen genoemd: rūpa is het stoffelijke lichaam, nāma zijn de onstoffelijke elementen zoals het voelen, denken, willen en gewaarzijn. Wij zijn niets anders dan processen en in ons lichaam en geest doen zich constant veranderende lichamelijke en geestelijke processen voor. Onze geest maakt daar een zelf van. We leven derhalve in de illusie van een zelf en het bewustzijn creëert het 'ego', dat de belangrijkste oorzaak van alle lijden is, omdat het ego de spontane neiging heeft zich te isoleren van de oorspronkelijke werkelijkheid en te denken en handelen in een dualistisch perspectief; ik versus jij, enzovoorts.

Toen de Boeddha in Bodh-Gayā tot ontwaken kwam sprak hij de woorden: ‘met mij is iedereen ontwaakt; de aarde is mijn getuige’. [...] ‘Er is het ongeborene en onvergankelijke!’. De laatste woorden betekenen dat iets in ons onvergankelijk of eeuwigdurend is. Iedereen krijgt dit bij de geboorte als erfenis mee. Door zijn ontwaken kwam de Boeddha tegelijk tot het besef dat niets op zichzelf kan bestaan, we noemen dat *pratītya-samutpāda*. Alles is met alles verbonden als het net van Indra waar iedere diamant op elke hoek van het net reflecteert in de volgende en volgende: er is geen onafhankelijk be(ont)staan. Simpel gezegd betekent dit dat alle leven is voortgekomen uit sterrenstof; wij bestaan dankzij de oerknal, de liefde en zorg van onze voorouders en ouders; we leven dankzij de inzet, het werk en de creativiteit van de gehele mensheid, van vuilnisman of -vrouw tot en met wetenschapper, niemand uitgezonderd. We leven dankzij de zon, de maan, regenval en ecosystemen; het is één grote keten van oorzaak en gevolg, die voortkomen uit dezelfde bron: als dit er is, dan ook dat, als dat er niet is, dan dat niet, enzovoorts. We leven in onze dagelijkse werkelijkheid van relatief bestaan in het besef van de absolute ‘onzichtbare’ werkelijkheid.

Jane Goodall¹ beschrijft een ervaring in de wildernis van een samenvallen van de relatieve en absolute werkelijkheid. In het hoofdstuk *Wij zijn niet alleen* van het boek *Bezielde Kosmos* van Ervin Laszlo deelt ze haar ervaring van volkomen ontleding en eenwording met de omgeving waarin ze leefde: “Dag in dag uit was ik alleen in de wildernis. In het gezelschap van dieren, bomen, de murmelende stromen, de bergen, de ontzagwekkende elektrische stormen en de met sterren bezaaide nachtelijke hemel. Een paar keer bereikte ik een staat van verhoogd bewustzijn, waarbij het leek of het zelf volledig afwezig was: ik, de chimpansees, de aarde, bomen en de lucht leken te versmelten en één te worden met de levenskracht van het woud. Ik raakte steeds meer afgestemd op de grootse Spirituele Kracht die ik om me heen voelde, even werkelijk als het kloppen van mijn hart. En ik kwam ertoe te geloven dat alle leven een vonk in zich draagt van die Spirituele Kracht, het goddelijke in ons” (2005, 182). Het is het ongeborene en onvergankelijke! De ervaring van Jane Goodall lijkt op het ontwaken van de Boeddha met dit verschil, dat de Boeddha, aldus een mythische vertelling, na zes weken eerst in gelukzaligheid te hebben genoten van zijn bevrijding, op aandringen van de God Sahampati besloot om zijn ervaring uit te gaan dragen. Eerst weifelend, was hij overstag gegaan, omdat Sahampati hem verzekerde dat de wereld te gronde zou gaan als hij de Leer niet zou verkondigen. Hij moedigde hem aan met de opmerking dat er ook mensen waren met minder stof in de ogen, die wel naar hem zouden luisteren en de Leer begrijpen (2004, 30) .

Het ontwaken van de Boeddha maar ook de eenheidservaring die Jane Goodall beschrijft kun je een eeuwigheidservaring noemen, omdat de ervaring los van tijd en ruimte staat en de totale werkelijkheid omvat in het moment. In zentaal noemen we het de ‘Grote Dood’, omdat het besef van ‘zelf’ volledig afwezig is. Het is de absolute en relatieve werkelijkheid ineen waarin dualiteiten zijn opgelost. Er is een eenheid waarin we verbonden zijn met alle leven, reikend tot ver over de dood heen; het ongeborene en onvergankelijke waaruit we voortkomen en weer terugkeren. Van Hui-neng, zesde en laatste zenpatriarch (638 – 713), is de volgende uitspraak bekend: ‘Als je dood gaat als je nog niet dood gaat, ga je niet dood als je dood gaat’. Het wil zeggen dat: als het ego wegvalt en de eenheid van het al zich openbaart, dan ga je niet dood, als je dood gaat. Want dan ‘weet’ je dat je deel bent van het ongeborene en onvergankelijke dat nooit vergaat. Het is het weinige waarover de Boeddha een heldere uitspraak heeft gedaan, waarin wij allen één van de vele processen zijn die

gaande zijn en zich ontwikkelen. Dood krijgt een heel andere betekenis en lading, die de ervaring van Hisamatsu was, die een aantal weken voor zijn dood het volgende gedicht schreef (2010, 48):

Ontwaakt tot een Zelf zonder vorm,
ga ik dood zonder Dood te gaan
en word ik geboren in het Ongeborene.
Volkomen op mijn gemak, reis ik door de drie wereldenⁱⁱ.

Als we beseffen dat er geen vaste kern in ons is en we slechts veranderende lichamelijke en geestelijke processen zijn, processen die ook in het hele universum voortdurend gaande zijn, dan ervaren we de grenzeloosheid en als we open en ontvankelijk zijn....zonder voor- of afkeurⁱⁱⁱ, dan aanvaarden we wat is. Dat betekent niet dat er geen pijn en verdriet is, want er is immens veel wanhoop en smart in deze wereld, maar dan zijn we mogelijk beter in staat dit te verdragen en hiermee om te gaan als een van de opdrachten waarvoor het leven ons blijkbaar plaatst. Als we open en ontvankelijk zijn....zonder voor- of afkeur en alleen maar zijn, voelen we ons verbonden met de gehele werkelijkheid, met alle levende wezens, de levende natuur, met de levensenergie van het hele universum, voorbij alle dualiteiten. Het staat voor wat we ‘thuiskomen bij ons ware zelf’ noemen.

Wijzelf en de wereld waarin we leven zijn voortdurend in verandering. Hoe we ons voelen, wat we denken, onze emoties, ons lichaam verandert iedere minuut en iedere seconde. Wat er met en in ons gebeurt zijn processen, er sterven cellen af en er komen nieuwe cellen bij. Het lichaam verouderd en takelt op enig moment af, de omgeving verandert, mensen komen en gaan, seizoenen wisselen elkaar af, de zon komt op en gaat onder. We verliezen onze dierbaren en geliefden. Vergankelijkheid en veranderlijkheid zijn inherent aan alle leven. Het biedt de mogelijkheid dat er iets nieuws kan ontstaan, een nieuwe werkelijkheid in het moment zelf en in ieder moment. Steeds ontstaat er iets nieuws als we ons niet vastklampen aan beelden, maar alles door ons heen laten stromen. Dan worden we steeds weer ieder moment opnieuw geboren en kunnen we zijn met wat is.

Elsbeth Wolf

Literatuur:

Jan de Breet & Rob Janssen. Majjhima-Nikāya, De verzameling van middellange leerredes. 2004.

Ervin Laszlo. Bezielde Kosmos. 2005 .

Ton Lathouwers. Kloppen waar geen poort is. 2010.

ⁱ Jane Goodall is bekend van de studie die zij vanaf 1960 maakte van het sociale en familiale leven van de chimpansee in het Gombe Stream National Park in Tanzania. Ze richtte het Jane Goodall Institute en het jongerenprogramma Roots & Shoots op.

ⁱⁱ De drie werelden: verleden, heden, toekomst. De drievoudige werkelijkheid: absolute, relatieve en bovennatuurlijke werkelijkheid.

ⁱⁱⁱ De eerste zin uit de Hsin-hsin-min of Vertrouwen in de geest van Seng-t'san, de derde patriarch luidt: "De weg is niet moeilijk, voor wie geen voor- of afkeur heeft".