

Niet alleen onszelf maar alle bewuste wezens

In de boeddhistische teksten, met name de Mahayanateksten, de traditie waartoe Zen behoort, wordt zelden gesproken over 'de mens'. Het woord wat gebruikt wordt in de teksten is 'bewuste wezens'. En dat is bijzonder, want naar mijn weten is boeddhisme de enige traditie – spirituele, religieuze traditie – die spreekt over bewuste wezens, die bewuste wezens centraal stelt. En dat is natuurlijk niet voor niets.

Alle bewuste wezens ervaren zichzelf, ervaren de wereld. En alle bewuste wezens zijn wars van pijn en lijden. En het boeddhisme gaat over lijden; hoe het veroorzaakt wordt en hoe we het kunnen stoppen. Het boeddhisme ziet de oorzaak van lijden gelegen in drie factoren: haat, hebzucht en onwetendheid. Ze zijn als het ware verzamelnamen voor al die vormen van hebzucht, van kwaadheid, van haat, van afkeer, van verlangen. En er is de onwetendheid, eenvoudigweg het niet nadenken over onszelf en de ander waardoor onze aandacht heel krachtig buiten onszelf uitstroomt. Iedereen weet dat wanneer hij kwaad is of iets vurig verlangt de aandacht uitstroomt naar datgene waarmee of waarop hij of zij kwaad is, of naar datgene waarna hij of zij verlangt.

Willen we de stille, vredige essentie van onze geest kunnen ontdekken, dan zal haat, hebzucht en onwetendheid omgevormd moeten worden, tot rust gebracht moeten worden zodat de aandacht als het ware terug kan vloeien, terug naar de bron. En dat is dat heldere, stille gewaarzijn. Het bewustzijn dat zelf leeg is en daardoor de wereld kan bevatten en de wereld kan kennen inclusief onszelf.

En de mens met zijn haat, hebzucht en onwetendheid kan nu door zijn technologisch vernuft andere levende wezens, andere bewuste wezens domineren; ze gebruiken, ze misbruiken, ze bedreigen, ze uitmoorden. Wij zijn in staat door onze haat, hebzucht en onwetendheid zelfs deze planeet te verwoesten. Dus bij de mens ligt een bijzonder grote verantwoordelijkheid naar alle bewuste wezens toe: onze medemensen, de dieren en onze natuurlijke omgeving.

Wanneer we haat hebzucht en onwetendheid in onszelf tot rust brengen via het naleven van de boeddhistische leefregels, dan is de aandacht vrij om terug te vloeien, terug te keren naar de essentie van onze geest, onze boeddhageest, het lumineus stil helder gewaarzijn. En wanneer we onze ware geest kennen, weten we dat die geest ook aanwezig is in alle levende bewuste wezens: onze huisdieren, de dieren die we gebruiken voor zuivel- of vleesproductie, de dieren in het wild. En weten we uit eigen ervaring dat het lijden dat in ons bewustzijn verschijnt door haat, hebzucht en onwetendheid ook gevoeld kan worden door al wat leeft en bewust is. En we kunnen waarlijk niet in onszelf rusten, in onze innerlijke vrede, als de rest van de wereld lijdt, vooral als wij daar deel aan hebben.

Dus het inzicht in wat wij waarlijk zijn leidt tot een heel andere houding t.o.v. onszelf, de ander, bewuste wezens, de wereld. Eén van liefde en mededogen, één van het kunnen omarmen van alle verscheidenheid. Eén kunnen zijn met de rijkdom van het leven. En dat is ook onze rijkdom want het verschijnt allemaal binnen die lumineuze heldere, stille geest van ons en van alle bewuste wezens.

Dus zit en verzacht en ontspan. Laat alle emoties - vooral de onrustige emoties die misschien voortkomen uit boosheid, kwaadheid, irritatie - tot rust komen. Laat alle emoties en gedachtes die voortkomen uit een verlangen tot rust komen. Laat je aandacht terugvloeien naar de bron, naar de essentie van je geest. Naar de essentie van dit gewaarzijn waarmee je nu zit, de wereld kent, jezelf

kent. En wanneer er inzicht verschijnt, geef het uiting in hoe je leeft, hoe je met anderen en met dieren omgaat, hoe je met de wereld omgaat, hoe je je boodschappen doet, al dat soort dingen. Daarmee kunnen we onze boeddhanatuur zichtbaar maken aan deze wereld.

* * * * *

Eerw. Baldwin Schreurs
Zondag 4 oktober 2026 (Dierendag)