

LÍNGGǎN



EXTRA EDITION jan 22

FRTA KNOWLEDGE webinars & coaching | [www.fרתa.nl](http://www.fрта.nl) | E-mail: froelfsema@fרתa.nl

Boeddhistisch nieuwjaar.

Laat mij beginnen met je een gelukkig nieuwjaar te wensen! Zoals je misschien weet begint op **18 Januari 2022** vieren de Mahayana boeddhisten het nieuwe jaar. Mahayana is een van de grootste stromingen binnen het boeddhisme en heeft zich vanaf de 2e eeuw langzaam verspreid door Azië. Ik hoop vurig dat 2022 voor alle mensen op aarde meer gezondheid, rust en geluk brengt.

Mahāyāna (Sanskriet: महायान mahāyāna, mahā, groot, yāna, voertuig of weg, of bodhisattvayana) is een van de hoofdstromingen in het boeddhisme. Als duidelijk onderscheiden beweging, nam het mahayana volgens onderzoekers een aanvang rond de eerste eeuw na Chr. in het noordwesten van India. Zij schatten dat de beweging een formatieve periode heeft gekend van zo'n vier eeuwen alvorens het in de tweede eeuw in een hoog ontwikkelde vorm naar China werd overgebracht.

Centraal in de mahayana-ideologie is het idee van de Bodhisattva: niet alleen de Boeddha, maar ieder mens kan de staat van Verlichting bereiken.

De weg van het mahāyāna beschrijft zichzelf vaak in contrast met de Hinayāna op de volgende manier:

- **universalisme**, volgens welke ieder individu een 'Boeddha-natuur' is toebedeeld
- **verlichte wijsheid**, als de voornaamste focus voor realisatie
- **compassie** door dienstbaarheid
- **verlossing**, gesteund door een rijke kosmografie, inclusief hemelse rijken en krachten, met een spectrum aan Bodhisattva's, zowel menselijk als bijna goddelijk, die de beoefenaar kunnen bijstaan

Filosofisch mahāyāna" neigt ernaar zich op de eerste drie kenmerken te richten, zonder veel belangstelling te tonen voor bovennatuurlijke constructies, terwijl "devotioneel mahayana" zich voornamelijk richt op verlossing naar andere spirituele dimensies.

De theravada-traditie van het boeddhisme wordt door het mahāyāna ook tot de Hinayāna-scholen gerekend. In de leer van het theravada zijn de vier genoemde aspecten echter ook belangrijke aspecten van de leer, welke echter soms op een iets andere manier uitgelegd worden.

Verdere uitleg van de vier genoemde begrippen:

Universalisme:

De naam mahāyāna betekent "grote yāna", dat wil zeggen het grote voertuig (in contrast met hinayāna, het "kleine voertuig"), waarmee universalisme of verlossing voor iedereen wordt aangeduid. Deze bekrachtiging is gevestigd in het geloof dat ieder individu een boeddha-natuur bezit en daarom een potentiële Boeddha is, die de volledige verlichting bodhi kan bereiken. Verder is het doel van het mahayana-pad om een volledige verlichte Boeddha te worden en daarmee te proberen zo veel mogelijk andere levende wezens te helpen.

Dit wordt gesteld tegenover de hinayanaleer die ervan uitgaat dat slechts enkelen de zoektocht naar nirwana (de bevrijding van de cyclus van wedergeboorte) kunnen ondernemen en dat daarvoor een leven als monnik vereist is, evenals het opgeven van alle bezittingen en het losmaken van het leven en haar verlangens; een ideaal dat slechts bereikt kan worden door een selecte groep arhats. Verder is het uiteindelijke doel van het hinayana om zelf de bevrijding te bereiken, en is de bevrijding van andere levende wezens niet per se een hoofddoel, de motivatie van de beoefening is dus duidelijk minder omvattend dan in de mahayana.

Verlichte wijsheid:

Volgens het mahayana richt het traditionele boeddhisme zich op een ascetische, individuele benadering om nirwana te bereiken: *integratie van verlangens, terugtrekken uit de wereld en afzondering*. Haar volgelingen streven ernaar om śrāvakas of pratyekabuddha's te worden, wat beide vormen zijn van Arhats (personen die de bevrijding van de kringloop van wedergeboorte hebben bereikt).

Veel filosofische scholen van het mahayanaboeddhisme zijn zich gaan richten op de leer van zelfloosheid en de leegte, het wezen van de verlichting en het nirwana zelf, van de Madhyamaka ("middenweg") tot de Yogacara ("yoga/meditatie-weg") tot de Zen.

Bij het mahayana daarentegen, is het primaire doel bodhicitta: een geest van grote compassie verbonden met wijsheid (prajna) die leegheid realiseert. Met deze geest zal de beoefenaar het uiteindelijke doel van volledige verlichting of Boeddha schap realiseren: *een alwetende geest die volkomen vrij is van lijden en haar oorzaken*. Iemand op de weg naar het boeddha schap, een Bodhisattva, zet zich onophoudelijk in voor het welzijn van levende wezens. Zes deugden of perfecties (paramita's) kenmerken de Bodhisattva: *grootmoedigheid, geduldigheid, meditatie, moraliteit, energie en wijsheid*.

Compassie:

Het andere wezenlijke concept van het mahayana is de compassie of karuna en wordt beschouwd als de onmisbare aanvulling voor de verlichte wijsheid.

Compassie in het boeddhisme betekent het willen dat anderen vrij zijn van lijden. Deze wens gaat automatisch gepaard met het willen helpen van anderen. Compassie is in alle scholen van het boeddhisme belangrijk, maar wordt vooral in de Mahayana benadrukt.

De Bodhisattva's zijn de grote schenkers van compassie, waarbij Avalokiteshvara onder hen een van de bekendste is. Sommige Bodhisattva's leggen een eed af waarbij ze beloven hun binnengaan in het nirwana uit te stellen totdat alle andere wezens ook zijn verlicht. Andere Bodhisattva's streven ernaar om juist eerst de alwetende staat van een Boeddha te bereiken om vervolgens met een emanatie van een Bodhisattva te helpen zodat anderen verlichting kunnen bereiken. Deze laatste methode wordt vooral beoefend in het Tibetaans boeddhisme.

Verlossing:

Het mahayana heeft een rijke kosmografie met allerlei bovennatuurlijke Boeddha's en Bodhisattva's die zich in zogenaamde Boeddhlanden of zuivere landen ophouden. Het concept van de Triniteit of trikaya, geeft steun aan deze constructies waardoor de Boeddha zelf tot een transcendente goddelijke figuur wordt.

Onder diverse condities, kunnen deze rijken door toegewijde volgelingen na hun dood worden bereikt, zodat ze na hun wedergeboorte onder de best mogelijke omstandigheden naar het Boeddha schap kunnen streven.

Afhankelijk van de sekte, kan deze verlossing naar het "paradijs" worden verkregen door geloof, autosuggestie of soms eenvoudigweg door het herhalen van de naam van de Boeddha. Deze benaderingswijze van de verlossing is de oorzaak geweest van de massale aantrekkingskracht van het devotionele boeddhisme, dat vooral vertegenwoordigd wordt door het Zuivere Land-boeddhisme.

De rijke kosmografie stelde de Mahayana ook in staat tamelijk syncretisch te zijn en andere geloven of godheden in zich op te nemen. Er zijn ook allerlei externe oorsprongen gesuggereerd om de opkomst van de Mahayana te verklaren, zoals de "populaire hindoe bhakti (devotie) stromingen en de Perzische en Grieks-Romeinse theologie, die vanuit het noordwesten India binnen kwamen"



donderdag 3 t/m zaterdag 5 maart 2022

Losar (Tibetaans Nieuwjaar)

Nieuwe maan in februari / maart. 'Losar' is het 'Tibetaanse Nieuwjaar' en de belangrijkste feestdag in Tibet. De viering van Losar bestond al in de voor-boeddhistische tijd in Tibet. Voorbereidende oefeningen met het lezen van teksten en meditatie beginnen gewoonlijk vijf dagen eerder. Ook vindt er in de huizen eerst een grote schoonmaak plaats, heeft de familie nieuwe kleren, worden ruzies bijgelegd en schulden vereffend. Er wordt als het ware een nieuw leven begonnen.

