

De essentie van mededogen

– Muriel Daw

Vele eeuwen voor het aanbreken van de huidige wereldperiode was er eens een Boeddha die voor een breed gehoor preekte. Een jonge Bodhisattva nam gretig ieder woord en elke gedachte in zich op. Aan het eind keek de Boeddha in het bijzonder naar hem en zei: ‘Heel goed jonge man! Behoud deze leer in je hart; dan zul je in de duistere eeuwen, die in de toekomst zullen volgen, kunnen werken voor het welzijn van alle wezens.’ De leerling, vervuld van vreugde, voelde zo veel liefde voor alle wezens die onwetend waren van de waarheid die het lijden te boven gaat, smeekte: ‘Als het waar is dat ik in de toekomst in staat zal zijn spirituele hulp aan alle wezens te geven, kan ik dan nu, tegelijk, duizend ogen en duizend handen hebben?’ Onmiddellijk kreeg hij duizend handen en in het midden van elke handpalm bevond zich een oog.

Mevrouw Muriel Daw is praktiserend Boeddhiste en een voormalig redacteur van het tijdschrift, *The Middle Way*.



Op deze wijze kan deze Bodhisattva, die de essentie van oneindig mededogen is, volledig zichzelf blijven, en altijd op de uitkijk staan met duizend verschillende ogen om te zien waar hulp nodig is, en duizend verschillende handen om die hulp te verlenen welke passend is. Universeel mededogen is alomvattend, en tevens grenzeloos individueel. De archetypische Bodhisattva in ons verhaal wordt vaak vertoond op afbeeldingen en in de vorm van beelden met duizend handen, en in elk een ander voorwerp, zoals een wensvervullend juweel, een touw om onze verlangens vast te binden en in bedwang te houden; een met juwelen versierde schaal waarin zich geneesmiddelen tegen spirituele ziekten bevinden; een witte lotus die het bereiken van verdienste aanduidt; een spiegel waarin wijsheid en inzicht te zien zijn - een schitterende verzameling vaardige middelen om alle levende wezens te helpen. We hebben nog geen naam vernomen voor deze Bodhisattva van mededogen omdat hij eveneens de wonderbaarlijke vaardigheid heeft van verschijning te veranderen, waarbij hij elke verschijningsvorm kan aannemen die bruikbaar is voor het geven van hulp. Om aanspreekbaar te zijn voor verschillende toehoorders, zal hij in elke vorm zichtbaar worden - menselijk of goddelijk. Om deze reden hebben mensen

van verschillende plaatsen en tijden hem verschillende namen gegeven.

Avalokitesvara (wat betekent Heer Avalokita) is zijn Sanskriet naam; maar hij heeft er vele andere. In China is de naam Kuan-Yin (Guan-Yin volgens moderne spelling) en in Japan is deze Kannon. In Tibet is hij bekend als Chenresigs, en er zijn ook vele andere namen. In archetypische sferen transcendeert mededogen als kracht de sekse volkomen. De meeste verschijningsvormen van Avalokitesvara tonen geen eigenschap van een bepaalde sekse, maar wanneer onze ideeën over vader, moeder of geliefde ons aanspreken, zal de Bodhisattva natuurlijk in een dergelijke bruikbare gedaante verschijnen. Echter, hetzij mannelijk of vrouwelijk, er is nooit iets erotisch. Het liefvallige gezicht is slechts door mededogen en welwillendheid geïnspireerd; er is zelfs geen belangstelling voor menselijke liefde. In China zijn er op zijn minst veertig mannelijke vormen van Kuan-Yin, en ten minste drie en dertig vrouwelijke verschijningsvormen. Het is niet belangrijk. We kunnen gewoonweg aannemen dat overal waar in de Boeddhistische wereld mededogen bloeit, er een manifestatie is van Avalokitesvara.

Kuan-Yin in China

In China werd Kuan-Yin vanaf ongeveer de eerste eeuw vóór Christus vereerd als de meest verheven redder. De Chinezen zijn een aards ingesteld volk en het denkbeeld van de mensen over Kuan-Yin is erg praktisch - men vertrouwt erop dat zij haar gaven gebruikt om alle wensen te vervullen, niet enkel van spirituele aard.

De vroegste benaming was Kuan-shih Yin, later afgekort tot Kuan-Yin. Het zou vertaald kunnen worden als degene die de Jammerklachten van de Wereld hoort. Een andere vorm is Kuan-tzü-tsai, een meer precieze vertaling van het Sanskriet, hetgeen betekent de Toeschouwende Heer. De voornaamste taak van de Bodhisattva is te waken over de wereld, en elk wezen op te sporen dat hulp nodig heeft. Het verhaal gaat als volgt:

Op een dag zag men een onbekend meisje dat water putte uit een bron in een nietig vissersdorp. Ze was heel liefvallig, en verscheidene jonge mannen werden direct op haar verliefd. Ze verscheen dag in, dag uit en meer en meer harten werden bewogen, tot ten slotte de toestand in een crisis belandde. Op een heel charmante manier bracht ze hen tot bedaren en zij zei: 'Lieve hemel! Ik kan niet met jullie allemaal trouwen. De volgende week zal ik met de man trouwen die, ter wille van mij, de Hart Soetra bestudeert.'

De Hart Soetra is slechts een heel kort geschrift, maar de meeste van hen konden niet lezen. Zij moesten een monnik vinden die hem keer op keer opzegde; maar op de een of andere manier slaagden zij er bijna allemaal in de Soetra uit het hoofd te leren. De volgende week zei het meisje: 'O, wat prachtig dat ter wille van mij zo velen de Hart Soetra hebben bestudeerd; maar toch - ik kan niet met jullie allemaal trouwen.' Daarom droeg ze hen op een langer geschrift te bestuderen, en op deze wijze ging het wekenlang door. Ten slotte had de winnende kandidaat zo veel Boeddhistische geschriften bestudeerd en was hij zo heilig geworden, dat al wat hij verlangde te doen was monnik te worden. Onmiddellijk verdween het meisje, maar de dorpsbewoners vergaten haar nooit. Zij wisten dat het een verschijningsvorm van Kuan-Yin was geweest.

Mededogen dringt tot alle delen van ons leven door, en manifestaties van Kuan-Yin treden in Boeddhistische landen even vaak op als visioenen van de Maagd Maria in Christelijke landen. Dit lijkt tegemoet te komen aan een diepe, allesoverheersende behoefte van het menselijk hart.

Haar speciale eiland, P'u T'o La, ligt vlak voor de Chinese kust, en vele wonderen hebben er plaatsgevonden. Andere Bodhisattva's hebben hun speciale plekken in de bergen. Als men de plek opgedragen aan Manjusri, de Bodhisattva van Wijsheid, wil bezoeken, moet men een heel hoge, en steile berg beklimmen; maar als men het centrum gewijd aan de mededo-

gende Kuan-Yin wil bezoeken, moet men haar grot op een eiland omringd door de zee bezoeken. Een hoge berg om wijsheid te zoeken, en een diepe grot om mededogen te vinden - psychologisch interessant.

Een gedaantevorm van Kuan-Yin draagt een 'vaas van onsterfelijkheid' gevuld met zachte dauw, samen met een wilgentak die zij gebruikt om haar volgeling te besprenkelen met de nectar. Een andere verrukkelijke verschijningsvorm is draagt een baby en wordt als een godin vereerd. Zij wordt voortdurend aanbeden door degenen die in verwachting willen geraken of een jongen wensen; indien na regelmatig tot Kuan-Yin te hebben gebeden men toch bevalt van een meisje, nou ja - ze zal zeker opgroeien als een liefvallig en mooi meisje! De mensen die voor haar wierook branden bij heiligdommen aan de kant van de weg, kunnen ons naïef lijken, maar men moet deze eenvoudige verhalen niet zonder meer van de hand wijzen. Het zou verstandiger zijn naar de innerlijke waarheid te zoeken die erin verborgen ligt. Kuan-Yin bekommert zich om het kind dat zij soms draagt zoals een moeder die begaan is met al haar kinderen; maar deze baby is niet uit haar geboren, zoals het geval is bij Isis of de Maagd Maria. Het is een kind dat zij wil geven, en het symboliseert het Ware Zelf, de tweede geboorte die plaats kan vinden in ieder van ons, als we ons hart er maar voor kunnen openen.

Kannon in Japan

Japanse mensen, zelfs de boeren, zijn iets meer naar het mystieke geneigd dan de aards ingestelde Chinezen, alhoewel ook daar Kannon wonderen bewerkstelligt. Maar hoezeer zij ook geliefd wordt in Japan, achter de gedaante die zij voor de meest eenvoudige mensen aanneemt, schijnt zij een soort wezen zonder vlees en bloed te blijven. Eens wandelde ik met mijn spirituele leraar door een Japans dorp, en we hoorden de stemmen van kleine kinderen tijdens de dagopening op een nabijgelegen school. Ik vroeg aan mijn leraar: 'Wat zingen zij?' Hij antwoordde:

Zij zingen -

*Hulde aan Kannon! Hulde aan Kannon!
Ik weet dat Kannon niet bestaat,
Maar Hulde aan Kannon!*

Kannon is het kind van de Dhyâni-Boeddha Amitâbha, en hierom voelen de mensen die tot de Japanse scholen van het 'Zuivere Land' behoren heel sterk dat Kannon een machtige figuur is die hen zal kunnen helpen bij hun meditatie op Amitâbha. De eenvoudigere mensen hebben een diep vertrouwen dat door voortdurend op Amitâbha te mediteren, zij in zijn 'Zuivere Paradijs' herboren zullen worden wanneer zij sterven. In plaats van in deze wereld weder te worden geboren uit een baarmoeder, zullen zij in een lotusknop worden geboren. Wanneer de lotusknop opent, worden ze er zich bewust van dat ze weliswaar niet verlicht zijn, maar dat zij verkeren in een zuivere sfeer die een volledig ontwaken van het bewustzijn bevordert. Volgelingen van de 'Zuivere Land'-beweging die meer ervaring hebben weten dat deze bewustzijnsgebieden gevonden kunnen worden in stadia van meditatie- men hoeft niet te wachten tot de fysieke dood.

Niettemin, dit is een Pad van Vertrouwen en Liefde, en daarom speelt Kannon een hoofdrol. In het normale leven is het indrukwekkend de enorme standbeelden van Kannon te zien die opgericht staan bij alle oorlogsbegraafplaatsen- veel geschikter dan bronzen soldaten en kanonnen.

Avalokitesvara in het Sanskriet

In het Sanskriet, de gewijde taal van het Mahâyâna Boeddhisme, is de naam Avalokitesvara, en hij komt altijd in mannelijke vorm voor. Hij houdt een lotusbloem in de hand; de lotus duidt altijd op onze spirituele ontwikkeling. Toen het Boeddhisme in de zevende eeuw na Christus Tibet bereikte, werd Avalokitesvara, of Chenresigs onmiddellijk als de speciale god van Tibet geadopteerd en werd zijn mantra overal gebruikt. Hij wordt door de Tibetanen beschouwd als de vertegenwoordiger van Boeddha op aarde, en hij is de belang-

rijkste bewaker van het Dharma tot de komst van de Boeddha Maitreya.

Van de Dalai Lama, het Spirituele Hoofd van Tibet, is bekend dat hij een herhaaldelijk gereïncarneerde sterfelijke vorm is van de Heer van Mededogen, en het paleis dat in Lhasa, de hoofdstad van Tibet, is gebouwd en de Potala wordt genoemd (net als het Chinese eiland P'u T'o La - beiden afstammend van dezelfde Sanskriet naam) dient als zijn zetel. Zij die vertrouwd zijn met *De Geheime Leer* zullen herinneren dat al aan het begin bij Stanza VI we over 'Kuan-Shai-Yin' lezen die in Kuan-Yin-Tien woont'- de eerste keer dat in het geheel van het ontstaan van de kosmos gewag wordt gemaakt van een kwaliteit of een kracht die een verblijfplaats heeft. Het is interessant dat ALLE aspecten van dit archetypische mededogen onafscheidelijk verbonden zijn met het idee van het leven op één plaats.

Een legende van lang geleden verhaalt ons van Avalokitesvara, die een lotusbloem in zijn hand houdt en geboren werd uit een lichtstraal die uit het rechteroog van de Boeddha Amitâbha emanerde. Het op deze wonderbaarlijke wijze geboren wezen sprak zonder omhaal de lettergrepen uit: OM MANI PADME HUM. Elk noemen van de Bodhisattva van Mededogen zou niet volledig zijn zonder verwijzing naar deze woorden, die, mits zij voortdurend worden herhaald, fungeren als een brug tussen archetypisch mededogen en het individu. In elk Tibetaans religieus verband is deze mantra de eerste spirituele oefening die gegeven wordt, en het gezoem van het constante zingen weergalmt door alles. Deze heel mooie Tibetaanse zinsnede van de zes lettergrepen staat overal geschreven en dient als een voortdurende herinnering. Het is op hout geschilderd en in steen gebeiteld. Omwille van de voorbijganger zijn reusachtige afbeeldingen uit rots gehouwen. Het is gegraveerd in metalen klokken en op vlaggen geschilderd die in de wind wapperen zodat zelfs de geluidsgolven en de wind de mantra door de lucht dragen. Het is op waterraderen geschil-

derd, zodat OM MANI PADME HUM het kabbelende water aan Avalokitesvara opdraagt. Gebedswielen worden gebruikt waarvan de mantra aan de binnenkant is gegraveerd; op het moment dat eraan wordt gedraaid, worden gedachten van mededogen door heel de atmosfeer geactiveerd.

Toen de huidige Dalai Lama een jonge man was en nog in Tibet woonde, was hij gefascineerd door alle mechanische zaken die heel erg verschilden van de voorwerpen in zijn eigen land. Toen hem uit Engeland een officieel geschenk werd gezonden was daar het cadeau een Rolls Royce. Er waren geen wegen, en de ene vallei werd met de andere verbonden door enkel paden die over de bergen liepen, zodat de gewone mensen nog nooit een auto hadden gezien. Eerst moest de auto in stukken uit elkaar worden genomen en stuk voor stuk op de rug van dragers omhoog over het Himalaya-gebergte worden gedragen. Vervolgens werd een kort stuk van een vlakke weg aangelegd in de hoofdstad, Lhasa, dicht bij de Potala, zodat er voor de auto ergens iets zou zijn om op te rijden; daarna werden de onderdelen van de Rolls Royce in elkaar gezet. Iedereen staarde er met bewondering naar, dan uiteraard, vóór er in werkelijkheid mee werd gereden, schilderden zij op elk wiel OM MANI PADME HUM, zodat de heilzame werking van de mantra gedurende de gehele tijd dat de auto in beweging was geactiveerd zou zijn.

De bijzondere vorm van Avalokitesvara verbonden met OM MANI PADME HUM- dat zoiets betekent als 'O, Gij Juweel in de Lotus'- heeft vier armen. Twee handen in het midden houden het Wensvervullend Juweel vast. Wat is de Wens van Avalokitesvara? Het Juweel waartegen we OM zeggen? Het is de wens om verlichting; de gedachte aan verlichting voor alle levende wezens. De andere handen houden een kristallen rozenkrans en een lotus vast - de lotus is het teken voor zuiverheid van de verlichte geest, onbezoedeld door de modder van samsara. Wanneer OM MANI

PADME HUM voor de eerste keer aan iemand als een vaste meditatie wordt gegeven zal de Lama zeggen: 'Iemand die de mantra zonder mededogen reciteert, is hem niet werkelijk aan het reciteren; maar wanneer het hart vervuld is van mededogen, is het hart eveneens vervuld van de mantra'. Het is onvergeeflijk om zuiver mechanisch te reciteren.

Er bestaat een prachtig verhaal over een oude boerin die een lange reis maakte om lering te vragen. Men vertelde haar over Avalokitesvara en men gaf haar de mantra om te reciteren, maar op de reis terug naar haar dorp haalde ze ongelukkigerwijs de woorden een beetje door elkaar. Het woord HUM lijkt nogal op het Tibetaanse woord voor os, zodat ze in feite OM MANI PADME OS aan het opzeggen was. Haar meditatie was echter zo oprecht en doelbewust, dat na een tijdje allerlei wonderen rond haar begonnen op te treden. Ze werd zo beroemd dat een andere Lama speciaal naar het dorp kwam om haar te bezoeken. Men kan zich voorstellen hoe ontsteld hij was toen hij bemerkte dat ze zei dat de wonderen toe te schrijven zijn aan de magie van het reciteren van OM MANI PADME OX! Maar, zie in dat het niet gaat om magie die toe te schrijven is aan bepaalde trillingen, maar om de magie van een oprecht hart. Enkelen onder u hebben misschien afbeeldingen gezien van het Tibetaanse Levenswiel, waarop alle verschillende bestaanswerelden waarin we wedergeboren kunnen worden te zien zijn. Daarvan leert men dat de Heer Avalokita zijn gaven om duizend verschillende gedaantevormen aan te nemen gebruikt om in alle verschillende rijken te verschijnen om hulp en bijstand te verlenen. Hij verschijnt in de Hemelen met een luit, zodat door het stijgen en dalen van de muziektonen de Goden aan geboorte en dood herinnerd worden; daardoor weten zij dat zelfs het hemelleven niet eeuwigdurend is, en dat zij hun tijd niet moeten verspillen met ledig nietsdoen in weelde! In het rijk van de redeloze dieren verschijnt hij met een boek opdat wezens

van lagere mentale niveaus wijsheid kunnen opdoen door middel van verhalen en parabelen. Hij verschijnt zelfs in de hellewerelden om de bewoners van hun lijden te bevrijden.

We dienen ons te realiseren dat deze bestaanswerelden niet alleen bestaan in het leven na de dood; zij stellen ook de geestesgesteldheid voor waarin we allemaal in het heden verkeren. Als we het dus kunnen opbrengen de warmte van een vriendelijk woord aan iemand te geven die in een koude hel leeft waarin iedereen die in de buurt is gehaat wordt; of als we een rustgevend en kalmerend idee kunnen aanbieden aan iemand die in een brandende hel van trotse hartstocht leeft, vervullen we in het klein de rol van Avalokitesvara. Het verschil is dat u en ik wellicht kunnen proberen zulke gaven aan te bieden als de gelegenheid waarin we ons bevinden zich voordoet, maar HIJ gaat en beweegt zich temidden van hen die lijden en probeert te helpen.

In Tibet en Mongolië komt geen vrouwelijke vorm van Avalokitesvara voor. Het is bekend hoe nuttig deze verschijningsvormen van Kuan-Yin en Kannon in andere landen zijn, zodat men zich over de afwezigheid hiervan kan verbazen. De Tibetanen voelen op de een of andere manier aan dat voor hen Avalokitesvara mannelijk is, maar natuurlijk zijn hun psychologische en spirituele behoeften dezelfde als die van andere mensen; aan deze behoeften wordt tegemoetgekomen door Târâ die een dochter is van Avalokitesvara, en geboren is uit één van de tranen die uit zijn ogen rolden in zijn smart over het lijden in de wereld. Târâ is een allercharmantst persoon - jong, speels, af en toe ondeugend. Ze amuseert zich kostelijk als ze mensen een poets kan bakken als het hen helpt los te komen van de illusies die ons binden aan het lijden.

Mededogen beoefenen

We hebben verhalen gehoord over Avalokitesvara, of Kuan-Yin, die de Essentie van Mededogen belichamen, maar hoe kunnen wij zelf proberen mededogen te beoefe-



nen? Wat is het verschil tussen een altruistische instelling en mededogen? We moeten in de eerste plaats wijs worden. Hoeveel we ook een ander willen helpen, zonder wijsheid kan onze hulp niets meer zijn dan de een goeddoenerige vermoednis. Daarom moeten we eerst de relatie tussen wijsheid en mededogen onderzoeken. Om verlichting te verkrijgen is oneindige wijsheid en mededogen in volmaakte vereniging nodig. De essentie van wijsheid wordt uitgedrukt door de onbeweeglijke spiegel van de Geest in Meditatie, en het helpt ons te begrijpen dat er in elk van ons geen permanent, afgescheiden, individueel zelf is. We zijn allemaal een deel van het Geheel - ja we *zijn* zelfs dat Geheel. Derhalve om wijsheid te vinden, stellen we onszelf in meditatie open voor het Geheel. Wat we vinden geven we door. Tot op zekere dag, terwijl we voortdurend luisteren naar wijsheid en wijsheid in de vorm

van mededogen doorgeven, worden we een leeg kanaal - ontledigd van het afgescheiden zelf, waar wijsheid / mededogen doorheen kan stromen. Wijsheid is mededogen. Mededogen is wijsheid in actie.

Het gelouterd volledig bewust wezen dat zo handelt is een BODHI-sattva. Een wezen van licht (bodhi) dat de ideatie van de Universele Geest weerspiegelt. Bodhi is datgene in ons dat het absolute bevatten en weerspiegelen kan. Per slot van rekening Kuan-Yin heeft toch geen fysiek lichaam. En een deel van de mythe is dat ze ergens moet leven. Alleen in ons hart heeft ze een plaats om in te wonen. Bedenk dat ze duizend ogen heeft, en misschien zijn er hiervan twee die nu dit artikel lezen.

Uit: *The Theosophist*, september 1999
Vertaling: Ton van Beek

Vrede is van weinig waarde
voor iemand die sterft van honger of dorst.
Zij zal de pijn niet weghalen van een gevangene
die gefolterd wordt vanwege zijn overtuiging.
Zij troost hen niet die hun dierbaren
hebben verloren in een overstroming
veroorzaakt door zinloze ontbossing
in een naburig land.

Dalai Lama