

De ethiek van mededogen

– Martin Hausenberg

Ethiek en mededogen zijn zulke veeleisende onderwerpen dat het beter zou zijn als een lama, die waarlijk deze eigenschappen belichaamt, hierover zou spreken. Niettemin gaan ethiek en mededogen ons allen aan, omdat het geluk van het mensenleven ervan afhangt. Zij die geïnteresseerd zijn in spirituele groei streven ernaar deze eigenschappen in zichzelf te ontwikkelen. Maar ook als iemand niet geïnteresseerd is in spirituele groei, dan wordt hij toch geraakt door ethiek en mededogen, omdat dit eigenschappen zijn die geluk brengen in ieders leven, ongeacht spirituele aspiraties. Een mededogend mens brengt geluk aan iedereen die met hem in contact komt en precies zo zal iemand die niet mededogend is voortdurend lijden veroorzaken voor de mensen om hem heen.



Als theosofen zijn wij vaak geïnteresseerd in gecompliceerde metafysische verschijnselen, de geheimen van de natuur, de oorsprong van het universum enzovoort. Dat zijn ongetwijfeld belangrijke gebieden voor studie, die onze kennis vergroten en ons wereldbeeld verbreden. Als wij echter alleen kennis benadrukken zal er geen innerlijke verandering in ons komen. Daarom hebben wijze leraren er altijd op gehamerd dat spirituele groei slechts onder één voorwaarde tot stand kan komen, namelijk dat wij tegelijk met toenemende kennis de standaard van ons eigen ethisch gedrag verhogen. Hoe meer wij ethische eisen stellen aan onszelf, hoe mededogender wij worden. Mededogen en ethiek zijn met elkaar verbonden: een onethisch iemand kan niet mededogend handelen in bredere zin en, aan de andere kant, is iemand die de wetten van mededogen respecteert tezelfdertijd ook ethisch.

Wij theosofen hebben meestal een tamelijk goed theoretisch begrip van een mededogende levenswijze, maar wij geven liever lezingen over andere onderwerpen. Als mededogen het on-

Martin Hausenberg is een jong, enthousiast TS-lid in Estland. Dit is zijn bijdrage aan een symposium op het Europese congres van de Theosofische Vereniging, Helsinki 2007.

derwerp wordt waarover we spreken, kunnen wij een zekere innerlijke leegheid ervaren. Het is belangrijk hier eerlijk aandacht aan te besteden. Mededogen is niet alleen maar een woord – het is een centrum van spirituele kracht. Wanneer wij het woord *mededogen* uitspreken is het als een vibrerende spiegel die onze ware aard blootlegt; het laat zien of iets binnenin ons vibreert op hetzelfde niveau, of dat mededogen voor ons alleen maar is zoals ieder ander woord. Dit toont aan dat een theoretisch idee van mededogen de innerlijke leegte niet wegneemt. Jammer genoeg bevind ik mij in precies deze zelfde situatie. Mijn idee van mededogen is ook theoretisch. Ik weet hoe belangrijk een onzelfzuchtige houding en onzelfzuchtig werken is, maar in de praktijk wint het najagen van mijn eigen geluk en persoonlijke winst het vaak. Het is niet gemakkelijk om dit kwijt te raken, maar ik geloof wel dat iedereen die de innerlijke strijd tegen egoïsme in de loop van zijn leven dóórzet, uiteindelijk alle obstakels zal overwinnen, waarbij theoretische waarden in een praktische levenswijze veranderen.

Wanneer wij wijze leraren ontmoeten, is dit als een soort bliksemingslag die ons inspireert, maar daarna blazen de winden van de wereld onze aandacht al gauw elders heen. Daarom hebben de grote wijze leraren ons altijd geleerd dat wij onszelf er elke dag aan zouden moeten herinneren wat waarlijk waardevol en blijvend is. Er zijn veel dingen die onze tijd, aandacht en belangstelling in beslag nemen, maar op het moment van de dood hebben deze dingen geen echte waarde of betekenis. Het zou de moeite waard zijn om bijvoorbeeld de volgende oefen-

ning uit te proberen: *'Sluit uw ogen en verbeeld u dat u dood bent. Kijk dan terug naar uw leven als toeschouwer. U kunt het zien als een reeks gebeurtenissen, beslissingen en emoties. Nu kunnen wij vanaf de andere kant van de dood zien hoe wij ons karakter gevormd hebben. Ons leven bevatte liefde en mededogen, maar ook haat, afgunst en onverschilligheid. Nu wij dood zijn, moeten wij eerlijk zijn en onszelf bekennen welk soort emoties en bezigheden als overwinnaar uit de bus gekomen zijn tijdens ons leven – of dat mededogen was of het najagen van onze eigen belangen, nutteloze karweitjes of spirituele praktijken. Zo kunnen wij ontdekken wat de richtkracht is bij ons handelen. Er is ook een andere manier om hiernaar te kijken: wij kunnen eerlijk naar ons karakter kijken en ons afvragen of ik echt deze persoon als vriend wilde hebben.'* Dit zijn heel pijnlijke vragen, nietwaar?

Op ieder moment is er de mogelijkheid tot verandering, als wij maar de wil en de kracht hebben om die momenten te gebruiken.

Op ieder moment is er de mogelijkheid tot verandering, als wij maar de wil en de kracht hebben om die momenten te gebruiken. Laten wij ons voorstellen dat mij twintig minuten gegund is voor een voordracht en dat u twintig minuten gegund is om te luisteren. Ik moet erover nadenken hoe en wat ik zou zeggen als dit de laatste twintig minuten van mijn leven waren. Zou ik een iets andere toon en kracht in mijn woorden leggen als ik dacht dat er geen gelegenheid zou zijn om ze later te corrigeren en het mijn laatste woorden zouden zijn? Precies

zo zouden de luisteraars dezelfde mogelijkheid hebben om zich echt te concentreren, als zij dachten dat dit voor hen de laatste gelegenheid was om dharma te horen. Hetzelfde geldt voor spreken in het dagelijks leven. Het vermogen tot spreken is heel vanzelfsprekend voor ons en wij gebruiken het om zowel goede als slechte dingen te zeggen. Niet iedereen heeft echter dit vermogen en wij kunnen het ook plotseling kwijtraken. Dus elke keer als we wat zeggen zou het de moeite waard zijn om ons af te vragen of we deze woorden zouden zeggen als het onze laatste woorden waren, aangezien het leven op ieder moment kan eindigen, even gemakkelijk als een tak van een boom breekt!

Wij denken vaak dat mededogen betekent in de een of andere vorm grootsse bodhisattva-daden doen, wat ik niet kan doen – die zijn nog zo ver van mijn bed. Maar dit is helemaal niet waar. Zelfs het overwinnen van onze eigen luiheid kan een zeer mededogende handeling zijn, aangezien luiheid vaak voorkomt dat wij vele kleine maar waardevolle spirituele daden en karweitjes doen. Logebijeenkomsten en openbare lezingen zijn bijvoorbeeld altijd een mogelijkheid om mededogen te praktiseren. Als wij deelnemen aan de bijeenkomsten met een motivatie om kennis voor onszelf te vergaren, is dat goed, maar het is geen mededogend motief. Als het doel van onze deelname is om het gewone niveau van denken te ontwikkelen en om logewerk te steunen, is dit al mededogen in de praktijk.

In *Tibetaans Boeddhisme* is de notie van mededogen vaak verbonden met

het woord *bodhichitta*, dat meestal vertaald wordt als het ‘denkvermogen van verlichting’. Ik denk dat mededogen noodzakelijkerwijs een deel vormt van het verlichte denkvermogen. Wanneer een sterke en standvastige beslissing om eens verlichting te bereiken in ons ontwaakt, dan zit daar al sterk mededogen in, omdat het betekent dat wij niet langer lijden veroorzaken ten opzichte van levende wezens. Als deze beslissing echt is, betekent het dat wij bereid zijn zelf te lijden, veeleer dan lijden bij anderen te veroorzaken.

Alle grote wijzen hebben mededogen en ethiek beschouwd als tekenen van ware spiritualiteit. Dit is uitgedrukt op een heel diepe en eenvoudige manier door een groot Tibetaans leraar, Patrol Rinpoche. Met zijn woorden zou ik willen besluiten:

‘Zelfs iemand die kan vliegen als een vogel, onder de grond kan reizen zoals een muis, ongehinderd door rotsen heen kan gaan, afdrukken van zijn handen en voeten op de rotsen kan achterlaten, iemand die onbeperkte helderziendheid bezit en allerlei soorten wonderen kan verrichten – als zo iemand geen bodhichitta heeft, kan hij alleen maar een tirthika zijn, of bezeten van een of andere krachtige demon. Aanvankelijk kan hij wat naïeve onschuldigen aantrekken die onder de indruk zijn en hem offeranden brengen. Maar op de lange duur zal hij alleen maar verderf over zichzelf en anderen brengen. Aan de andere kant, iemand die ware bodhichitta bezit zal zelfs al heeft hij geen enkele andere eigenschap, iedereen bevoordelen die in contact met hem of haar komt’ (p. 257, *Words of My Perfect Teacher*).

Vertaling: A.M.I.