



## Zen & Theravada Boeddhisme Sri Lanka

Veel mensen vragen me naar mijn ervaringen in Sri Lanka en vandaar deze update met daarin een kort reisverslag en enkele foto's van 'het paradijs op aarde' want zo wordt Sri Lanka ook wel genoemd. Sri Lanka stond al lang op mijn verlanglijstje om te bezoeken, want het Boeddhisme is er heel oud en 70% van de bevolking is er Boeddhist. Het is daarmee een van de weinige landen ter wereld waar Boeddhisten ruim in de meerderheid zijn. Ze horen er bijna allemaal tot de school van het Theravada Boeddhisme, een vorm van 'oorspronkelijk' Boeddhisme. Natuurlijk menen alle Boeddhistische scholen de leer van Boeddha het best te vertegenwoordigen, maar deze school heeft geschiedkundig goede papieren in huis om te stellen dat hun traditie het meeste lijkt op hoe de Sangha (Boeddhistische gemeenschap) er oorspronkelijk heeft uitgezien. Een tekst die er heel centraal staat is de Anatta Lakkhana Sutta, dit is de tweede toespraak die de Boeddha hield, waarin hij de leer van niet-zelf (anatta)



uiteen zet. Hierin verklaart de Boeddha dat in geen enkele van de vijf aggregaten (materie; gevoelens; waarnemingen; mentale factoren; bewustzijn) zoiets als een ziel of een zelf te vinden is. Een zeer beroemde uitspraak daaruit luidt: 'Dit is niet van mij, dit ben ik niet, dit is niet mijn zelf.' Deze tweede toespraak hield de Boeddha in het begin van zijn openbare optreden, voor zijn eerste vijf monniken en na het horen van deze tweede toespraak verwierven zij allemaal de Verlichting of zoals het in de Theravada traditie genoemd wordt: het Arahatschap. De in het oog springende verschillen met de Zentradiitie zijn dat priesters in de Theravada school beslist niet getrouwd kunnen zijn, terwijl dat in de Japanse zentradiitie wel is toegestaan. Sterker nog Theravada priesters mogen in principe geen vrouwen aanraken, zoals dat ook in de tijd van Boeddha het geval was. Nu ligt dat wel wat genuanceerder zoals blijkt uit de gesprekken die ik heb gehad en op video te zien zijn (zie elders), maar toch zal een

Theravada priester uit Sri Lanka een vrouw geen hand geven.



## Reïncarnatie

Opvallende overeenkomst met Zen is de tolerantie van deze school. Men toonde zich zeer geïnteresseerd in de Zentradiitie en in hun reactie op mijn uitleg over de Zen.nl-traditie kreeg ik zeer positieve reacties. In Colombo maakte ik kennis met Olande Ananda. Een Nederlandse Theravada priester die in deze hoofdstad van Sri Lanka sinds 1997 een eigen meditatie centrum heeft. Binnen een straal van 1 km vanaf zijn tempel bevinden zich maar liefst 5 Theravada tempels. Dit geeft aan hoe levend het Boeddhisme op Sri Lanka is. In het vraaggesprek dat ik met hem hield vertelt hij hoe hij als afgestudeerde vast liep in de zinloosheid van het bestaan en op een wereldreis in



aanraking kwam met het Boeddhisme op Sri Lanka. Hij wist iets van Zen en Boeddhisme, maar de kennismaking op Sri Lanka voelde 'alsof het allemaal zo moest zijn' en daarom bleef hij er. Toch vond hij dat zijn leraar te weinig mediteerde en daarom trok hij het oerwoud in en mediteerde er twaalf jaar met de woudmonniken. In de video meer over wat hij

daarvan leerde. Toen besloot hij terug te keren naar zijn oude (inmiddels 95 jarige) leraar in Colombo en stichtte er zijn eigen meditatieschool. Eens per week komt zijn meditatie groep van ongeveer 25 mensen bij elkaar om te praten over het Boeddhisme en samen twee perioden te mediteren. Na mijn interview met hem had ik het genoegende deel te nemen aan deze meditatiebijeenkomst en werd uitgenodigd om te vertellen over Zen. Men stelde mij veel vragen. Boeiend was dat 'reïncarnatie' voor deze mensen een belangrijk thema is.

**DVD met vraaggesprekken zie pag. 2**

Boeiend omdat de Anatta Lakkhana Sutra het idee van niet-zelf centraal stelt en ik denk dan, wat kan er dan reïncarneren? De discussie maakte duidelijk dat 'ze geloven' dat je reïncarneert totdat je je bewust bent van het niet hebben van een 'zelf' en dat is natuurlijk een aardig tussenvorm van geloven en niet geloven in reïncarnatie.



### Paradijsvogel

Ik vroeg Ananda of hij achteraf toch niet liever voor Zen zou hebben gekozen en hij vertelde toen verder over het gevoel 'alsof het allemaal zo moest zijn' toen hij voor het eerst in Sri Lanka kennis maakte met het Boeddhisme. Dit gevoel herken ik zelf in hoge mate. Het begon al in het vliegtuig. Sri Lanka was plotseling opgekomen als reisbestemming omdat Japan op dat moment

niet veilig genoeg leek. Daardoor had ik me nauwelijks kunnen voorbereiden op mijn verblijf op Sri Lanka. Er was in het vliegtuig nog één stoel vrij toen ik boekte en wie zat er naast mij? Arjen, een Theravada Boeddhist uit Amsterdam die zich buitengewoon goed had voorbereid op zijn reis en alle kennis, adressen en telefoonnummers met mij deelde. Theravada Boeddhisten zijn meer dan Zenboeddhisten gespecialiseerd in aardig zijn voor elkaar en ik kreeg daar meteen een stralend voorbeeld van. Alle uitdraaien en boeken die hij voor zichzelf bij zich had, kreeg ik van hem als cadeau mee. En zo verliet ik het vliegtuig enigszins bezwaard, maar wel heel goed voorbereid. Nog die zelfde avond zat ik samen met de Boeddhistische gemeenschap van Bentota sutra's te chanten en te mediteren. De schitterende toevalligheden stapelden zich gedurende mijn zeven-daagse verblijf op, met als hoogtepunt de inleiding in de Tempel van Olande Ananda. Hij vertelde zijn visie op het verschil tussen Theravada en Zen en zei dat 'Zenboeddhisten geloven dat samsara en nirvana één zijn, waar veel Theravada volgelingen geloven eerst verder te moeten reïncarneren om het nirvana te kunnen bereiken'. En juist op het moment dat hij vertelt dat Zenboeddhisten denken dat nirvana en samsara één zijn, zag ik vanuit mijn positie een prachtig vogeltje neerstrijken in de tuin. Een zwart vogeltje met een wel 30 cm lange witte staart. Zo sierlijk had ik het zelfs in de diertuin nog niet eerder gezien. Het zat er een minuut of anderhalf om vervolgens weer net zo sierlijk uit beeld te verdwijnen als ze er in was gekomen. Later vertelde ik Ananda ervan en hij verzekerde mij dat dit het zeer zeldzame paradijsvogeltje uit Zuid-India was, die op Sri Lanka nog minder vaak te zien is. Sri Lanka het Boeddhistische paradijs op aarde?



Ja, ik denk het wel, maar door toedoen van ons mensen wel snel steeds minder paradijs. De tijgers zijn er net als



veel andere diersoorten met uitsterven bedreigd en om de toeristen sneller op hun plek te krijgen, wordt er weer een nieuw vliegveld gebouwd en een nieuwe brede snelweg aangelegd.

### Vrouwen in Theravada

In mijn gesprekken met zowel Sangharatama als Ananda heb ik geïnformeerd naar de positie van vrouwen in de traditie. De antwoorden zijn heel verschillend van beide leraren, maar duidelijk werd dat vrouwen hoewel ze volgens hun traditie wel verlicht kunnen raken in dit leven, ze eerst herboren moeten worden als man om Boedha te kunnen worden. Hoewel ik dat dus echt niet geloof, denk ik wel dat ook de officiële vertegenwoordigers van de Zentraditie in Japan daar niet veel anders over denken dan hun Theravada collega's.

### Video

Van de twee vraaggesprekken heb ik geslaagde HD-video-opnames kunnen maken van in totaal 1 uur. Deze DVD is voor €15,- via de [Zen.nl winkel](http://Zen.nl) te bestellen. De opbrengst van de verkoop is voor het fonds van de Theravada Boeddhisten dat zich richt op sociaal werk onder de zeer vele armen die dit 'paradijs op aarde' telt. Dank en hartelijke groet: Rients Ritskes

