



Nirvana-dag 16 februari 2025

Tekst van Thich Nhat Hanh

“In de *Verhandelingen over het draaien van het wiel van de Dharma* onderwees de boeddha de vier edele waarheden van het lijden, de oorzaak van het lijden, de beëindiging van het lijden en het pad. Maar In de Hart-Soetra vertelt bodhisattva Avalokiteshvara ons dat er geen lijden is, geen oorzaak van lijden, geen beëindiging van lijden en geen pad. Is dit een contradictie? Nee. De boeddha spreekt in termen van relatieve waarheid en Avalokiteshvara onderwijst in termen van absolute waarheid. Wanneer Avalokiteshvara zegt dat er geen lijden is bedoelt hij dat het lijden volledig uit dingen bestaat die niet lijden zijn. Of je lijdt of niet hangt van vele omstandigheden af.

(...)

De 4 edele waarheden werden door de Boeddha als relatieve waarheid gepresenteerd om je te helpen de deur van praktiseren binnen te gaan, maar zij vormen niet zijn meest diepgaande leer. Met de ogen van onderlinge verwevenheid kunnen wij de twee waarheden altijd met elkaar in overeenstemming brengen. Wanneer wij zien, begrijpen en contact maken met wat de aard van onderling verwevenheid zijn is, zien wij de Boeddha.

Alle geconditioneerde dingen zijn vergankelijk.

Het zijn verschijnselen, onderworpen aan geboorte en dood.

*Wanneer geboorte en dood niet langer bestaan,
is het volledig stil worden vreugde.*

Dit vers (gatha) heeft de Boeddha kort voor zijn dood voorgedragen. De eerste twee regels drukken relatieve waarheid uit, de derde en de vierde regel absolute waarheid. ‘Alle geconditioneerde dingen’ omvat fysische, fysiologische en psychische verschijnselen. ‘Volledig stil worden’ betekent nirwana, de uitdoving van alle concepten. Wanneer de Boeddha zegt: ‘Het volledig stil worden is vreugde’ bedoelt hij dat denken, conceptualiseren en spreken opgehouden zijn. Dit is de derde edele waarheid in absolute termen. De Boeddha raadt ons aan elke dag de ‘vijf geheugensteuntjes’ op te zeggen:

1. Ik ben van dien aard dat ik oud word. Er is geen mogelijkheid om aan oud worden te ontsnappen.
2. Ik ben van dien aard dat ik slechte gezondheid krijg. Er is geen mogelijkheid om aan een slechte gezondheid te krijgen te ontsnappen.



3. Ik ben van dien aard dat ik sterf. Er is geen mogelijkheid om aan doodgaan te ontsnappen.
4. Alles wat mij dierbaar is en iedereen van wie ik houd zijn van dien aard dat zij veranderen. Er is geen mogelijkheid om aan van hen gescheiden worden te ontsnappen.
5. Mijn daden zijn mijn enige ware persoonlijke bezittingen. Ik kan niet aan de gevolgen van mijn daden ontsnappen. Mijn daden zijn de grond waarop ik sta.

De vijf geheugensteuntjes helpen ons vriendschap te sluiten met onze angst om oud te worden ziek te worden verlaten te worden en te sterven.

(...)

Maar in de Hart-Soetra onderwijst Avalokiteshvara dat er geen geboorte en geen dood bestaat. Waarom zou de boeddha dan zeggen dat wij moeten sterven als er geen geboorte en geen dood bestaat? Omdat de Boeddha in de vijf geheugensteuntjes het hulpmiddel van de relatieve waarheid gebruikt. Hij is zich er terdege van bewust dat er in termen van de absolute waarheid geen geboorte en dood bestaat.

Wanneer wij naar de oceaan kijken zien wij dat elke golf een begin en een einde heeft. Een golf kan met andere golven worden vergeleken, en wij kunnen haar mooier of minder mooi, hoger of lager, langer durend of minder langdurend noemen. Maar als wij beter kijken, zien wij dat een golf uit water bestaat. Terwijl zij het leven van een golf leidt, leidt zij ook het leven van water. Het zou droevig zijn als de golf niet wist dat zij water is. Zij zou dan denken: 'Op een dag zal ik moeten sterven. Deze tijdsperiode is mijn levensduur, en wanneer ik op het strand aankom, zal ik tot niet-zijn wederkeren.' Deze ideeën zullen de golf angst en leed bezorgen. Als wij willen dat de golf vrij en gelukkig is, moeten wij haar helpen deze ideeën over zelf, iemand, levende wezens en levensduur weg te nemen."

ⁱ Hanh, T. N. (1999). *Het hart van boeddha's leer*. Haarlem: Uitgeverij Altamira. Pagina 121-123