

回
向

Ekō

België - Belgique
P.B.
2600 - Berchem
Uitbreidingsstraat
BC 4909



*Onze tempelstichter Adriaan Peel ontvangt op 15/10/1979
tokudo van Shōnyo Shōnin en draagt voortaan als naam Shitoku.
Op de achtergrond de toen nog jonge Hisao Inagaki.
foto via Katrien Haemers*

jaargang 37 nr 2
zomer 2014
(of Ekō nr 141)

driemaandelijks tijdschrift
afgiftekantoor 2600 Berchem Uitbreidingsstraat
erkenningsnummer P303143

Inhoud

Een woord vooraf...	1
Zilveren jubileum in onze hoofdtempel (deel 1)	2
De drie kenmerken van ons bestaan	10
Jikōji's missie en visie (deel 1)	12
Boeddhisme en psychoanalyse: een heilzame combinatie	21
Liefhebben, knuffelen... en weer loslaten	27
Boeddhisme beïnvloedt en wordt beïnvloed (deel 4)	31
Nieuws uit de sangha	39
Rooster der bijeenkomsten – zomer 2014	39

Dit is een uitgave van het Centrum voor Shin-Boeddhisme. De redactie noch het Centrum voor Shin-Boeddhisme zijn gebonden door de bijdragen van derden, die overigens niet noodzakelijk de zienswijze van de redactie weergeven. Iedere auteur is verantwoordelijk voor zijn of haar bijdrage.

Ekō wordt gratis verspreid. Op eenvoudig verzoek nemen we u graag op als abonnee op de papieren en/of elektronische versie of schrappen wij U van de lijst.



Het Centrum voor Shin-Boeddhisme vzw en de Shin-tempel Jikōji erkennen de spirituele en morele autoriteit van de Jōdo-Shinshū Hongwanji-ha (in Kyōto, Japan) in de persoon van de 25ste Hoofdabt Go-Monshu Kōjun Ōtani, maar zijn voorts organisatorisch en financieel autonoom. Hun werking is afhankelijk van uw medewerking, uw waardering en uw steun.

Onze bankrekening is: IBAN nummer BE53 5230 8022 6553 en BIC-code TRIOBEBB bij Triodos Bank nv, Hoogstraat 139/3, B-1000 Brussel, op naam van het Centrum voor Shin-Boeddhisme vzw, Pretoriastraat 68, B-2600 Berchem-Antwerpen (België).

Een woord vooraf...

Voor de foto op de voorzijde van deze Ekō gaat de eer uiteraard naar onze tempelstichter, Adriaan Peel, met name het speciaal moment waarop hij tokudo ontvangt (15/10/1979) van Shōnyo Shōnin en van dan af aan als Rev. Shitoku Peel door het leven gaat. Op de achterzijde vind je dit keer een beeld van de laatste toespraak van Sokunyo Kōshin Ōtani in zijn hoedanigheid als Monshu van de Jōdo-Shinshū school: sinds dat moment (06/06/2014) spreken we hem aan als Zenmon.

Naar aanleiding van dit zilveren jubileum vindt je een overzicht van de hoofdabten, een korte biografie van beide laatste hoofdabten en twee toespraken ter gelegenheid van de overdracht van de functie. In een volgend nummer hopen we de toespraken van de huidige Monshu en van de huidige Zenmon te kunnen opnemen.



Met verscheidene duizenden volgden we – in en buiten de tempel - ingetogen maar enthousiast de ceremonies van 5 en 6 juni 2014. Dit is de plek waar de vertegenwoordigers van de buitenlandse sangha's konden plaatsnemen.

Nogmaals verwelkomen we – naast de regelmatige dichters – in deze Ekō een paar gastschrijvers: Marc bekijkt graag de dharma door de ogen van een leek, Monica bespreekt de manier waarop boeddhisme haar plaats in de psychoanalyse opeist en Paul en Dirk begeleiden ons bij het denkwerk omtrent het missie-visie-project van onze sangha. De beïnvloeding tussen taoïsme en boeddhisme wordt dit keer verduidelijkt via de werken van Chuang-Tzu. Ons boontje voor Mary Oliver (zie het zomernummer 2012) krijgt dit keer via *Liefhebben, knuffelen... en weer loslaten* een vervolg... Een zeer waardevolle tip!

Veel leesgenot – in de schaduw en/of veilig weg van de hagel...

Fons Martens

Zilveren jubileum in onze hoofdtempel (deel 1)

Op 5 en 6 juni 2014 gingen er in onze hoofdtempel in Kyoto belangrijke ceremonies door: onze school Nishi Hongwanji-ha kreeg toen namelijk een nieuwe hoofdabt, de 25ste na haar stichter Shinran Shōnin.

- 1 Shinran Shōnin (親鸞聖人, *stichter* - 1173-1263)
- 2 Nyoshin Shōnin (如信上人 1239-1300)
- 3 Kakunyo Sōshō Shōnin (覚如上人 1270-1351)
- 4 Zennyō Shōnin (善如上人 1333-1389)
- 5 Shakunyo Shōnin (綽如上人 1350-1393)
- 6 Gyōnyō Shōnin (巧如上人 1376-1440)
- 7 Zonnyō Shōnin (存如上人 1396-1457)
- 8 Rennyō Shōnin (蓮如上人, *2de belangrijkste* - 1415-1499)
- 9 Jitsunyo Shōnin (実如上人 1458-1525)
- 10 Shōnyō Shōnin (証如上人 1516-1554)
- 11 Kennyo Shōnin (顕如上人 1543-1592)
- 12 Junnyō Shōnin (准如上人 1577-1630)
- 13 Ryōnyō Shōnin (良如上人 1612-1662)
- 14 Jakunyo Shōnin (寂知上人 1651-1725)
- 15 Jūnyō Shōnin (住如上人 1673-1739)
- 16 Tannyō Shōnin (湛如上人 1716-1741)
- 17 Hōnyō Shōnin (法如上人 1707-1789)
- 18 Monnyō Shōnin (文如上人 1744-1799)
- 19 Honnyō Shōnin (本如上人 1778-1826)
- 20 Kōnyō Shōnin (広知上人 1798-1871)
- 21 Myōnyō Shōnin (明如上人 1850-1903)
1871-1903 - Kōson Ōtani (*burgerlijke naam*), Shinchi-in (*eretitel*)
- 22 Kyōnyō Shōnin (鏡如上人 1876-1948)
1903-1914 - Kōzui Ōtani, Shin'ei-in
- 23 Shōnyō Shōnin (勝如上人 1911-2002)
1927-1977 - Kōshō Ōtani, Shinzei-in
- 24 Sokunyo, Zenmon-sama (即如前門 1945-...)
1977-2014 – Kōshin Ōtani
- 25 Sennyō, Go-monshu (專如門主 1977-...)
2014- ... Kōjun Ōtani

Vermits er een aantal lezers van Ekō sinds de stichting betrokken zijn bij onze tempel, vermelden we gaarne meer details omtrent de laatste twee hoofdabten¹.

Shōnyo Shōnin (勝如上人) leefde van 1911 tot 2002, en fungeerde gedurende 50 jaar (1927-1977) als **23ste hoofdabt** van Nishi-Hongwanji-ha. Zijn burgerlijke naam luidde Ōtani Kōshō, en zijn *ingō* (eretitel na zijn overlijden) Shinzei-in. Hij was de oudste van de neven van de 22ste hoofdabt Kyōnyo Shōnin en zoon van Jōnyo. Hij wordt aangeduid als hoofd van de family Ōtani (*katoku*) en ontvangt de titel van graaf bij de oppensioenstelling van zijn oom en zijn vader (in 1914). In 1927 ontvangt hij *tokudo* en wordt abt (*jūshoku*) van de tempel Hōmpa-Hongwanji, alsook de 23ste hoofdabt (*monshu*) van de Hongwanji-school binnen de Jōdo-Shinshū.

Hij is de eerste hoofdabt die *tokudo* toekent aan vrouwen (vanaf 1931) en aan buitenlanders. Hij is ook de eerste die een academische graad behaald, met name aan de Keizerlijke Universiteit in Tokyo (1935). In 1937 huwt hij Lady Tokudaiji Yoshiko (*Kōe-in Jōe-ni*, 1918-2000), oudste dochter van graaf Tokudaiji Saneatsu, Grootmeester in de hofriten en hoofd van het Shinto-schrijn Heian-jingu. Zij krijgen vier kinderen. Binnen Hongwanji is Shōnyo een van de langst in functie blijvende hoofdabten: hij gaat op pensioen in 1977 en geeft beide functies (van abt en hoofdabt) door aan zijn zoon Sokunyo, en ontvangt vanaf dat moment de titel van *hoofdabt emeritus* (*zenmon*) resp. *abt emeritus* (*zenju*). Shōnyo Shōnin sterft op 14 juni 2002.

Vanaf 1951 onderneemt Shōnyo verscheidene trips naar het buitenland om de Jōdo-Shinshū leer te verspreiden. Zo ontmoet hij in 1954, in Berlijn, Harry Pieper, die – onder zijn patronage – de Europese Jodo-Shinshu groepen opstart.

Naast de vele eretitels was Zenmon-sama drie keer voorzitter van de *Buddhist Federation of Japan*, en voorzitter van IABC (*International Association for Buddhist Culture*), sinds haar oprichting in 1980.

Sokunyo, Zenmon-sama (即如前門) wordt in 1945 geboren als enige zoon van Shōnyo Shōnin. Hij fungeerde van 1977 tot 2014 als **24ste**

¹ bronnen: Nishi-Hongwanji agenda 2008, p. 75; www.pitaka.ch/honganji/shushu.htm, [/honganji/shushu2.htm](http://www.pitaka.ch/honganji/shushu2.htm) en [/sanmon.htm](http://www.pitaka.ch/sanmon.htm).
Ekō jaargang 37 nr 2 (of Ekō nr 141)

hoofdabt van Nishi-Hongwanji-ha. Zijn burgerlijke naam luidt Ōtani Kōshin. Hij ontvangt tokudo in 1960 en wordt officieel als toekomstig hoofdabt aangeduid in 1970. Na zijn studies aan de Ryukoku Universiteit (1971) en aan de Tokyo Universiteit (1974), neemt hij de functies over van zijn vader: abt van de tempel Homba-Hongwanji en hoofdabt van de Hongwanji-school binnen de Jōdo-Shinshū.

Hij huwt in 1973 met Mej. Tanaka Noriko (Nyohan-ni, geboren in 1949). Zij krijgen eveneens vier kinderen. Vermeldenswaard is het feit dat hij de patronage op zich naam voor de publicatie van *Jōdo-Shinshū Seiten*, een belangrijke uitgave van de Jōdo-Shinshū verzamelde werken (1985-1991) plus van de Engelse vertaling van de werken van de stichter van de school, *The Collected Works of Shinran* (1978-1997).



Zenmonsama tijdens een speciale kikyoshiki-viering voor de Europeanen op 09/09/2007 in de Japanse tuin bij Ekōji in Düsseldorf (Duitsland)

Hij fungeert ook als erevoorzitter van de IABC. Ook al omvatten zijn taken hoofdzakelijk activiteiten binnen Japan (zie hieronder de boodschappen van Governor General Giko Sonoki en Hongwanji Regent Kosho Sasaki), toch onderneemt hij vele reizen naar de buitenlandse districten.

Toespraken bij de overdracht binnen Jōdo-Shinshū (deel 1)

In deze Ekō alvast twee toespraken ter gelegenheid van de overdracht (Dharma Transmission Ceremony) van 05 en 06 juni 2014: van Governor General Giko Sonoki en van Hongwanji Regent Kosho Sasaki – met dank aan de staff van HIC (Hongwanji International Center) voor de Engelse vertaling. In een volgend nummer hopen we de toespraken van de huidige Monshu en van de huidige Zenmon te kunnen opnemen.

Boodschap van Governor General Giko Sonoki

Het is met veel plezier dat we in de gelegenheid zijn de *Hoto Keisho Shiki* te kunnen bijwonen, de ceremonie waarbij de Jōdo-Shinshū traditie wordt overgedragen van Sokunyo Monshu, de 24ste hoofdabt van Hongwanji naar Sennyō Monshu, de 25ste hoofdabt.

Vanaf de oprichting door Shinran Shōnin is de Jōdo-Shinshū leer in stand gehouden en aan ons overgeleverd door de achtereenvolgende monshu van Hongwanji en door de vele voorlopers die zich hun leven lang baseerden op de Nembutsu leer.

De 24ste hoofdabt, Sokunyo Monshu, is de belangrijkste kracht gebleken in de leiding van de hele Jodo Shinshu Hongwanji-ha gemeenschap sinds zijn inwijding als monshu in april 1977, toen hij zijn voorganger, Shonyō Monshu, de 23ste hoofdabt, opvolgde. In deze functie bezocht hij ieder district en subdistrict in Japan en in de overzeese geaffilieerde organisaties. Naast de ceremonies ter gelegenheid van Rennyō Shōnin 500 jaar en van Shinran Shōnin 750 jaar, heeft hij de verantwoordelijkheid op zich genomen voor de grote renovatie van zowel de Amida-hall als van de Goeido-hall (de hall van de Stichter). Hij heeft bovendien grootschalige herdenkingsdiensten georganiseerd zoals het 400ste memoriaal van de 11de monshu, Kenyō Shōnin en de 400ste verjaardag van Hongwanji verhuis en terugkeer naar Kyoto. Tijdens zijn functie heeft Sokunyo Monshu steeds blijk gegeven van aandacht en openheid jegens de wijzigingen en noden van deze tijd. Hij heeft zich steeds ingespannen om de leer

op een effectieve manier te brengen bij huidige en toekomstige generaties, om op deze manier zoveel mogelijk mensen in contact te brengen met de Nembutsu leer en deel te laten worden van de sangha. We zullen zijn leiding sterk missen. Woorden kunnen onvoldoende onze dankbaarheid en appreciatie weergeven voor al hetgeen hij tijdens zijn 37-jarige leiderschap heeft gerealiseerd.

Sennyō Monshū, de 25ste patriarch van Hongwanji, ontving op zijn beurt tokudo (Hongwanji tempelverantwoordelijke) in augustus 1992 en de titel van Shinmon (toekomstige Monshū) in april 1993. Vanaf dan heeft hij zichzelf ingespannen voor de Hongwanji gemeenschap met een duidelijk besef de eerstvolgende monshū te worden door Sokunyo Monshū te ondersteunen, meer in het bijzonder tijdens beide voornoemde belangrijke ceremonies. Hij nam ook de verantwoordelijkheid op zich om de leer kracht bij te zetten in de hoofdstedelijke omgeving van Tokyo, de zes jaren dat hij (van april 2008 tot december 2013) in Tsukiji Hongwanji verbleef. Tijdens die periode reisde hij door heel Japan alsook naar de overzeese gebieden om de plaatselijke activiteiten binnen de sangha's te ervaren en om de belangrijkheid te benadrukken van de relevantie van de leer binnen de hedendaagse maatschappij.

We beleven op dit moment verscheidene drastische wijzingen in de maatschappij, zoals de toenemende vlucht van het platteland naar de verstedelijkte gebieden, het uit elkaar groeien van de waardenormen van de mensen en de trend naar kleinere families die het doorgeven van de dharma binnen familiegemeenschappen nog bemoeilijkt. Niet alleen zullen deze trends wellicht nog intenser worden, maar ook nog complexer. Daarom verwelkomen we als Jōdo-Shinshū volgelingen enthousiast de nieuwe energie, het begrip en het klare inzicht van Sennyō Monshū bij de leiding van de Hongwanji gemeenschap.

Ter gelegenheid van de overdracht binnen de Jōdo-Shinshū school willen we onze overtuiging vernieuwen om ons nog harder te engageren in de realisatie van een maatschappij die doordrongen is van de Nembutsu, met als leidraad het principe van jishin kyo ninshin: binnen ons eigen gemoed standvastig vertrouwen in de dharma op te wekken, en anderen op eenzelfde pad te begeleiden. Gebaseerd op de leiding die we hebben ondervonden van Sokunyo Monshū en met de nieuwe Monshū als centrale figuur, willen we ernaar streven zo effectief mogelijk de noden van deze tijd en de voortdurend wijzigende

omstandigheden te aanvaarden en ernaar te handelen, in de vaste overtuiging dat we ons willen blijven baseren op de universele leer.

Boodschap van Hongwanji Regent Kosho Sasaki

Ter gelegenheid van de Hoto Keisho Shiki (Ceremonie bij de overdracht binnen de Jōdo-Shinshū school) wil ik mijn diepe dank uitspreken aan de stichter, Shinran Shōnin, alsook aan de vele monshu van Hongwanji voor hun inspanningen bij de oprichting en de instandhouding van de Jōdo-Shinshū school zoals we ze vandaag kennen.

Bij zijn aanstelling als 24ste hoofdbabt van Hongwanji zei Sokunyo Monshu: “Ook al wordt ons leven gekenmerkt door zoveel vormen van angst en zoveel problemen die we in de wereld van vandaag aantreffen, toch zouden we het heil moeten blijven zoeken in de leer zoals Shinran Shōnin ze heeft uitgelegd. De waarheid van Amida Tathagata’s geloften wordt ons duidelijk doorheen onze volgehouden inspanningen om ons actief te engageren in de hedendaagse maatschappij.”

Precies zoals deze woorden aangeven, heeft Sokunyo Monshu in het totaal wel 534 subdistricten van de Jodo Shinshu Hongwanji-ha organisatie bezocht om uit de eerste hand, rechtstreeks van de lokale tempelbegeleiders en sanghaleden, de actuele levensvoorwaarden en situatie van deze gemeenschappen te ervaren. Hij heeft bijvoorbeeld na de beide grote aardbevingen (de Grote Hanshin Awaji Aardbeving bij Kobe in 1995, en de Grote Oost Japan Aardbeving in 2011) de door de rampen getroffen gebieden bezocht om persoonlijk met de slachtoffers te spreken, in de hoop dat zijn bezoeken enige troost en aanmoediging konden brengen bij hen die om hun geliefden treurden en bang waren voor hun onzekere toekomst. Zijn open en oprechte houding en zijn welgemeende belangstelling hebben bij iedereen binnen de Hongwanji organisatie respect en bewondering afgedwongen.

Wat Sennyō Monshu betreft, de 25ste patriarch van Hongwanji, hebben we hoge verwachtingen omtrent zijn nieuw leiderschap, uitgaande van zijn persoonlijkheid, jeugdige mentaliteit en bemoedigende openheid. Sinds hij bij Tsukiji Hongwani is aangeduid als de on-site leider van de tempel in 2008 tot het neerleggen van dit ambt in december 2013, was Sennyō Monshu door zijn eigen manier van optreden een voorbeeld van hoe je de leer in de hoofdstedelijke

regio van Tokyo kan ondersteunen: door de vele lokale tempels persoonlijk te bezoeken en zo hun specifieke omstandigheden te leren kennen en hun bezorgdheden te willen aanhoren.

Het principe dat de centen voorop plaatst in de egocentrische wereld en de competitieve maatschappij van vandaag zorgt ervoor dat ons leven, ondanks de materiële welvaart, spirituele inhoud mist en slechts het mateloos achternalopen van kortstondig profijt beoogt. In zo'n uitzichtloze tijd hebben we een gids nodig die ons aangepast en heilzaam begeleidt in de hedendaagse wereld en met name voor de toekomstige generaties.

Als verklaring van hetgeen de Voortijdelijke Geloofte inhoudt, vervult de Jōdo-Shinshū leer een belangrijke rol die ons op het Nembutsu pad brengt, vervuld van Amida Boeddha's licht van mededogen, en die ons leidt naar geboorte in het Reine Land. Voor de Hongwanji gemeenschap breekt vandaag een nieuw tijdperk aan. Ik hoop oprecht dat ieder lid van onze gemeenschap zich hiervan bewust is als een Jōdo-Shinshū volgeling en dat hij of zij zich hierbij ten volle wil inzetten om dit doel te bereiken.



Een sfeerbeeld van een van de binnentuinen van de oudste Zen tempel in Kyoto: Kennin-ji – foto: Fons 06/06/2014

BEING THERE

One moment
of entrusting
is enough

for birth
in the Pure Land,
writes Rennyō.

I put the book
down, listen to
Mick's guitar.

Without realizing it
I've entered
the "gateless gate"
and am *there*.

Marcus Cumberlege – 04/03/2013

Variety in life

Day by day: cool mornings, sunny afternoons, cold evenings.

What a variety in life!

Just like a *normal* Tuesday meeting at jikoji: a young student with her mother, a last year Bachelor, a young accountant, next to the *regular* members.

What a variety in life!

A nice word and a warm smile from Japan, next to the regular talks here at *my* building with 91 families.

What a variety in life!

I'm so thankful I can live this all, minute by minute:

Namo Amida Butsu

Fons, uit de correspondentie met Chewang, 09/04/2014

De drie kenmerken van ons bestaan

De dharma bekeken door de ogen van een leek

Algemeen wordt aangenomen dat de kern van de dharma, en daarmee ook de boodschap die de Boeddha de wereld meegaf vervat zit in de vier waarheden en het achtvoudige pad. Toch blijven twijfels bij mij hardnekkig rondhangen als mist op een meer bij een winterstille herfstdag. De eerste conclusie waar Gautama na zijn verlichting toe kwam was veel korter, meer *to the point* en veel duidelijker dan deze waartoe het achtvoudige pad ons leidt. Men moet weten dat de Boeddha zich in zijn onderricht vooral richtte tot de monnikengemeenschap, zijn leer (en daarmee het achtvoudige pad en de vier waarheden) tijdens de jaren verder uitdiepte en verfijnde (net zoals men een radio afstelt) voor een onderlegd gezelschap dat voltijds kon werken aan het bereiken van zijn eigen verlichting.

Ook heden ten dage nog, zeker als leek, is het wel gemakkelijk om met deze vier waarheden en het achtvoudige pad te dwepen maar niet altijd evident om deze te plaatsen, laat staan te concretiseren in klare duidelijke en er vooral praktische wegwijzers in te vinden, die ons verder helpen met het verdiepen van inzicht op het pad naar zelfbevrijding.

Wat was dan die eerste conclusie die de Boeddha trok en waar we wel iets mee kunnen?

De Boeddha ontdekt op het moment van zijn verlichting de drie kenmerken van ons bestaan: het leven is niet iets dat op zichzelf bestaat (*anatta*), alles is veranderlijk en onbestendig (*anicca*), in het leven bestaat er lijden (*dukkha*). Dit alles werd veroorzaakt door haat (*dosa*), begeerte (*lobha*) en onwetendheid (*moha*). De vier waarheden, het achtvoudige pad werden vanuit deze vaststellingen gekristalliseerd, voor een select publiek dat de overtuiging, de motivatie, de tijd en de leraar hadden om dit verder uit te diepen op hun pad naar verlichting. Voor leken echter die niet diezelfde mogelijkheden hadden als de *bikkhu's* werden deze eerste drie kenmerken omgezet in klare regeltjes die uiteindelijk bekend staan als de *pancasila* (de vijf voorschriften): de richtlijnen ter verbetering van ons leven en geluk.

Hoe schril het contrast tussen het Kalama sutta, het mangala sutta, het metta sutta ... in verhouding tot de meer technische sutta's die beginnen met “*oh monniken*” en duidelijk bedoeld zijn voor een eerder onderlegde groep die al een stuk verder op het pad van de thuislozen wandelden. Wat moeten wij als leek aan met die waarheden en dat pad? Misschien is het vooral de eerste conclusie van de Boeddha waar wij als leek mee aan de slag kunnen.

Het is aantrekkelijk om ons als devoot monnik te gedragen, ongeacht de stroming waarin we zitten, en daarnaast als leek met de beslommingen van elke dag, een gezin, de realiteit compromissen te sluiten. Of het doeltreffend is (tenzij voor ons ego) is maar zeer de vraag. Of dit het Boeddhisme is dat de Boeddha voorstond? Ik betwijfel het. Misschien moeten we voor we verder gaan, eerst maar eens teruggrijpen naar die drie kenmerken van het bestaan en het inpassen van de vijf voorschriften in ons leven om een beter en oprechter pad van de dharma te bewandelen; beseffend dat al het hetgene dat eruit volgt (waaronder de vier waarheden en het achtvoudige pad) monnikenwerk is, en ook door monniken werd ontwikkeld gedurende meer dan 2 500 jaar; de rest is ijl *would-be* gedrag, hoe oprecht en intens het ook beoefend mag worden.

Als leek is het mooi een zekere notie te hebben van de vier waarheden en het achtvoudige pad. Interessant? Ja! Nodig om zichzelf boeddhist te kunnen noemen? Nee zeker niet. Wat is trouwens *überhaupt* “boeddhist” zijn? Boeddhisme is vooral praktiseren, innerlijke reflectie, en dit naar de mogelijkheden en capaciteiten die men heeft; kortom de woorden van de Boeddha tot leven te brengen in ons dagelijks bestaan. Al de rest is grijpen naar wind in de ijle lucht: je kunt hem wel voelen tussen je vingers maar steeds als je hem wil vastnemen ontglipt hij je, en dit onder andere in het verlangen monnik te zijn zonder daarom de inspanningen en onthechten van vele dingen, die wij zo als normaal beschouwen, te aanvaarden die er mee gepaard gaan.

Shaku Kajo – 05/12/2013

Jikōji's missie en visie (deel 1)

Wie had gedacht dat die ene suggestie van Paul Van Looy op dinsdag 12/03/2013 zo'n jaar later zou zijn uitgegroeid tot een concreet project waaraan ondertussen zoveel sanghaleden tijdens diverse dagdelen hun medewerking hebben verleend? Nieuwsgierig? Da's ook de bedoeling! Met dit artikel willen we ook diegenen die de sessies niet hebben kunnen meemaken, op de hoogte brengen.

In dit eerste deel overlopen we het waarom, het ontstaan en de groei van het project. In een volgend deel komen dan erg belangrijke conclusies (met concretere richtlijnen), en een oproep voor het vervolg van het project.

1 Gespiegeld aan het bedrijfsleven...

Paul suggereerde immers hoe waardevol begeleid overleg tussen onze leden omtrent de huidige en toekomstige werking en doelstellingen van onze jikōji-sangha (en parallel hiermee de vzw Centrum voor Shin-Boeddhisme) kon worden. We waren meteen enthousiast over zijn voorstel: hij en zijn collega Dirk Vandecruys engageerden zich dan ook spontaan om met onze groep alvast een vijftal sessies te begeleiden in een aangename en positief inspirerende sfeer van het centrum De Lichtbron – in een creatieve omgeving: het stadspark in Wijnegem.



Een gedeelte van de deelnemers bespreekt en noteert... in het stadspark.

Na een tweetal informatiesessies in juni/juli besteedden we sinds oktober 2013 vijf zaterdagvoormiddagen aan hetgeen we (naar analogie van dergelijke initiatieven in het bedrijfsleven en in een aantal verenigingen) de **missie en visie** van onze vereniging zouden kunnen noemen. En nu laten we Paul zelf aan het woord:

2 *Inleiding*

Hoe tot stand gekomen

Er waren verschillende geluiden die we konden horen. De gesprekken met Fons, maar ook de verhalen die we konden opvangen bij de mensen binnen de Sangha. We zagen ook dat er de laatste periode bij jikōji meer en meer activiteiten bij kwamen. We ondervonden dat er een constante beweging was, groepen die gebruik maakte van onze ruimte, het delen van informatie op verplaatsing, Japan begon aan onze trui te trekken, via scholen kinderen ontvangen en dan de gebruikelijke ceremonies, dharma gesprekken, feestjes... Daarnaast de bezorgdheid voor Fons, onze gangmaker die we willen blijven koesteren. We hopen door een goede organisatie zijn werk te kunnen verlichten.

Het doel van ons missie/ visie traject

Onze vragen die we kunnen stellen zijn:

- Hoe kunnen we onze reis beter organiseren?
- Hoe kunnen we de kennis, ervaring en geschiedenis van jikōji borgen.

In eerste instantie vanuit ons ideaalbeeld, onze dromen, onze eigenheid, willen we onze weg tastbaar maken. We willen duidelijkheid brengen in wie we zijn en waar we voor staan. Nadenken over jikōji en een richting uitstippelen. Vanuit die gedachten gaan we onze droom concreet maken. Vervolgens een doelgericht doorgeven van kennis, ervaring en geschiedenis om deze knowhow te borgen in onze sangha, zodat we later kunnen terugblikken waar alles ontstaan is en dat de meeste dingen niet verloren gaan.

Spanningsveld

Toekomstbeeld en verhaal van Fons heeft een spanningsveld. Enerzijds de boeddhistische leer waar men spreekt over *geen berekeningen maken*: niet vastpinnen op de toekomst. Aan de andere kant zien we wel de nood om de toekomst een plaats te geven, de mogelijkheid tot dromen, te overdenken en richting te geven. Hier kunnen we spreken over een *en/en verhaal*: we kunnen de organisatie beter organiseren. Maar het plannen en het

organiseren kan gebeuren op een natuurlijke, organische manier en zeker niet forceren. Vooral zorgen dat de plannen die we maken ons niet belemmeren het hier en nu te beleven. Zodat we bewust blijven dat het pad zeker zo belangrijk is als het einddoel.

Aanpak van het traject

Waarom deze werkmethode gekozen? De sleutelwoorden waren betrokkenheid en diversiteit van deelnemers, zodat onze teksten gedragen worden door het merendeel van de leden. Eigen ervaringen, belevingen, ideeën en alles wat men dagelijks ondervindt bij de werking van de organisatie hebben de deelnemers kunnen ventileren. Het uiteindelijke doel is: de missie en visie voor mensen herkenbaar en toepasbaar onder woorden brengen.

Onze focus

We wilden ons beperken tot het huis (tempel) in Berchem. We hebben ons gericht op de organisatie en activiteiten die horen bij onze vzw, jikōji.

Een woord uitleg over missie en visie

Missie

Missie betekent een opdracht. Wat maakt ons uniek? Waar blinken we in uit? Missie draagt de vlag uit en kan als extern gerichte communicatie beschouwd worden.

Visie

Visie is: hoe kijken we naar mensen en maatschappij en hoe kijken we naar de toekomst. Visie is gericht op het intern gebeuren van de organisatie.

Missie is: wat maakt ons uniek,
en visie is: hoe kunnen we dat uniek zijn invullen?

3 Het proces dat we doorlopen hebben

Onze locatie *De Lichtbron* in Wijnegem leende zich goed om het traject tot een goed einde te brengen. Hieronder een overzicht van de vijf dagen die we hebben afgelegd.

Dag 1: 22/10/2013

Door brainstormen kregen we een stroom van woorden die we meedragen hebben tot het uiteindelijke eindresultaat. We werken rond 2 invalshoeken: individueel niveau en organisatieniveau. Welke woorden drukken het best uit waar de organisatie voor staat?

Hierbij benutten we twee benaderingen: Enerzijds hoe kijk je als individu naar onze organisatie, wat geeft je energie om regelmatig dinsdagavond naar de Sangha te komen? of steeds de nieuwsbrief en Ekō te lezen? of op een andere manier blijvend contact te houden met jikōji? En anderzijds op het niveau van de organisatie, kijk eens vanop een afstand naar onze werking, wat maakt jikōji uniek? Waar moet onze organisatie in uitblinken?



Dag 2: 09/11/2013

Dag twee zijn we verder gegaan met de informatie die we verkregen hebben op dag één. Een extra opdracht was: zoek een metafoor over onze organisatie, elke deelnemer mocht een voorwerp meebrengen dat voor hem/haar het meest onze organisatie veruiterlijkt.

Metaforen: kraanvogel, rode wollen draad, boekje, water (aanwezig, maar niet zichtbaar), fresco, sleutels, wit zand.

Vervolgens overlopen

we de lijst van woorden en maken we een onderscheid tussen missie, visie en operationeel (concrete veranderingen). In welke categorie plaats je een bepaald woord? De volgende opdracht was bedoeld om de vragen van dag één in zinnen te omschrijven. Onze voorzet was de zinnen te starten met:

- Wij willen...
- Denk aan welke ultieme resultaten wil je bereiken?
- Voor wie je het wil bereiken?

De resultaten van deze verschillende oefeningen vormden de eerste zinnen.

Dag 3: 21/12/2013

Aansluiting met vorige keer. Selectie van kernwoorden die zo waardevol waren om in onze missie opgenomen te worden. In sessie 1 hadden we een breed pakket van woorden gebrainstormd als antwoord op enkele missiegebonden vragen. In sessie 2 hebben we woorden geselecteerd en er de eerste zinoefeningen mee gehouden. Vandaag twee delen:

Oefening 1: opstelling van de missie is gemaakt in beide vorige sessies; nu enkel nog taalkundig aanscherpen en verdiepen. Een statistische analyse van de vorige oefeningen. We onderscheiden vier thema's die terugkeren als we de verschillende zinnen lezen en ontleden. De antwoorden op deze vragen vormen dan de bouwstenen van onze missie. Dit levert onze volgende bewoordingen:

- Vanuit het Shin Boeddhisme...
- In een sfeer van...
- Willen we...

Deze oefening leidt tot een eerste concrete omschrijving:

Missie

Wij willen: de leer van Boedha hertalen naar het hier en nu..., zodat mensen ze in hun eigen leven kunnen herkennen en toepassen.

Door dag drie krijgt de eerste tekst van missie vorm en wordt het onderscheid tussen missie, visie en operationele (concrete acties) duidelijk.

Oefening 2: aanzet tot visie. Hoe kan de organisatie eruitzien binnen tien jaar? En de ideale organisatieprincipes om onze missie waar te maken.

Dag 4: 01/02/2014

Nu gaan we werken rond de visie van de organisatie. Enerzijds is er de visie als kijk op de toekomst van de organisatie. Anderzijds is er de visie als kijk op mens en maatschappij: wat zijn de principes, waarden en normen van waaruit

we werken? Deze beide interpretaties geven een vertaling van de visie in een toekomstbeeld en in de principes waarop onze organisatie drijft.

Oefening 1: Tijdens de vorige oefeningen zijn we gekomen tot elementen voor onze missie. De elementen die we niet meegepakt hebben in de missie zouden we nu een plaats kunnen geven als visie.

Oefening 2 via een *Out of the box* denken:

- Hoe zie ik jikōji ideaal in de toekomst?
- Bekijk de missie? Hoe realiseer je die vandaag de dag al?
- Bekijk de missie? Wat zou je nog extra kunnen doen om die missie te realiseren?
- Op welke principes is de organisatie gebouwd?

Resultaten: vijf principes en een verhaal zijn hier voorlopig uitgekomen: samenhangigheid, openheid, gelijkwaardigheid, wijsheid en mededogen.

Dag 5: 22/03/2014

Oefening 1: Missie en visie teksten werden onder de loupe genomen. In de missie kon iedereen zich vinden. Bij de visie waren er verschillende bemerkingen. We zijn tot de vaststelling gekomen dat Fons die best kon herformuleren. Visie woorden werden vastgelegd in zes principes:

Visie

te omschrijven via zes sleutelwoorden:

mededogen, wijsheid, vertrouwen,
samenhangigheid, openheid en gelijkwaardigheid.

Oefening 2: Een proevertje om onze missie concreet te maken in toekomstige acties/activiteiten. Als begeleiders hadden we een reeks van 18 uitdagingen samengesteld. Woorden, uitdrukkingen, gezegden die tijdens de loop van het traject door de deelnemers naar voor zijn gebracht. Elke persoon mocht een aantal punten uitdelen per uitdaging.

De top uitdagingen voor jikōji blijken deze vier te worden:

1. Pakketten ontwikkelen voor culturele centra, scholen, ...
2. Het NaFonsiaans tijdperk uittekenen en voorbereiden.
3. De zes sleutelwoorden visie (mededogen, wijsheid, vertrouwen, samenhangigheid, openheid en gelijkwaardigheid) meer inhoud geven.

4. (ex aequo) Actief jongeren trachten aan te trekken en
Website vernieuwen, toegankelijker maken.

Afsluiting: Teksten missie/visie beschouwen als spiegel om in te kijken, we kunnen het zien als een toekomstbril waarbij we op een natuurlijke manier onze plannen hier en nu kunnen uitwerken. Een volgende fase kan omvatten: de uitdagingen van onze organisatie benoemen.

Evaluatie: Hoe is het geweest? bemerkingsen...

Was het nuttig? Hoe verder? Het nut van het traject werd in vraag gesteld. Beseffende dat er van hieruit verder moet gewerkt worden. We zijn vrij goed bezig. Vb. contacten scholen, opleidingen... Klaarstomen intern. Tijd nemen om te groeien. Meer nadenken, bezinnen over de organisatie is goed. Eerste en tweede dag van het traject: te traag. Dag drie was er zicht op de zaak. De laatste twee dagen het beste.

Dankwoord Met heel veel dank aan alle mensen die hun tijd en energie gestoken hebben in dit traject. Zonder hen hadden we dit niet kunnen bereiken. En aan Fons die de omkadering mogelijk gemaakt heeft en ons van begin tot eind heeft gesteund.

4 Van [2004] strategie naar [2014] missie en visie...

Al in 2004-2005 voelden we de noodzaak aan een aantal richtlijnen af te spreken omtrent de werking van de sangha. De toenmalige brainstormingsessies leverden volgende wegwijzers:

“Niets is blijvend, de accenten binnen de groep evenmin. De weg die we van plan zijn te bewandelen, de **strategie** die we van plan zijn aan te nemen, kan samengevat worden als volgt:

de leer van de Boeddha (1) leren kennen,
(2) beleven en uitdiepen, (3) uitdragen.

De verschuiving ten opzichte van het verleden heeft vooral plaats tussen punt (1) en (2): we wensen de leer van de Boeddha eerst te leren kennen, en dit volgens ieders mogelijkheden, en vervolgens beleven en uitdiepen. We willen immers zo snel mogelijk de leer in ons dagelijks leven toepassen, vorm geven, herkennen.”

Vandaag, een decennium later, willen we onze **missie** als volgt verwoorden:

We nemen ons voor om in een sfeer van samenhang, openheid en gelijkwaardigheid de raadgevingen van Boedha te hertalen naar het hier en nu zodat ze in het leven herkenbaar en toepasbaar zijn.

We laten mensen elkaar ontmoeten, om ervaringen uit te wisselen, om elkaar beter te begrijpen, om van elkaar te leren en om bewuster en gelukkiger in het leven te staan.

We laten mensen kennismaken met het Shin-Boeddhisme en begeleiden hen in het verdiepen van de leer.

We engageren ons om te werken aan een vreugdevollere samenleving met meer wijsheid, mededogen en vertrouwen.

We trachten met deze bewoordingen aan te geven waarvoor we staan, wat ons uniek maakt en waarin we uitblinken. Het ligt in onze bedoeling deze alinea's geleidelijk aan meer te gebruiken in onze interne en externe communicatie. Bij deze doen we dan ook een oproep aan de lezers om eventueel te reageren indien je een of andere belangrijke vergetelheid wil doorgeven, een formulering onjuist of onvolledig en/of overbodig of ongepast vindt. Immers, we hopen hiermee weer heel wat jaartjes verder te kunnen...

In een volgend Ekō-nummer kunnen we het hebben over verdieping van onze visie en erg belangrijk: een aantal heldere conclusies met concrete doelstellingen. We hopen jullie dan ook de verdere stappen binnen dit missie-visie-project te kunnen meedelen.

Paul Van Looy en Fons Martens

(wordt vervolgd)

dawn
his breath
on my shoulder

--Tanya Dikova²

the old setter snores
as I write out the check
for a puppy

--Jim Tantillo

Ja, alles komt goed,
allerlei alles komt goed,
en alles komt goed.

--Nellie Van Meel³



Welkom bij de Renkō-ji tempel in Kyoto, behorende tot Jodoshu (of Reine Landschool, met Chion-in als hoofdtempel) – foto: Fons 07/06/2014

² <http://tinywords.com/haiku/2007/07/16> , resp. 2008/02/08.

³ “naar een uitspraak van de 15de eeuwse mystica Julian Von Norwich,” aldus Nellie...

Boeddhisme en psychoanalyse: een heilzame combinatie



Jack Kornfield

Een historische schets

De opkomst van boeddhistische visies en technieken in de psychotherapie is een relatief nieuw fenomeen. In de jaren '70 bezochten enkele Amerikaanse psychologen, waaronder de bekendste Sharon Salzberg en Jack Kornfield zijn, het Oosten. Ze verbleven maanden of zelfs jaren in kloosters waar ze de wijsheid en meditatietechnieken van de verschillende boeddhistische tradities aanleerden. Vervolgens keerden ze terug naar de VS waar ze, naast het stichten van meditatiecentra, in hun klinische praktijk boeddhistische technieken begonnen te integreren.

Sindsdien is de populariteit van het begrip *mindfulness* blijven groeien. Na vele wetenschappelijke studies zijn de voordelige effecten ervan erkend. Hoewel *mindfulness* een volledig seculair begrip is dat door mensen met zeer verschillende (religieuze) achtergronden toegepast wordt, worden in deze Amerikaanse traditie ook vaak (zelf)mededogen en andere boeddhistische wijsheden aangehaald. De psychotherapeuten waar ik het hierboven over had, geven ook geregeld Dharma-gesprekken.

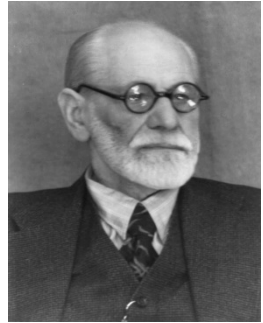
In Europa wordt *mindfulness* als dusdanig voornamelijk in de gedragstherapie toegepast. Hier groeit vaak één of andere vorm van meditatie uit, met de bedoeling deze ook disciplinair toe te passen. Maar naast de gedragstherapie, is de andere grote hedendaagse stroming in de psychotherapie de psychoanalyse, en hier heb ik de meeste ervaring mee.

Psychoanalyse vandaag

De term *psychoanalyse* doet snel aan Freud denken en zijn vrij rechtlijnige interpretatie van dromen. Hoewel Freud inderdaad de stichter van de psychoanalyse is, is deze geesteswetenschap sterk veranderd in de vorige eeuw. Zoals ik het gekend heb, heeft psychoanalyse de volgende kenmerken:

- Stilstaan bij wat men nu voelt

- Inzicht in de oorzaak van deze gevoelens (zowel in de situatie nu als in de oorspronkelijke situatie die er achter kan liggen)
- *Mentalisatie*: het verwoorden van (felle) gevoelens zodat men er niet direct op reageert, maar men erover kan spreken eerst.
- Een veilige omgeving, gecreëerd zowel door het kader (verpleegkundigen, psychologen, psychiaters) als eventueel door de groepsgenoten als men aan groepstherapie doet
- Mild proberen te zijn voor zichzelf en anderen.



Sigmund Freud

Hieronder ga ik een puur fictief en erg simplistisch voorbeeld geven hoe psychoanalyse concreet kan werken:

Jan werkt veel te hard. Hij doet onnodige overuren en geeft zijn werk pas af als het tot in de puntjes af is. Zijn deadlines stapelen op en hij kan zijn werk niet loslaten. Als hij niet laat op kantoor is, dan neemt Jan zijn werk mee naar huis. Hoewel zijn baas heel tevreden over hem is, is het voor Jan nooit goed genoeg. Hij geraakt uitgeput en futloos. Uiteindelijk moet hij stoppen met werken, want hij kan zijn bed niet meer uit. Hij heeft een burn-out.

Jan gaat in therapie bij een psychoanalist. Deze therapeut vraagt aan Jan welke gevoelens en gedragingen hebben geleid tot zijn burn-out. Jan vertelt over zijn perfectionisme. Hij bekritiseert elk foutje in zijn werk en kan dit niet loslaten. Hij voelt zich inadequaat.

De therapeut vraagt Jan of hij zich een gebeurtenis in het verleden herinnert waarbij hij ditzelfde gevoel herkent. Jan vertelt dat toen hij een tiener was, hij een erg goede student was, bij de top van zijn klas. Maar zijn vader was nooit tevreden. Het moest altijd maar meer zijn. Onbewust was Jan nog steeds op zoek naar zijn vaders bevestiging. Maar aangezien die er niet was geweest toen hij een tiener was, probeerde Jan dat gat steeds te vullen. Daarom was hij zelf nooit tevreden over zijn werk. Langzaam aan begint Jan in te zien dat hij in het heden aan het reageren is op een gevoel dat zijn oorsprong in het verleden heeft. Zo wordt dit gevoel deels ontkracht en kan Jan leren met zijn perfectionisme leren om te gaan.

Zoals ik al zei, gaat het hier over een heel simplistisch voorbeeld. Niet alleen is de weg naar het ontdekken van de onderliggende, onbewuste motivatie voor gedragingen in het nu niet zo snel te vinden, er zijn nog vele andere struikelblokken te overwinnen in psychoanalyse, zoals het moeilijk kunnen loslaten van een (gedachte)patroon, moeite hebben met de eigen verantwoordelijkheid te willen nemen, enzovoorts. Bovendien werkt psychoanalyse maar zeer traag. Het inzicht in de problemen is enkel de eerste stap, dit verandert niet alles in één keer. Men moet geduld oefenen met zichzelf, experimenteren met nieuwe patronen, met vallen en opstaan. Psychoanalyse is bij definitie een lange therapie.

Persoonlijk heb ik tweemaal een jaar psychoanalytische groepstherapie gevolgd. Ik ben telkens door een rollercoaster van gevoelens moeten gaan eer ik tot de kern van de zaak kon komen. De andere zeven mensen van de groep waren vaak een grote steun en ook een harde spiegel (hetgeen minder aangenaam is, maar nuttiger). Ik ben in deze therapie vaak op mezelf gebotst en heb delen van mezelf ontdekt en aanvaard die ik helemaal niet kende. Ik ben veel vooruit gegaan, maar ik miste telkens iets: een spiritueel antwoord op alles. Hoe kon ik al dit lijden plaatsens? Hoe kon ik mijn imperfecte zelf helemaal aanvaarden?

Ontdekking van het boeddhisme

Het is allemaal begonnen door een boek dat iemand mij uitgeleend heeft: *Zelf-compassie*, van Kristin Neff. Neff is een onderzoekster aan de universiteit van Austin, in Texas. Zij heeft vanuit haar eigen ervaring en onderzoek dit boek geschreven, licht gegrond in boeddhistische principes. Het heeft lang geduurd eer ik de principes van dat boek echt begrepen heb – namelijk in mijn tweede therapiejaar. Mild zijn voor mezelf was iets dat ik kon oefenen. Geïnspireerd door Neff, ben ik naar andere zulke leraren op zoek gegaan. Door



verschillende meditatietechnieken uit te proberen, ben ik terecht gekomen bij Jack Kornfield. Hij integreerde boeddhistische principes veel explicieter in zijn *talks*. Mijn interesse voor het boeddhisme is hieruit gegroeid en ik ben op zoek gegaan naar boeken over de leer van de Boeddha.

Ik heb ondervonden dat de basisprincipes van het boeddhisme wél mijn eigen verhaal konden integreren, zonder te impliceren dat mijn lijden een straf zou zijn, of dat er iets fundamenteels mis met mij was. Ik worstelde met enkele concepten zoals karma, reïncarnatie en niet-ik, en door hierover na te denken en mij vragen te stellen kon ik mijn eigen interpretatie van het boeddhisme opbouwen. Weliswaar is deze vrij idiosyncratisch en geïnspireerd door verschillende boeddhistische tradities.

Ik was al één keer op bezoek geweest bij Jikōji samen met de Theravada groep (waar ik al twee keer was gaan mediteren). Ik voelde toen al de nood om terug te komen, maar durfde niet. Toen ik de mail kreeg over een algemeen boeddhistische cursus, vond ik dit een fantastische opportuniteit om zowel terug eens naar de tempel te komen, als om iets bij te leren over het Boeddhisme.

Het beste van twee werelden

Het *lot* – zoals in de christelijke traditie – komt niet helemaal zo voor in het boeddhisme, geloof ik. Toch weet ik niet hoe het anders te noemen. Tijdens mijn eerste jaar therapie zou deze ontdekking niet aan mij vast zijn blijven hangen. Toen ik in mijn tweede jaar zat, 4 jaar later, was ik tegelijk rijp genoeg en rustig genoeg om dit pad te kunnen exploreren. Meditatie hielp mij om in het nu te blijven, therapie hielp mij om inzicht te krijgen in wat er scheelde. Waar ik voordien zoveel moeite had met het aanvaarden van mijn anders-zijn, kon ik nu dieper en verder gaan in de therapie dankzij de boeddhistische visie, want wat er ook naar boven zou komen, het was OK. Ik was maar een mens. De veiligheid van de therapiesetting liet me toe om ook in het boeddhisme verder te exploreren.

Bovendien zijn deze twee visies erg compatibel en vullen elkaar perfect aan:

- *Mentalisatie* wordt in de Amerikaanse traditie toegepast tijdens het mediteren onder de term *labeling*, namelijk je emoties benoemen als ze opkomen.
- Stilstaan bij wat er nu gebeurt en speelt is een belangrijk element in beide tradities.
- In groepspsychotherapie leer je om iemand anders zijn manier om de wereld te zien en te interpreteren te aanvaarden. Ik heb dit een *prisma* genoemd: iedereen heeft een ander prisma, gekleurd door zijn eigen, unieke ervaringen. Dit pas ook perfect bij het aanvaarden van anderen in het boeddhisme.
- Zowel in boeddhisme als in psychoanalyse wordt de nadruk gelegd op geweldloze communicatie: luisteren naar elkaar zonder elkaar te beoordelen. Dit is en blijft natuurlijk een levenswerk. Maar het bewust zijn van het feit dat dingen fout aan het lopen zijn, wanneer dit gebeurt, is al een grote stap vooruit.
- Mild zijn voor jezelf en anderen is nog zo'n principe waar men aan moet werken in psychoanalyse. Dit is ook een centraal concept in het boeddhisme. Mildheid, vooral ten opzichte van zichzelf, was voor mij en veel van mijn groepsgenoten het grootste struikelblok. We hadden allemaal *ouderproblemen*. Onze ervaringen als kind waren gekenmerkt door één of andere vorm van geweld uitgeoefend door onze ouders. De vraag die de anderen en ik zo vaak gesteld hebben was: als mijn eigen ouders niet van me hielden, ben ik het toch niet waard om liefgehad te worden?
 Het therapeutische antwoord hierop was dat men ouders als mensen moest zien, mensen met fouten. Als kind ben je niet verantwoordelijk voor die fouten, die je een leven lang mee zal dragen, maar onze ouders haten gaat ook niet veel helpen. Het ging hier wederom om aanvaarding van onze ouders en onszelf als mensen.
 De boeddhistische visie is hier weer niet veraf: je bestaat, dus je bent het waard om van te houden, hoe je ook bent. En hetzelfde geldt voor de imperfecte ouders.

Slotbeschouwingen

Het is een weg met vallen en opstaan. Dit heb ik geleerd in mijn tweede jaar psychoanalyse. In het eerste jaar hoopte ik mezelf te

repareren: als ik buitenkwam, moest ik ineens perfect functioneren. Dit heb ik losgelaten dankzij het tweede jaar therapie en het boeddhisme. Ik blijf wie ik ben – mijn ervaringen en mijn genen hebben zoveel van mij geschapen. Ik heb wel één belangrijke keuze die ik dagelijks opnieuw moet maken: hoe ik naar al die dingen kijk. De angstaanjagende gedachten in mijn hoofd, mijn imperfectie, mijn grijpreacties: kan ik mezelf aanvaarden met al mijn fouten? Het is een werk van elk moment, altijd aandachtig zijn. Ik kan niet altijd mildheid voor mezelf opbrengen, ik beoordeel mezelf steeds op zoveel. Maar ik weet nu dat er ergens een veilige plaats is waar ik terecht kan als de storm te hevig wordt: binnen het diepste van mezelf.

Dit pad is vast niet het gemakkelijkste, maar uiteindelijk wel het meest heilzame. Perfectie bereiken zal nooit gebeuren, maar groeien kan steeds. Ik heb zoveel meegenomen uit mijn therapie en blijf energie putten uit het boeddhisme. Soms wou ik dat alles snel ging, dat ik zoveel zou moeten kunnen en zoveel zou moeten zijn... en dan probeer ik mij eraan te herinneren dat ik maar een mens ben. Een mens met beperkingen en gevoelens en fouten. Verandering is traag: we zijn allemaal gewontebestjes. Hoe moeilijk is een vastgeroeste gewoonte om te veranderen (denk maar aan stoppen met roken)? Laat staan een gedachtepatroon... waarvan je niet een helemaal bewust bent, en wordt je dat wel, dan ben je er zeker niet trots op. Wil je het veranderen of minstens er niet door gedreven worden? Dan heb je veel geduld nodig. Geduld is spijtig genoeg niet één van mijn deugden, maar het kan altijd gecultiveerd worden.

Elke nieuwe dag is een nieuwe kans om te groeien. En uit al mijn lijden, dat ik een jaar geleden niet eens kon verdragen of plaatsen, heb ik nog het meeste geleerd. Lijden is aanwezig in elk menselijk leven, het is iets dat we allemaal gemeen hebben en dat ons ook samen kan brengen. De beste opportuniteit om compassie te leren is uit lijden. Onze geest is gemaakt om lijden te ontwijken, maar als we lijden kunnen aanvaarden, komen we een diepere kant van onszelf tegen, een kant die ons echte, onvoorwaardelijke liefde laat zien. En enkel die liefde kan onszelf en onze wereld *redden*.

Mony

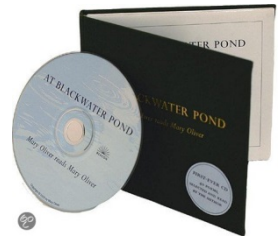
Liefhebben, knuffelen... en weer loslaten

Twee jaar geleden al (*zie het Ekō-nummer van de zomer 2012*) waren we erg getroffen door de rake woorden van **Mary Oliver**. We namen toen het gedicht *The Journey* in het Engels op, aangevuld met de Nederlandse vertaling *Jouw Pad* met knappe illustraties geplukt uit een mediaproject van het Youtube-channel *Techbug*⁴.

Dit keer bezorgt Monica ons het gedicht *In Blackwater Woods*, en ze vertaalde het naar *Bomen in zwart water*. Hongerend naar meer info zoeken (en vinden) we diverse webpagina's die ons over Mary Oliver en dit gedicht meer vertellen⁵.

Zo vinden we op de pagina *To live this world* van de *Unitarian Universalist Association*⁶ haar waardevol advies voor het welslagen bij deze uitgebreide en moeilijke opdracht: "Om te leven in deze wereld moet je drie dingen kunnen doen: wat sterfelijk is liefhebben; het knuffelen alsof je eigen leven ervan afhangt; en, wanneer het tijd is om het los te laten, het loslaten." - "Deze raadgevingen kunnen ons rust brengen: haar woorden zijn zo eenvoudig en toch lijken ze van ergens diep vanbinnen op te borrelen. Daarom kunnen ze iemand die op zoek is naar zin in het leven zo raken... *Liefhebben, knuffelen en weer loslaten* omschrijven de cyclus van leven en houden van – niet meer of niet minder – en dat gaat het toch allemaal om..."

Op de *Goodreads*-pagina⁷ vinden we twintigtal uitspraken van Mary Oliver, met o.a. nogmaals *The Journey*. Je kan je zelfs abonneren op dagelijkse citaten, als inspiratie en/of hart onder de riem. Tenslotte vermelden we dat we ons hebben laten verleiden door bij Bol.com de audio-CD *At Blackwater Pond* aan te schaffen waarbij zij haar eigen gedichten voorleest... Zo hebben we ook kunnen kennismaken met haar aangename en rustgevende stem!



⁴ zie Ekō jg 35, nr 2, blz 9-12 en <http://www.youtube.com/user/techbug>

⁵ http://www.phys.unm.edu/~tw/fas/yits/archive/oliver_inblackwaterwoods.html ; <http://www.echeat.com/free-essay/Critical-Analysis-of-In-Blackwater-Woods-by-Mary-Oliver-31489.aspx>

⁶ http://www.uua.org/documents/meyerjudith/to_live_this_world.pdf

⁷ https://www.goodreads.com/author/quotes/23988.Mary_Oliver

Bomen in zwart water



Kijk, de bomen
veranderen
hun eigen lichamen
in zuilen

van licht,
verspreiden de rijke geur
van kaneel
en vervulling,

de lange kaarsen
van lisdodde
barsten en vloeien weg over
de blauwe schouders

van de vijvers,
en elke vijver
ongeacht welke naam
het hij draagt, is

naamloos nu.
Elk jaar
alle dingen
die ik geleerd heb

in mijn levensweg
gaan terug op dit: de vuren
en de zwarte rivieren van verlies
wiens andere kant

redding is,

wiens betekenis
geen van ons ooit zal kennen.
Om te leven in deze wereld

moet je
drie dingen kunnen doen:
wat sterfelijk is liefhebben;

het knuffelen
alsof je eigen leven ervan afhangt;
en, wanneer het tijd is om het los te laten,
het loslaten.

(Mary Oliver)

In Blackwater Woods

Look, the trees
are turning
their own bodies
into pillars
of light,
are giving off the rich
fragrance of cinnamon
and fulfillment,
the long tapers
of cattails
are bursting and floating away over
the blue shoulders
of the ponds,
and every pond,
no matter what its
name is, is
nameless now.
Every year
everything
I have ever learned
in my lifetime
leads back to this: the fires
and the black river of loss
whose other side
is salvation,
whose meaning
none of us will ever know.
To live in this world
you must be able
to do three things:
to love what is mortal;
to hold it
against your bones knowing
your own life depends on it;
and, when the time comes to let it go,
to let it go.

(Mary Oliver)



Ik zal stil zijn

Ik zal stil zijn wanneer ik zal sterven,
geen misbaar maken of nodeloos aandacht vragen.
De dood kondigt zich onmiskenbaar aan,
houdt mij in zijn greep, drukt op mijn adem,
neemt mijn ziel onder de arm, en zal geruisloos
met haar het huis verlaten,
waar ik zal zitten op de sofa,
schijnbaar in gedachten verzonken,
piekerend over de komst van de post bode
of over een zee vol blauwe anemonen,
omdat ik nooit over echte leeuwen durfde dromen.

Wanneer jij thuis gaat komen,
zal mijn gelaat wit zijn,
als lelies en mijn mond een beetje
open,
alsof ik je welkom wou heten.

Jörg Pyl - Reis naar de Regenboog - 2011

Iedereen, Iemand en Niemand⁸

Ze waren met drieën:
Iedereen, Iemand en Niemand.
Op een dag moest er een
belangrijke opdracht worden vervuld.
Iedereen dacht Iemand het wel zou doen.
En hoewel Iedereen het kon, deed Niemand het.
Hierdoor werd Iedereen boos.
Want het was de taak van Iedereen
en nu had Niemand het gedaan.
Iedereen dacht dat Iemand het had
kunnen doen, maar Niemand had zich
gerealiseerd dat niet Iedereen het wilde doen.
Aan het einde beschuldigde Iedereen
Iemand omdat Niemand deed wat
Iedereen had kunnen doen.

⁸ Bron: www.um-graphics.com – tekst: anoniem



Boeddhisme beïnvloedt en wordt beïnvloed (deel 4)

In dit vierde deel binnen deze reeks gaan we nogmaals in op een paar illustraties van de onderlinge beïnvloeding van boeddhisme en taoïsme – hoofdzakelijk in China, maar eigenlijk herkenbaar in heel wat landen van Oost-Azië.

Tao en artistieke schepping⁹

Bekijken we eerst eens een uittreksel uit *Chieh-chou Hsüeh Hua P'ien (The Art of Painting)*:

“Het zou voor de menselijke geest mogelijk zijn de geest van het universum via een penseel probleemloos weer te geven. Want al is schilderen maar een kunst, het heeft de kracht het universum zelf te creëren. Als de kunstenaar met een afbeelding wil beginnen, kan zijn verstand slechts het algemene type penseelwerk en compositie plannen. Maar als het spatje inkt op het papier terechtkomt, geleid door de geest van de kunstenaar, verschijnt het in talloze vormen, geenszins volgens het oorspronkelijke plan. Als de kunstenaar per se dat wil doen wat hij gisteren heeft gedaan, lukt het hem niet. Waarom? Omdat een kunstenaar die iets met alle geweld wil doen de vrije stroom van de geest blokkeert. Een tekenende geleerde begint met niets in zijn gedachten. Maar als zijn geest het penseel begint te bewegen, komen de vormen van de voorwerpen uit zichzelf op het papier, want dit gebeurt in de omstandigheden van een enkel ogenblik, geheel onverwacht, en moeilijk in woorden uit te drukken.

In een vluchtig moment verschijnen de diepten en hoogten, allen uitgedrukt in het penseelwerk. En ook de plaatsing van

⁹ Uit *Chieh-chou Hsüeh Hua P'ien (The Art of Painting)* door Shen Tsung-ch'ien, vertaald uit het Chinees door Lin Yutang in *The Chinese Theory of Art*, G.P. Putnam's Sons, New York, 1967, blz. 204. De commentaar vinden we in Jennifer Oldstone-Moore, *Taoïsme – oorsprong, geloof, gebruiken, heilige teksten, gewijde plaatsen*, Librero, Kerkdriel, 2004, 112 blz, ISBN 978-90-5764-399-5, op blz. 104-105.

Ekō jaargang 37 nr 2 (of Ekō nr 141)

verschillende voorwerpen is volmaakt, zelfs beter dan in werkelijkheid. Dit gebeurt omdat het geweldige idee [van het universum] wordt uitgedrukt.”

Commentaar

“Taoïstische ideeën maken een wezenlijk deel uit van de Chinese kunsten en hebben een enorme invloed gehad op de Oost-Aziatische artistieke tradities. Vooral het taoïstische ideaal van creatieve spontaniteit heeft bijgedragen aan de ontwikkeling van theorie en praktijk in verschillende kunstvormen. Men veronderstelt dat een kunstenaar zijn kunst ontwikkelt en koestert, maar bij het creëren van kunst worden kennis en vakmanschap experimenteel en intuïtief, het unieke bezit van de kunstenaar en iets wat niet in woorden is uit te drukken. Dit beschrijft ook de werking van de Tao, die uit een onbegrensd en vormloos volume en vele mogelijkheden put, en het leven schenkt aan een onmetelijk grote schepping.

Shen Tsung-ch’iens woorden geven een fundamentele taoïstische houding weer ten opzichte van het principe van schilderen. De kunstvorm wordt in wezen als een scheppingsdaad gezien, die met de vormloosheid van de Tao begint en met de tijd en het patroon mee in een schepping verandert. Wat de kunstenaar vastlegt, is een universum in miniatuur: een microkosmos. De kunstenaar creëert dit wu-wei, zonder het penseel te dwingen, zonder logisch na te denken, maar met zijn fijngevoeligheid op dat moment. Op deze wijze wordt schilderen een vorm van meditatie, een hulpmiddel om de harmonie met de Tao te ontdekken.”



Tweede belangrijkste werk binnen taoïsme

Het tweede belangrijkste werk binnen het taoïsme is **Chuang-Tzu**¹⁰: dat is gericht aan de gewone mens, niet aan de heerser, en dat wellicht is geschreven rond dezelfde periode, of iets later. Waarschijnlijk zijn slechts 7 hoofdstukken van de 33 door hem geschreven, de overige

¹⁰ of *Zhuang-Zi*, zoals onze tempelstichter Rev. Ōchō-in (Shitoku) A. Peel aangeeft in de inmiddels uitgeputte publicatie van *De Simpele Weg* uit 1991 – binnenkort alvast elektronisch beschikbaar via onze website www.jikoji.com.

door zijn studenten. Hij beschouwt de natuur als een realiteit en denkt na over de eindeloze variaties en veranderingen in het leven en in de dood, die hij als een samensmelting met de Tao ziet.

In de inleiding schrijft Peel¹¹: “Ik geloof dat weinig opdrachten zo moeilijk, ja zelfs zo onwezenlijk zijn als de Chinese filosoof en wijze (of levenskunstenaar?) Chuang-tzu voor te stellen. Laat staan, in te leiden. Om ons ervan af te maken, doen we dan ook best beroep op hetgeen we over hem lezen in het (duidelijk apocriefe) 33ste hoofdstuk van de ons overgeleverde ‘Chuang-tzu’:

Chuang-tzu was een overtuigd volgeling van het Tao. In soms bevreemdende bewoordingen, met een schalks woordgebruik en een verder-reikende taal, liet hij zijn gedachten hun vrije gang, zonder enige stroming in het bijzonder aan te hangen of zich te engageren in een of andere lijn.

Hij bekeek de wereld als zo diep in verwarring verzonken dat hij, Chuang Chou, er onmogelijk een zinvolle dialoog nog mee kon voeren. Daarom gebruikte hij ‘bekerwoorden’ die in diverse richtingen opbruisten; zijn ‘ernstige’ uitspraken waren geformuleerd om spontaan vertrouwen in te boezemen. De woorden die hij in andermans mond legde, waren vooral bedoeld om een gevoel van openheid te scheppen. In harmonie met hemel en aarde, leefde hij in vrede /liet alle ‘geesten’. Hij oordeelde nooit over goed en kwaad van het mensdom en leefde aldus in vrede met zijn generatie. Ofschoon zijn boek een buitensporige realisatie is, is het toch helder en boeiend. Ofschoon zijn stijl nogal sprongsgewijs evolueert, is hij toch vindingrijk en aantrekkelijk.

Als denker is hij vooral suggestief. Boven vertoeft hij in de Hemel. Beneden gaat hij om met diegenen die geenzijds de begrippen geboorte en dood geraakt zijn, die zowel begin als einde ontkennen. Wat betreft de grond van alle dingen, is zijn denken groots en weids. Wat betreft het Tao, vestigt hij een harmonie tussen de mens en de meest verheven machten. Nochtans omvat hij de veranderlijkheden van het bestaan en past hij zich aan bij de vereisten van het

¹¹ Sh. A. Peel Chuang-Tzu (Zhuang-Zi) – Uittreksels, De Simpele Weg, 1991, blz. 3-4.

wisselende leven. Zijn argumenten zijn onuitputtelijk maar nooit onlogisch. Hij is subtiel, mysterieus en moeilijk te vatten.

Verder, wat weten we over Chuang-tzu? Vooral dat hij zou geleefd hebben ergens tussen -370 en -296/275: tijdgenoot en deelgenoot van die bruisende denkwereld, het einde van het tijdperk der Strijdende Koninkrijken die de overgang van de fossiele Chou-dynastie naar de 'hevige' (maar dan ook korte) Ch'in inluidt. Tijdgenoot dus van Mencius, van Hui-tzu zijn goede vriend de sofist, maar tevens, iets verder weg, van een Plato, een Aristoteles, een Epicurus, ...

En waar hij het zeker tegen heeft, dat zijn Confucius en de Confucianisten, Mo-tzu en de Mohisten ... eigenlijk tegen alle 'isten'... Maar dat hij briljant meeleeft met de problematiek van zijn tijd (van alle tijden ...) dat blijkt uit zijn 'biografie' bij Ssu-ma Ch'ien (-145-86), dat hij de Confucianisten en de Mohisten zozeer de duivel aandeed dat de geletterden in zijn tijd onbekwaam waren zijn kritiek te weerleggen."

Leven in wederzijdse afhankelijkheid

Als opwarmertjes, een paar uittreksels uit hoofdstuk II (blz. 8):

Er is niets dat niet subjectief is, er is niets dat niet objectief is, en niets kan zichzelf als objectief zien. Enkel vanuit het subjectieve kan men tot objectief weten komen. Dus zeg ik: het objectieve komt voort uit het subjectieve en het subjectieve is afgeleid uit het objectieve. Het subjectieve en het objectieve samen zijn het leven in wederzijdse afhankelijkheid.

Het objectieve komt voort uit het subjectieve en het subjectieve uit het objectieve: dat is de leer van de afwisseling. Wat nu mogelijk is, is op een ander ogenblik onmogelijk; wat nu onmogelijk is, is op een ander ogenblik mogelijk. Verbonden zijn met het juiste is hetzelfde als verbonden zijn met het onjuiste; verbonden zijn met het onjuiste is verbonden zijn met het juiste. Daarom verwerpt de ware wijze dergelijke onderscheidingen. Hij neemt zijn toevlucht tot de hemel en stelt zichzelf in subjectieve relatie tot de dingen.

... en blz. 11:

Eens droomde ik, Chuang Chou, dat ik een vlinder was, heen en weer fladderend, in alles een vlinder. Ik was me enkel bewust van mijn vlinderemoties en wist niets af van mijn individualiteit als mens. Daarop ontwaakte ik, en daar lag ik, weer mezelf. Nu weet ik echter niet meer of ik een mens was die droomde een vlinder te zijn, – ofwel of ik nu een vlinder ben die droomt dat hij een mens is. Tussen mens en vlinder is er toch noodzakelijkerwijze een onderscheid. Dit heet de metamorfose.

Hou je hakmes vlijmscherp...

Benut je mogelijkheden tot het uiterste (uit hoofdstuk III, blz. 12-13):

De kok van vorst Wen Hui was eens een os aan het versnijden. Elke beweging van zijn hand en van zijn schouders, elke beweging van zijn voet of van zijn knie, elke zoef van het vlees, elke sis van zijn hakmes vertoonde een volmaakte harmonie, ritmisch als de Dans van het Moerbeibos, samenklinkend als het snarenspeel van de Ching Shou¹².

“Dat is goed gedaan,” riep de vorst uit. “Gij hebt echt meesterschap.”

De kok legde zijn mes opzij en zei: “Heer, uw nederige dienaar heeft zich steeds op het Tao toegelegd; dat is veel beter dan meesterschap. Toen ik begon met het versnijden van ossen, zag ik vóór mij enkel maar hele ossen. Na drie jaar praktijk, zag ik de ossen niet meer als heel. Nu werk ik met mijn geest en niet meer met mijn ogen. Ik volg nu niet meer mijn zintuiglijk weten, maar wel de aansporingen van mijn geest. Ik hou me nu aan de door de Hemel¹³ geschonken natuurlijkheid. Met mijn mes volg ik de openingen en holtes zoals ze zich voordoen volgens de natuurlijke banen van het dier. Ik probeer niet de gewrichten vaneen te snijden en nog minder door de beenderen te hakken.

¹² Oud muziekstuk, niet verder gedetermineerd.

¹³ ‘Hemel’ met een hoofdletter H, duidt op T’ien, als de kosmische wereld(wan)orde.

Een goed kok verandert elk jaar van mes omdat hij snijdt. Een gewone kok verandert elke maand van mes omdat hij hakt. Maar uw nederige dienaar bezit dit hakmes nu al 19 jaar, en ofschoon ik er vele duizenden ossen mee versneden heb, is zijn snede nog altijd even scherp, alsof het pas van de wetsteen kwam. Want in de gewrichten zijn er steeds spleten, en vermits de snede geen dikte heeft, dan volstaat het datgene dat geen dikte heeft in de spleten te laten dringen. Hierdoor wordt de fijnste spleet verbreed en zo vindt het mes er heel wat ruimte. Op deze manier heb ik mijn hakmes 19 jaar lang behouden alsof het pas van de wetsteen kwam.

Maar wanneer ik bij een hard gedeelte kom waar het lemmet op een moeilijkheid stoot, dan ben ik één en al aandacht. Ik richt er mijn blik op, mijn hand blijft rustig. Ik beweeg even het lemmet heen en weer tot het gewrichtsdeel op de grond valt als een aardklomp.

Dan trek ik mijn hakmes weg, ik richt me op, kijk als een overwinnaar even rond en tevreden maak ik het hakmes schoon en steek het voorzichtig weer in zijn schede.

“Dat is prachtig!” riep vorst Wen Hui uit, “Uit de woorden van deze kok leer ik hoe ik mijn leven moet verzorgen.”

Laat chaos chaos blijven...

Grijp niet in waar het niet moet (hoofdstuk VII, blz. 17):

De heerser over de zuidelijke zee heet Ontevredenheid (Shu), de heerser over de noordelijke zee heet Omwenteling (Hu), en de heerser over het midden heet Chaos (Hun-tun). Ontevredenheid en Omwenteling ontmoetten elkaar van tijd tot tijd op het grondgebied van Chaos en Chaos behandelde ze steeds zeer gastvrij. De twee heersers vroegen zich af hoe ze de goedheid van Chaos konden terugbetalen. Ze zeiden: “Alle mensen hebben in hun lichaam zeven openingen, om te zien, te horen, te eten en te ademen. Onze vriend heeft geen enkele opening. We zullen hem een paar openingen boren.” En elke dag boorden ze hem een opening. Maar de zevende dag was Chaos dood.

Een randbemerking: onze Zen-collega Tom Hannes publiceerde dit uittreksel (in het Engels) op zijn vroegere website¹⁴, en noemde de twee eerste heren **Fast** en **Furious**... *Zo leerde ik indertijd hun-tun kennen*. Het verheugt ons te merken dat Tom tijdens de **Bodaishin**-bijeenkomsten eveneens meer nadruk legt op de dharma-gesprekken. Onze beider sangha's groeien – wat dat onderdeel betreft – weer wat dichter naar elkaar toe...

Ga je eigen pad...

Leef je leven, al is dat in modder (hoofdstuk XVII, blz. 27):

Toen Chuang-tzu eens aan het vissen was in de rivier P'u, zond de vorst van Ch'u ambtenaren om hem te verzoeken zich te belasten met het bestuur van het rijk. Meester Chuang ging gewoon met vissen voort en, zonder zijn hoofd om te wenden, zei hij; "Ik heb gehoord dat er in Ch'u een heilige schildpad is, die stierf toen ze drieduizend jaar oud was. Uw vorst bewaart ze eerbiedig in een schrijn in zijn voorouder tempel. Wat zou die schildpad nu het liefst hebben: dood zijn en haar relieken laten vereren, of levend zijn en haar achterwerk door het moeras voortsleuren?" De ambtenaren antwoordden; "Ze zou zeker liever levend zijn en haar achterwerk door het moeras voortsleuren." Daarop zei Meester Chuang; "Gaat uw weg. Ook ik wil mijn achterwerk door het moeras voortsleuren."

Ik moet toegeven, dit werkje krioelt van boeiende voorbeeldjes die ook zó uit diverse sutra's zouden kunnen geplukt worden. Het kost me moeite deze selectie hier af te sluiten...



Midden 2006 kregen we dit – voor ons erg vreemde – verzoek: "Hebben jullie soms een schilderij te koop van de Drie Wijzen uit China (Confucius, Lao Tse, Boeddha), ook vaak genoemd De Drie Aziëproevers?" Na wel tien sites te hebben doorzocht kwamen we uit bij http://www.edepot.com/taoism_3-vinegar-tasters.html .

¹⁴ <http://home.scarlet.be/thannes/huntun/index.htm> . Op 22 april 2014 startte hij met *Bodaishin* een nieuw centrum voor hedendaags boeddhisme in Antwerpen: <http://www.bodaishin.be/>

Daar konden we een exemplaar van dit schilderij bestellen:



De Drie Azijnproevers¹⁵

Een Chinese meesterschilder heeft hiervan zo'n vijftien genummerde exemplaren geschilderd. Deze specifieke versie van de *azijnproevers* imiteert het originele schilderij van Kano Motonobu (1476-1559) tijdens de Muromachi periode (1336-1573) in Japan. Kano Motonobu is de zoon van Kano Masanobu, die de zogenaamde *Kano school* (met een heel specifieke schilderstijl) oprichtte. Het originele schilderij behoort tegenwoordig tot een private collectie.

In een volgende Ekō behandelen we o.a. shintoïsme...

Fons Martens

(wordt vervolgd)

¹⁵ <http://www.krachtigekruiden.nl/index.php?m=4&s=6> bevat een interessante uitleg omtrent de filosofie die achter het schilderij zit.

南
無
阿
彌
陀
佛

Nieuws uit de sangha

- ☉ Op dinsdag 18/03/2014 luisterden we geboeid naar Goezi, de gastspreker die ons vanuit zijn interesse en ervaring over de Tao onderhield – een initiatief voor herhaling vatbaar!
- ☉ Ook dit halfjaar gaan er weer een reeks sessies in onze lokalen door onder impuls van de BUB (Boeddhistische Unie van België) binnen de opleiding *Begeleider in de Zorgsector*.
- ☉ Ter voorbereiding van Fons' voordracht voor ESC17 (17de European Shin Buddhist Conference, 1-4 september, Southampton, V.K.) heeft Nicolas een achttal uren video-opnames gemaakt, en ze tot een filmpje van 8 minuten gereduceerd. Hierbij komen, dag na dag, de belangrijkste taken van de tempelverantwoordelijke aan bod. Het spotje vormt op die manier de start van “24/7, isn't that too much?”
- ☉ We vermelden nog twee bezoeken en een optreden buitenshuis: Anthony stelde ons vanuit zijn opleiding verpleegkunde een paar tientallen vragen (die wellicht later ook nog een video-staartje gaan krijgen), en Helena nodigde ons uit om haar vragen in haar klas (4de jaar middelbaar) te komen beantwoorden. Voor 52 geïnteresseerde leden van *50 Actief Oostende* gaven we een vlotte voordracht over de Raadgevingen van de Boeddha. Dergelijke initiatieven stimuleren ons om de gesprekken van de missie-visie-sessies alvast heel wat concreter in te vullen...



Rooster der bijeenkomsten – zomer 2014

Iedere dinsdag van de week komen we samen in de tempel:
20.00 u.: iedereen is welkom voor het **dharmagesprek**
19.30 u.: indien je interesse hebt, kan je ook deelnemen aan de **ceremonie**

Als onderwerp van het **dharmagesprek om 20 uur** voorzien we afwisselend een thema dat past binnen een van de 3 groepen onderwerpen die ook de basis vormen van de driedeling binnen onze bibliotheek:

A (algemeen boeddhisme), **B** (Jōdo-Shinshū) of **C** (raakpunten).

We geven ook meteen de detailrubriek aan waarbinnen het onderwerp past.

Je vindt hiernaast de bib-indeling. Schrik dus niet van die rare letter-cijfer-combinaties...

overzicht van de rubrieken	
A	Boeddhisme
A1	Algemeen
A2	Theravāda
A3	Mahāyāna: algemeen
A4	Zen
A5	Reine Land: algemeen
A6	Vajrayana
A7	Hedendaagse scholen
A8	Didactiek & kinderen/jongeren
A9	Overige
B	Jōdo-Shinshū
B1	Algemeen, historiek
B2	Sutra's
B3	Patriarchen
B4	Shinran Shōnin
B5	Moderne schrijvers
B6	Didactiek & kinderen/jongeren
B7	Overige
C	Raakpunten
C1	Japan: historiek, sociaal, economisch
C2	Japan: Shintoïsme
C3	Japan: cultuur
C4	China: Taoïsme, Confucianisme, ...
C5	India: Brahmanisme, Hindoeïsme,...
C6	Hedendaagse maatschappelijke relevantie
C7	Allerlei

Integendeel, het is onze bedoeling geleidelijk aan deze driedeling te gebruiken voor het merendeel van onze activiteiten, zodat we ook snel bijkomende informatie terugvinden in de bibliotheek, in het cursusmateriaal enzovoorts – en straks ook in Ekō...

We voorzien iedere maand een onderwerp uit de drie groepen. Hierbij trachten we ook telkens – voor zover het tijdsbestek het toelaat - de leer te *hertalen* naar de realiteit van hier en nu. En we voorzien alvast ook voldoende ruimte voor inbreng van de deelnemers.

Voel je dus welkom!

	thema tijdens 1ste/2de/... dinsdag van de maand
1ste	A - algemeen thema uit de boeddhistische leer
2de	B - thema uit Jōdo-Shinshū (<i>basisteksten, chantings, ceremonie</i>)
3de	C - Raakpunten
4de	Gastspreker en/of Vragen & antwoorden
5de	Evaluatie: Hoe kunnen we verder op het pad?

- di 10/06 20 u. B5 - Adapting Jodo Shinshu In a European Context
- do 12/06 19.30 meditatie-sessie o.l.v. Sven
- di 17/06 20 u. C5 - De mooiste verhalen en legenden van Hindoeïsme en Boeddhisme - bib C5 nr 1806
- di 24/06 20 u. Gastspreker en/of Vragen & antwoorden
- di 01/07 20 u. A7 - Why Buddhism and the West Need Each Other.docx, Metta, Nov./Dec. 2013, p. 1, 3, 4.
- di 08/07 20 u. B4 - Tannisho (bib B4 nr 747 van Yuinbo - NL) - deel 1
- do 10/07 19.30 meditatie-sessie o.l.v. Sven
- di 15/07 20 u. C1 - Sadako - and the Thousand Paper Cranes - bib C1 nr 1916
- di 22/07 20 u. Gastspreker en/of Vragen & antwoorden
- di 29/07 20 u. Evaluatie: Hoe kunnen we verder op het pad?
- di 05/08 20 u. A8 - Aandachtig luisteren
- di 12/08 20 u. B2 - Bespreking Juseige (geregiteerd door de toekomstige Amida Boeddha, na de 48 Geloften)
- do 14/08 19.30 meditatie-sessie o.l.v. Sven
- zo 17/08 10 u. **Ō-Bon** - Gedachtenis van de overledenen (Sansk. Ullambana) (15/08) & mogelijkheid tot nemen van **Drievoudige Toevlucht (kieshiki)**
- zo 17/08 12.30 hapje voor deelnemers
- di 19/08 20 u. C6 - De Weg, de Waarheid en het Leven - Sekten: Hoe en Waarom? - bib C6 nr 1539
- di 26/08 20 u. Gastspreker en/of Vragen & antwoorden
- 01/09- **ESC17** (17th European Shin Buddhist Conference) in
04/09 Southampton: *Jodo-Shinshu in Daily Life*
- di 02/09 20 u. A8 - 16 Guidelines for life-3kol.docx - bib A8 nr 2122 - deel 2

Tijdens de **ceremonie (dinsdag om 19:30 uur, zondag om 10 uur)** wordt volgende hymne geregiteerd:

	jun	jul	aug	sep
<i>Shoshinge</i>			17 (zo.)	
Sambutsuge	10	08	05	02, 30
Juseige	17	15	12	09
Amidakyo	24	22	19	16
Junirai	03	01, 29	26	23
Kisamboge				

In principe is er eveneens iedere zaterdag tussen 13 en 18 uur permanentie in de tempel – een seintje vooraf geeft je zekerheid... Wees welkom voor een babbel, een vraag en/of een antwoord!



JIKŌJI
慈光寺

Tempel van het Licht van Mededogen
Centrum voor Shin-Boeddhisme vzw

Pretoriastraat 68 - B-2600 Antwerpen (Belgium)
tel. +32 (0)475 62 78 36
www.jikoji.com ☎ info@jikoji.com

Verantwoordelijk uitgever
Rev. Daijō Fons Martens

ISSN 1370-0243 - *Overname toegelaten mits
bronvermelding en bewijsexemplaar*



Laatste toespraak als Monshu tijdens de ceremonie waarbij de Jōdo-Shinshū traditie wordt overgedragen van Sokunyo Monshu, de 24ste hoofdabt naar Sennyō Monshu, de 25ste hoofdabt - 06/06/2014
<http://minamoto32.jalbum.net>

Werkten mee aan dit nummer

Chewang Palden Bhutia, Dirk Vandecruys Jörg Pyl, Marc Horemans, Marcus Cumberlege, Mony, Nellie Van Meel, Paul Van Looy



Drukkerij Copymatic - 2600 Berchem