
Bodaisatta Shishobo van Meester Dogen

Teisho van Silvia Leyer - Godinne, juli 2021

Meester Dogen is een grote Japanse meester die in de 13e eeuw leefde. Hij introduceerde Zen in zijn land en schreef vele teksten, waaronder zijn hoofdwerk, de *Shobogenzo*. Tijdens deze teisho wil ik het met u hebben over een hoofdstuk van de *Shobogenzo*, genaamd de *Bodaisatta Shishobo*. *Bodaisatta Shishobo* wordt gewoonlijk vertaald als "De vier heilzame handelingen of beoefeningen van de bodhisattva".

In een van zijn eerste kusen in dit kamp, vertelde Roland ons over *Hannya*, een term afkomstig uit de *Hannya Shingyo*. *Hannya* betekent "wijsheid". Het is geen intellectuele wijsheid, maar wijsheid die in praktijk wordt gebracht, daadwerkelijk wordt beoefend. En de vier praktijken waar Dogen het over heeft, zijn absoluut de uitdrukking van deze wijsheid, *Hannya*.

Deze beoefeningen zijn :

1. *Fuse* - vrijgevigheid, het vrije geven
2. *Aigo* - woorden van liefde
3. *Rigyo* - dienstbaarheid, behulpzaam gedrag
4. *Doji* - samenwerking, samen optreden.

De manieren van gedrag en handelen zijn een zeer belangrijk onderdeel van het leven van een Bodhisattva. Zij zijn de concrete uitvoering van wat hij tijdens zazen heeft ervaren en beseft. Volgens meester Dogen zijn deze vier beoefeningen de essentie van het leven van een boeddhist, de ware betekenis van het boeddhisme in het dagelijks leven in relaties met anderen. Willen ze heilzaam zijn, dan hebben ze wijsheid nodig, een beoefende wijsheid.

Fuse

De eerste beoefening is de *fuse*: vrijgevigheid, het vrije geven. Geven behoort tot onze dagelijkse handelingen: wij geven voedsel aan onze kinderen, wij doen materiële of financiële schenkingen, of wij geven aan het milieu wanneer wij voorzichtig zijn met wat wij consumeren. Een gebaar, een glimlach, een les, alles kan een geschenk zijn. Er zijn vele manieren om te geven.

Maar wat betekent het om vrij te geven? Volgens Dogen betekent het niet zoeken naar roem of gewin, niet zoeken naar voordelen voor zichzelf en niet zoeken naar populariteit door vleierij.

In het dagelijks leven gaat geven vaak gepaard met een bijbedoeling. Als ik mijn hamer uitleen aan mijn buurman, verwacht ik dat hij mij zijn zaag uitleent als ik deze nodig heb. Wanneer ik iemand een geschenk geef, verwacht ik een reactie van vreugde of - op zijn minst - dank.

Vrij geven is geven zonder een beloning te verwachten. Zolang wij er iets voor terug verwachten, blijven wij aan dat geschenk gehecht en dat is precies wat ons belet vrij te zijn.

Zoals u weet, is het altijd interessant onszelf te observeren, onze motieven om te geven te observeren, en ook te observeren aan wie wij geven. Over het algemeen vinden wij dat het gemakkelijker is vrijgevig te zijn met mensen die wij mogen dan met mensen die wij niet mogen of niet kennen. Vrijelijk geven, daarentegen, is handelen voorbij onze voorkeuren of afkeer. De bodhisattva ziet niet alleen het oppervlak van de ander, de verschillen, hij gaat verder. Hij ziet het diepste wat hij deelt met elk wezen en dit stelt hem in staat op te houden scheidingen te maken.

Wij hebben ook de neiging te nemen wat ons bevalt en ons er niet van te willen afscheiden. Maar in werkelijkheid behoort niets echt aan ons. Alles wat we denken te bezitten is slechts geleend. Zelfs ons lichaam is niet van ons, dit idee van eigendom is een illusie. En dit is wat Dogen uitdrukt wanneer hij zegt: "Als we onze rijkdom niet als ons eigendom beschouwen, wordt het een geschenk.

Maar vrij geven betekent niet op elk moment iets geven: dat zou zinloos zijn. Een geschenk moet nuttig zijn voor de ander en mag geen afhankelijkheid scheppen. In plaats van iemand voortdurend geld of voedsel te geven, is het beter om hem (bijvoorbeeld) te leren tuinieren en hem te helpen in zijn levensonderhoud te voorzien. Het is goed om anderen te helpen, maar het is nog beter om hen te helpen zichzelf te bevrijden.

Laten we de effecten van zelfs een kleine lont niet onderschatten. Dogen zegt: "Soms is er maar één zin of één grassprietje voor nodig om een zaadje van goedheid te worden. Een echt *fuse* geeft uitdrukking aan de geest van de Boeddha en kan de geest van de ontvanger veranderen.

Door fuse te beoefenen, creëren we op natuurlijke wijze een manier van leven waarin we goed doen. En de grootste fuse is zazen beoefenen met een mushotoku geest, zonder doel, zonder bijbedoelingen, zonder iets te willen bereiken.

Aigo

De tweede beoefening waar Meester Dogen het over heeft is *aigo*: vriendelijke woorden of woorden van liefde. Voor ons is er niets natuurlijker dan te spreken. Het is het eerste communicatiemiddel dat we als kind leren. Het is zo natuurlijk dat wij vaak spreken zonder na te denken, zonder aandacht te schenken aan tegen wie wij spreken en welk effect onze woorden hebben.

Aigo betekent spreken met mededogen en vriendelijkheid, d.w.z. je woorden kiezen in overeenstemming met wat de ander nodig heeft en wat hem een goed gevoel zal geven. Dogen raadt ons aan geen onbeleefde of onaardige woorden te gebruiken, maar met genegenheid tegen wezens te spreken, "alsof zij onze kinderen waren".

Vaak zijn onze woorden ook volkomen nutteloos. Een 'slechterik' vertellen dat hij een slechterik is, is niet interessant, want diep van binnen weet hij het. Dogen raadt ons aan degene die geen deugd heeft met mededogen te behandelen. Want een slechterik is niet zomaar een slechterik, het is slechts één van de facetten van zijn persoonlijkheid, waar hij zich in heeft genesteld. Het is beter hem met vriendelijke woorden aan te spreken om hem te helpen andere facetten van zichzelf te ontdekken, andere aspecten die hem in staat zullen stellen in harmonie met anderen te leven.

Wij moeten er ook voor oppassen dat wij in onze vriendelijkheid niet vervallen in de vooringenomenheid die kan ontstaan wanneer wij geven: "Als ik aardig voor jou ben, verwacht ik dat jij aardig voor mij bent. En zo niet, dan zal mijn vriendelijkheid voorbij zijn". Anderzijds hebben woorden van liefde die uit vrije wil worden geuit, zonder bijbedoelingen, een veel krachtiger uitwerking. Zoals Dogen zegt: "Woorden van liefde hebben de kracht om de hemel te bewegen."

Rigyo

Rigyo, de derde beoefening, wordt vertaald als "dienst verlenen" of "nuttig gedrag". *Gyo* betekent "praktijk" of "gedrag" en *ri* "nuttig". Dogen zegt: "*Rigyo* betekent mensen vriendelijk behandelen, zonder discriminatie, ongeacht hun positie of rang. Het betekent dat passende middelen moeten gebruikt worden om hen tot ontwikkeling te brengen, hetzij in de nabije of in de verre toekomst."

De bodhisattva, die de Boeddha-weg volgt, maakt geen onderscheid tussen voelende wezens omdat hij zich gerealiseerd heeft dat wij allen dezelfde natuur delen. Hij handelt met welwillendheid, zelfs tegenover weezinwekkende wezens. Een spin koos er niet voor om als spin geboren te worden, een mug koos er niet voor om zich met bloed te voeden.

Om te handelen gebruikt de bodhisattva geschikte middelen, dat wil zeggen bekwame middelen, niet alleen om "een hand te geven", maar ook om de ander te helpen een verdere stap in zijn of haar ontwikkeling te zetten. Wat zijn de vaardige middelen om te gebruiken? Er is geen lijst van wat te doen of wat niet te doen in deze of gene situatie, of met deze of gene persoon. De bekwame middelen zijn geboren uit de wijsheid van zazen, *Hannya*. Ze komen voort uit de intuïtie die zich ontwikkelt door de beoefening van zazen. Deze intuïtie kan niet worden verklaard, maar helpt ons om het juiste te doen op het juiste moment.

Maar dit alles betekent niet dat wij niet moeten nadenken: wij hebben geen intuïtie nodig om de gevolgen van bepaalde handelingen te voorzien. Als ik bijvoorbeeld uit ongeduld mensen om mij heen duw, geef ik alleen maar mijn stress door en dat is helemaal niet welwillend. Als ik voor de lunch kies voor biefstuk in plaats van groenten, zijn de negatieve gevolgen duidelijk.

Je hebt misschien gemerkt dat deze beoefeningen waar Meester Dogen over spreekt aspecten gemeen hebben. *Rigyo* gaat ook over handelen zonder bijbedoelingen, zonder winst voor mijn ego. Dogen heeft het bijvoorbeeld over een man die een schildpad van een visser koopt en hem dan terug in het water zet en vrijlaat, of over een andere man die een zieke vogel geneest. Beiden hebben gehandeld zonder beloning te verwachten.

Sommige mensen vrezen dat hun eigen welzijn in het gedrang komt als zij zich meer bekommeren om het welzijn van anderen. Dogen zegt dat ze onwetend zijn. Zij weten niet dat wij allen deel uitmaken van dezelfde kosmos, dat wij allen dezelfde natuur delen. Dus anderen helpen, of het nu vrienden of vijanden zijn, is jezelf helpen.

En als er onwetenden zijn, mogen die zeker niet buitengesloten worden, integendeel. De bodhisattva kan een voorbeeld stellen, hij kan tonen dat handelen zonder persoonlijk gewin voor hem geen verlies betekent. Het daaruit voortvloeiende geluk omvat zowel de helper als de

geholpene. Daarom dringt Dogen er aan het eind van zijn commentaar op *rigyo* op aan dat we ernaar moeten streven de onwetenden te beschermen.

Doji

De vierde beoefening van *Bodaisatta Shishobo* is *doji*, samenwerken. *Doji* betekent letterlijk "hetzelfde doel nastreven" of, om een meer informele uitdrukking te gebruiken, "in hetzelfde schuitje zitten".

Wij leven in een wereld vol dualismen, een wereld van verscheidenheid, van verschillen. Aan de oppervlakte zijn we allemaal verschillend, elk met ons eigen karakter, onze eigen geschiedenis en onze eigen doelstellingen in het leven. Toch moeten we ons aan elkaar aanpassen om in gemeenschap te kunnen leven.

Een sesshin of een kamp, zoals dit hier, is een voorbeeld van een concrete ervaring van *doji*. Want tijdens een sesshin, "zitten we allemaal in hetzelfde schuitje". Allereerst moeten we een boot bouwen, een soort schip, en om een sesshin te laten plaatsvinden, is er een groep mensen die het van tevoren plant en organiseert. Vaak moeten zij hindernissen overwinnen, zoals de huidige pandemie of de gevolgen van slecht weer. Hoe sterker de groep, hoe stabiel de boot is.

Dan heb je een kapitein en een team nodig, die hun energie geven om de boot goed te laten lopen. Dit zijn de *Godo* en de deelnemers. Een boot met een kapitein maar zonder team kan niet varen. Een boot met een team maar zonder kapitein gaat in elke richting. Om de boot goed te laten zeilen, moeten de kapitein en het team een eenheid vormen.

Doji betekent ook op elkaar letten. Als een zeeman te moe is, zal hij van de mast vallen. Je moet er dus voor zorgen dat iedereen kan rusten wanneer dat nodig is.

Op een schip zijn er veel taken te doen en hetzelfde geldt voor een sesshin. Het is een kans voor iedereen om uit zijn eigen weg te gaan en verschillende *samu* te ervaren. De Weg volgen, betekent in beweging blijven, uit je eigen comfortzone treden, om te evolueren in dienst van de gemeenschap.

In zazen ervaren we de uitgestrekte geest die nergens op stagneert. Om deze grote geest in praktijk te brengen, is een sesshin een prachtige gelegenheid om vertrouwen te hebben in de Dharma, de Sangha en onszelf.

Meester Dogen zegt: "*Doji* betekent in harmonie zijn met jezelf en anderen. Hierdoor kunnen anderen met ons verbonden worden en wij met anderen." *Doji* gaat over ons nooit afzonderen van anderen, aandacht hebben voor wat er om ons heen gebeurt, elk moment. Hoe meer we *doji* ervaren, hoe flexibeler onze geest wordt en hoe meer we ons afstemmen op anderen.

De bodhisattva ziet te allen tijde dat "we allemaal in hetzelfde schuitje zitten", in een heel, heel groot schuitje, het schuitje van het leven. Het is het schip van onderlinge afhankelijkheid, vergankelijkheid en leegte. Het wordt dus heel natuurlijk voor de bodhisattva om alle voelende wezens te helpen vrij te worden.

Fuse, aigo, rigyo en *doji* zijn vier beoefeningen bezielde door mededogen en in praktijk gebracht met wijsheid, vier beoefeningen van dezelfde geest, de geest van de bodhisattva.