

Vesak in Groningen

Ank Schravendeel

Vesak is een Boeddhistisch feest, we vieren de verjaardag van de historische Boeddha, we vieren het feit dat hij Verlichting bereikte en we gedenken zijn sterfdag. Allemaal in één feest, tijdens de volle maan in mei.

In Groningen neemt het Vipassana Centrum sinds 2010 het initiatief om Vesak samen te vieren met andere Boeddhistische groepen. Dit jaar deden we het samen met de Zen Boot, het Maitreya Instituut, de Leven in Aandacht groep en Shambala.

Het is een bijzonder proces van voorbereiding. We leren elkaars woorden, rituelen, liederen, gebruiken kennen. Als de Vipassana groep “mindfulness” zegt, bedoelen ze hetzelfde als de Zengroep die het over “mindlessness” heeft. Dat vraagt en geduld en openheid om elkaar te begrijpen en te gezamenlijk te kiezen wat we tijdens de viering gaan doen. We proberen niet een zo gelikt mogelijk programma te maken “met voor elk wat wils”. Maar we zoeken - in dat wat voor ons dierbare gebruiken zijn - de kern van de leer van de Boeddha.

De Verenigde Naties stimuleren de samenwerking tussen de verschillende Boeddhistische groepen. Ze grijpen de Vesak viering uit de Theravada traditie aan, om wereldwijd tot een gemeenschappelijke gedenkdag te komen. Zij geven ook ieder jaar een thema, als suggestie voor het programma. Dit jaar was het thema “de Boeddhistische bijdrage aan de ontwikkeling van de mensheid”. Grote woorden, ga er maar aan staan!

Wij hebben dat vertaald naar het thema Sangha, “What about me?” Als ik mediteer, lever ik daarmee een bijdrage aan de ontwikkeling van de mensheid? De meeste mensen zullen mediteren als een privé aangelegenheid zien. En zou ik een Boeddhistische bijdrage kunnen leveren aan het ontwikkelen van de mensheid? Ja, waarom niet? Je doet er toe.

Wat hebben we gedaan tijdens de Vesak viering? We lieten een clip zien, getiteld “What about me?” van Sakyong Mipham Rinpoche uit de Shambala traditie. Die clip gaat over een vraag die als een mantra de hele dag door je hoofd kan spelen: en ik dan? Wat krijg ik? Zie je mij wel? Hoe moet ik me gedragen om er bij te horen? Hoe heeft mijn leven zin? Deze mantra kan overgaan in “What about you?”, wat heb jij nodig? Fijn je te zien, kan ik iets voor je doen?” (clip is te zien op youtube, <https://www.youtube.com/watch?v=RUA-x6fBPqw>)

Vanuit de vipassana traditie namen we Toevlucht tot de Boeddha, de Dhamma en de Sangha, en namen we de 5 leefadviezen. Dat doen we door het chanten van Pali teksten. We liepen allemaal naar voren om het ritueel van het baden van de baby Boeddha te doen, dat is een ritueel in de Zen traditie. Vanuit de Tibetaanse traditie deden we een visualisatie meditatie over gelijkmoedigheid. Dit jaar liepen we in een labyrint: loopmeditatie op weg naar het centrum van een cirkel en vanuit dat centrum “de wereld weer in”; de Leven in Aandacht groep begeleidde dat. Het is bijzonder om mee te doen aan elkaars gebruiken, om te ervaren dat je iets doet wat je niet gewend bent en dat het toch raakt,

inspireert, herkenbaar is waar het om draait. De verschillende Boeddhistische stromingen delen het hart van de Dhamma en zijn Sangha.

Hoe houden we de leer van de Boeddha levend, wat is het hart die alle stromingen verbindt? (In mijn woorden:) opmerkzaam zijn, keuzeloos gewaarzijn, vrij kunnen zijn van lijden. Dat komen we tegen in onze directe ervaring, in de realiteit. Dat is de Dhamma. Dat heeft invloed op wat we denken, zeggen en doen. Hoe vertalen we dat naar Sangha, gemeenschap zijn. Inzichten door het mediteren in het gewone leven met elkaar in praktijk brengen. We chantten 5 leefadviezen. Wat betekent dat voor het met elkaar samen leven? Daarmee *ondernemen we de training om*

- Niet te doden, geen schade toe te brengen aan anderen
- Niet te stelen, om onze hebberigheid niet uit te leven
- Ons op het gebied van seks niet te misdragen.
- Niet te liegen, eerlijk en oprecht te zijn, op het juiste moment de juiste dingen zeggen. Niet de tijd volkletsen om de tijd te doden, maar iets vriendelijks toevoegen.
- De geest niet te benevelen met drugs of alcohol (of al die andere zaken die verslavend zijn) maar om de geest te gebruiken om helder en opmerkzaam te zijn.

Want het maakt deel uit van het menselijk bestaan: angst om gedood te worden, de onveiligheid van gezelschap dat het op je geld en goederen gemunt heeft, de kwetsbaarheid als je fysieke grenzen niet worden gerespecteerd. Om deze voornemens in actie om te zetten kozen we als doel voor de dana tijdens deze Vesak viering voor de stichting "Because We Carry". Dat is een stichting die moeders met baby's en kleine kinderen opvangt op Lesbos, als ze daar als vluchteling aankomen in een kamp. Om ze een ontbijt te geven en sociale activiteiten te organiseren.

Dit jaar ontstond voor het eerst het idee in de voorbereidingsgroep om naast de Vesak viering ook andere gezamenlijke acties te ondernemen. Door bijvoorbeeld in de periode van "zomer stop" juist iets extra's te doen. Elkaars deelnemers op de hoogte brengen van activiteiten in anderen groepen. En kennis en kunde uit te wisselen: "kom eens bij ons een lezing geven"; "doe mee aan het chanten van de Hart Soetra in het park"; "laten we een plek zoeken buiten, waar we tijdens lunchtijd een meditatie kunnen aanbieden, door de verschillende begeleiders vorm gegeven".

Omdat we elkaar inspireren en de daadkracht van de verschillende groepen willen versterken. Omdat we willen bijdragen aan de mogelijkheid om samen te mediteren. Omdat we samen Sangha belichamen en vorm geven. Dat doet er toe.