

**Een overzicht van korte aankondigingen van collegeseries, gegeven vanaf 2001 aan verschillende universiteiten en Hogescholen (HOVO Utrecht, Leiden, Rotterdam, Den Haag, Amsterdam, Tilburg, Eindhoven). Een collegeserie bestaat uit acht/tien lessen.**

### **Inleiding Boeddhisme**

In een serie van tien colleges worden een aantal kernbegrippen van het Boeddhisme nader toegelicht, zoals de vier edele waarheden, het achtvoudig pad, karma en wedergeboorte, de leer van voorwaardelijkheid. Verder besteden we aandacht aan het ontstaan van het Boeddhisme in India en de belangrijkste ontwikkelingen die zich hebben voorgedaan, zoals die van het Theravada Boeddhisme (Zuidoost Azië), Zen Boeddhisme (Oost Azië) en Tibetaans Boeddhisme. Het laatste college gaat over de manier waarop het Boeddhisme zich in het westen aan het ontwikkelen is.

### **Boeddhisme als psychologie – het onsterfelijk verlangen**

In een serie van tien colleges komen de volgende onderwerpen aan de orde:

1. verschillen en overeenkomsten tussen contemplatieve (oosterse) psychologie versus westerse seculiere psychologie;
2. wat wordt in het boeddhisme onder geest verstaan (ervaren, denken, bewustzijn) en hoe verhoudt zich dat tot het lichaam;
3. hoe wordt het ego, het zelf gedefinieerd en hoe verhoudt dit zich tot het boeddhistische begrip egoloosheid
4. het thema geluk en lijden; begeerte en onthechting;
5. de rol van taal en verbeelding in studie en meditatie; de rol van een leraar

### **Boeddhisme als filosofie – een zoektocht naar identiteit**

Het accent in de cursus ligt op het begrijpen van de verschillende boeddhistische visies en interpretaties van een aantal kernbegrippen in het Boeddhisme: lijden, vergankelijkheid, voorwaardelijkheid, niet-zelf, leegte, de niet-dualistische geest en boeddha-natuur. Deze visies en interpretaties leidden tot het ontstaan van een aantal boeddhistische filosofische scholen, waaronder die van de school van het Midden (Madhyamaka), de ‘Geest alleen’ school (Citamatin) en de Boeddha-natuur beweging.

### **Boeddhisme als meditatieve traditie**

Het inleidend college behandelt de oorsprong en de ontwikkeling van de meditatieve traditie in India en de plaats ervan binnen het leven en de leer van de historische Boeddha. In het tweede college gaan we in op de onderlinge relaties tussen meditatie, ethische (zelf) discipline en wijsheid of inzicht. Vervolgens bestuderen we in vier colleges verschillende meditatieve tradities en daaruit voortvloeiende praktijken: die van het Theravada (Zuidoost Azië), Ch’an/Zen, Zuivere Land Boeddhisme (Noordoost Azië) en het Tantra Boeddhisme (Tibet). Ten slotte bespreken we in drie colleges de meditatieve (boeddhistische) traditie zoals die binnen een moderne (westerse) omgeving vorm krijgt: binnen boeddhistische (retraite) centra, (geestelijke) gezondheidszorg (mindfulness), maatschappelijk welzijn en

(religieuze) levensbeschouwing. In dat kader worden wetenschappelijke onderzoeken besproken, die de effecten van meditatie hebben bestudeerd met betrekking tot gezondheid en welbevinden.

### **Tantra Boeddhisme – het vuur van verlangen**

In deze cursus van tien colleges treden we de kleurrijke wereld van het Tantra Boeddhisme binnen, met zijn unieke visualisaties, liturgieën en innerlijke yoga's, zoals gepraktiseerd in Tibet en naar het westen overgebracht door Tibetaanse meesters die onderricht geven. De cursus laat zien hoe de praktijk van tantra ons opent voor een waardering van het dagelijks leven – de wereld van zintuiglijke ervaringen, ervaringen van pijn en vreugde en zinnelijke verlangens – als de plaats waar uiteindelijk bevrijding en ontwaking plaatsvindt. In deze collegeserie komen de bijzondere tantrische vormen van meditaties aan de orde, die verbonden zijn met het lichaam (Yoga, Kum Nye), spraak (visualisatie en mantra) en geest (Mahamudra of Dzogchen).

### **Stralende leegte – een boeddhistisch perspectief op leven en Sterven**

Het *Tibetaans Dodenboek*, het boek over *Bevrijding door Horen*, vormt het vertrekpunt voor een serie colleges over leven en sterven. De visie die beschreven staat in dit boek is volgens Tibetaanse geleerden en beoefenaars niet gebaseerd op het feitelijke einde, maar gaat in essentie over het proces van leven en sterven en de wijze waarop dit cyclisch principe steeds in het leven zelf terug te vinden is. Het Tibetaans Boeddhisme kent in principe vier bardo's, vier overgangssituaties: de natuurlijke bardo van het leven, de pijnlijke bardo van het sterven, de bardo van intrinsieke straling en de bardo die leidt tot een nieuwe geboorte. Deze overgangssituaties of bardo's vormen de poorten waardoor we tot realisatie kunnen komen. Met realisatie wordt bedoeld de realisatie van de 'natuurlijke staat van de geest' die in essentie beschreven wordt als 'leegte', c.q. als stralend onderscheidend gewaarzijn. Deze staat van geest manifesteert zich als grote gelukzaligheid en onbegrensd mededogend handelen. De vier bardo's met het kernconcept stralende leegte vormen de vijf thema's van de serie colleges.

### **Beeld en verbeelding in Boeddhisme – boeddhistische kunst als spiegel van de geest**

Kunst en religie zijn altijd diep verbonden geweest, in het westen, maar ook in oosterse religies/ levensbeschouwingen. Het Boeddhisme kent vele kunstzinnige uitdrukkingvormen: soetra- en tantrateksten, stoepa's, beelden, tempels, rolschilderingen, mandala's, symbolen en de (Japanse Zen-boeddhistische) esthetiek van bloemschikken en tuinen. Daar het proces van ontwaking volgens het Boeddhisme een essentieel gevolg is van onze geestesgesteldheid, functioneert de boeddhistische kunst veelal als spiegel daarvoor. In tien colleges analyseren en beschrijven we de materiële beeldvoorstellingen niet alleen in hun kunstzinnige vorm (wat stelt het voor, hoe wordt het voorgesteld, stijl en iconografie), maar ook binnen een contextuele setting (met welke ideeën, concepten heeft het te maken, binnen welke cultuur en boeddhistische stroming). Tevens komt de vraag aan de orde hoe beeld en verbeelding toegepast worden voor het feitelijk pad van bevrijding binnen de boeddhistische gemeenschap van kloosterlingen, yogi's en leken.

## Boeddhistische praktijk – teksten die tot leven komen

De cursus biedt via een selectie van (fragmenten van) teksten inzicht in een opmerkelijke verscheidenheid aan praktijken in het Boeddhisme. De soort teksten bestaat onder andere uit: wijsheidsspreuken, gebeden, beschrijvingen van rituele beoefening, handleidingen voor meditatie-instructie, autobiografieën, heiligenverhalen, legenden, poëzie, religieuze liederen, etc. Het voornaamste doel van de cursus is om aan de hand van de inhoud van de teksten begrip te krijgen van de Boeddhistische praktijken in de verschillende contexten van het hedendaags boeddhisme. In de cursus worden de teksten in verband gebracht met de soort beoefenaars (monnik, non, yogi, geleerde of leek); met de verschillende stromingen en tradities in het Boeddhisme (Theravada, Mahayana – Zen en Zuivere Land traditie en Vajrayana Boeddhisme – Tibetaans Boeddhisme); en met de tijdsperioden waaruit deze teksten en praktijken zijn ontstaan.

## Tibetaans Boeddhisme

Kenmerkend voor het Tibetaans Boeddhisme is dat het de totale erfenis omvat van het Boeddhisme, zoals dat zich heeft ontwikkeld tot aan de 12de eeuw in India. In deze ontwikkeling worden het traditionele pad (Hinayana), het Bodhisattva pad (Mahayana) en het esoterische pad (Vajrayana) tot één enkel pad omgevormd. Tot in de twintigste eeuw werd deze traditie in de verschillende stromingen binnen Tibet ongebroken bewaard en doorgegeven.

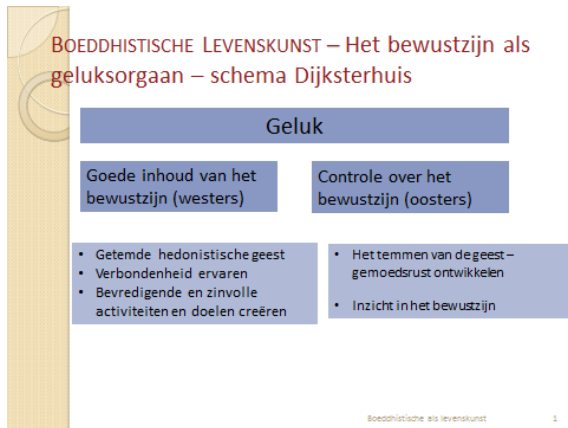
We starten met een inleiding op het onderwerp: de rol en betekenis van de historische Boeddha en kernelementen van zijn leer. In het tweede college behandelen we het Mahayana Boeddhisme. Samen met de ontwikkeling van het Tantra Boeddhisme heeft het Mahayana Boeddhisme in belangrijke mate het karakter van het Tibetaans Boeddhisme bepaald. In de drie volgende colleges bespreken we het ontstaan en de historische ontwikkeling van het Boeddhisme in Tibet, de kenmerken ervan en de verschillende scholen die zijn ontstaan. In college zes en zeven bestuderen we de praktijken van het Tibetaans Boeddhisme. Vervolgens onderzoeken we het belang van de beeldcultuur, de heiligdommen (stupa en tempel), de kloosters en de pelgrimsplaatsen voor het geloofsleven van Tibetanen. In college negen verkennen we de tekstuele traditie, in het bijzonder de Bardo Thödol, het Tibetaans Dodenboek. We eindigen de reeks met het Tibetaans Boeddhisme in relatie tot de belangstelling vanuit het Westen.

## Boeddhistische levenskunst

Wat is levenskunst? Hoe kunnen we deze vraag interpreteren en definiëren? Wat zijn haar kenmerkende activiteiten? Hoe wordt levenskunst omschreven in het westen, in de klassieke filosofie bijvoorbeeld, waarbij gesproken wordt over een filosofisch leven en hoe uit de levenskunst zich bijvoorbeeld in het Aziatisch denken (bijvoorbeeld in het Taoïsme)? Wat is levenskunst in relatie tot boeddhistische levenskunst? En is boeddhistische levenskunst hetzelfde als een boeddhistisch levenswijze? Iemand die een kunst vaardig wil worden, moet hiervoor dikwijls een inspanning verrichten, het vraagt om training van vaardigheden, discipline, inzet en gewoontevorming. Hoe zit dat met levenskunst en Boeddhistische levenskunst? Willen we een dergelijke inspanning en discipline wel opbrengen? Of bestaat levenskunst uit het gelukkig niets doen, waarbij geen inspanning van je gevraagd wordt? Iemand schreef me dat een levensgenieter houdt van het leven maar een levenskunstenaar

kan, naast een goed leven, ook goed met lijden omgaan. Het eerste college gebruiken we om onze eigen visie op levenskunst te verwoorden. In college twee en drie verkennen we het onderwerp Levenskunst vanuit het perspectief van twee Hellenistische filosofische scholen (Stoïcisme en Epicurisme), Michel Montaigne en Wilhelm Schmid (een hedendaags denker/filosoof over levenskunst).

College vier tot en met acht/tien is een uitwerking van onderstaande twee schema's.



## Overzicht van lezingen

Onderwerpen van lezingen zijn o.a.

1. De glimlach van de Boeddha – een inleiding op het Boeddhisme
2. Bodhisattva's helpers in deze wereld – over wijsheid en compassie
3. In het licht van afscheid – omgaan met sterven, dood vanuit Boeddhistisch perspectief
4. Beeld en verbeelding, Boeddhistische kunst als spiegel van de geest

En over (deel) onderwerpen uit de collegeseries (zie hierboven)