

Aangenaam:
je Anima en
Animus!
Ontdek je eigen
blinde vlek



Krachtplaats
Cambodja
Tempelbezoek
door
Roelien de Lange

'De ziel
bestaat niet'
Jan den Boer
spreekt boeddhist
Tulku Lobsang

Juni 2012

- Ruim 1000 evenementen van ca. 150 spirituele centra
- Rubriek 'Komt': overweeg 'n bezoek
- Kompas: vinden wat je zoekt
- Volg 'Koordanser' op Twitter en Facebook



TRANSFORMATIE 4

SIJAMANISME 6

ZIEL 14



kd.nl

Koordanser

Maandlijks agendamagazine voor bewustzijnsontwikkeling en spiritualiteit. Jaargang 29, losse verkoop € 2,50 nr. 297

Koordanser

JAARGANG 29 - NR. 297 - JUNI 2012

'Liefde van h'

14 ZIEL

'De ziel bestaat niet, bezieling wel'

Boeddhist Tulku Lobsang Rinpoche wijst op het belang van het gevoel



Hoe kunnen we die bezieling en dat leven vanuit liefde leren? Tulku Lobsang Rinpoche is daarin duidelijk: 'Door meditatie jezelf ontluisteren, jezelf bevrijden van de dronkenschap van emoties en gedachten.'

Al eeuwenlang wordt gediscussieerd over het bestaan van de ziel. Volgens het boeddhisme bestaat deze niet als onafhankelijke entiteit. 'Als we onze gehechtheid aan dergelijke concepten loslaten, ontdekken we de essentie van ons bewustzijn', zegt hij. Jan den Boer vroeg de Tibetaanse boeddhist Tulku Lobsang Rinpoche en vroeg hem naar zijn opvattingen over interafhankelijkheid en liefde.

Door Jan den Boer

'Wij boeddhisten geloven niet in de ziel', vertelt Tulku Lobsang Rinpoche. Dick Swaab en andere hersenonderzoekers geloven ook niet in de ziel. Betekent dit dat boeddhisten en hersenonderzoekers dezelfde visie hebben op het menselijk bewustzijn? Ik ga hierover in gesprek met Tulku Lobsang Rinpoche. Hij is een Tibetaanse boeddhistische leraar die stamt uit een eeuwenoude traditie van meditatie en persoonlijke ervaringen in workshops te geven. Ik ontmoet hem begin april op zijn tijdelijke verblijfplaats in Amersfoort, als hij een uurje tijd vrij kan maken in zijn volle programma.

Tulku Lobsang vertelt over het onderzoek naar de natuur van de geest. Hij zoekt daarbij heel precies naar de juiste woorden. Het gaat hem niet alleen om de abstracte betekenis, om de filosofische discussie. Hij probeert heel zorgvuldig woorden te vinden die mischien niet precies onder woorden te brengen zijn. Tegelijkertijd probeert hij in zijn manier van zijn en zijn leven ook tot uitdrukking te brengen wat de betekenis van die woorden zouden kunnen zijn.

Zijn onderzoek naar het bewustzijn, naar de natuur van de geest, is een ander soort onderzoek dan het filosofisch onderzoek waar de maand van de filosofie over gaat, en ook anders dan het hersenonderzoek met hersenscans zoals Dick Swaab en anderen beschrijven. Zijn methode van onderzoek is meditatie.

Wat ontdekte hij in zijn meditatie-onderzoek over ons bewustzijn? Lobsang: 'Ons diepste zelf is niet emotie of het denken, maar het gevoel. Denken en emotie is de conceptuele geest die pijn veroorzaakt. Het gevoel is het diepere zelf en dit diepste zelf is uiteindelijk helder licht, waar geen conceptuele geest meer is.'

Als je het bewustzijn door meditatie diepgaand onderzoekt, blijft er volgens Lobsang uiteindelijk alleen

een ervaring van leegte over. In die leegte kun je een ervaring van bewustzijn hebben, in die leegte komen gedachten en emoties op. Bijvoorbeeld een gedachte over de ziel. Er ontstaat dan vaak de neiging om een dergelijke gedachte op te gaan vatten als een waarheid of als een vaststaand iets. Volgens Tulku Lobsang zijn dit allemaal illusies: 'Het vasthouden aan illusies, zoals die van de afzonderlijke feiten van gegeven bestaat niet.'

Diepste werkelijkheid
Dit betekent niet dat Lobsang daarmee zegt dat we dus alleen ons brein zijn, zoals de hersenonderzoekers stellen. Vanuit zijn perspectief is dit namelijk ook een - en ermee vergelijkbare - illusie.

Is het dan onzin wat filosofen en hersenonderzoekers beweren? Dit soort oordelen zul je niet snel horen van Tulku Lobsang. In zijn visie op het bewustzijn maakt hij een onderscheid tussen verschillende niveaus van spirituele ontwikkeling. Het denken, dat voor filosofen zo essentieel is en dat is samengaat in stelling van Descartes 'Ik denk dus ik ben', is wel een belangrijke mogelijkheid van ons bewustzijn, maar ook slechts een oppervlakkige. Het is goed om kritisch over zaken na te denken, maar zodra je gaat hechten aan een (soort) waarheid, zoals het concept van de ziel, wordt dit denken je vijand. Hetzelfde geldt voor emoties, als deze je overgevoelen creëren ze een soort tijdelijk zelf waardoor je eigenlijk fungeert als iemand die dronken is, waardoor je geen vrije keuze meer hebt in je doen en laten.

Tulku Lobsang ziet emotie en denken daarom allebei als de conceptuele geest. Deze is nuttig in het dagelijks leven, zolang het niet tot hechting leidt. Maar emoties en denken geven geen zicht op de diepste werkelijkheid van het bewustzijn. Die diepste werkelijkheid kun je alleen doorvoelen

door meditatie. Lobsang ziet deze contemplatieve kennis als een hogere vorm van kennis dan de rationele en emotionele kennis.

Deze visie op een hiërarchie in spirituele ontwikkeling is in veel bronnen terug te vinden, ook bij bekende westerse integrale denkers als Ken Wilber. Ook hij zegt dat de hoogste vorm van spirituele ontwikkeling het gevoel van zijn is, voorbij denken en emotie.

Interessant is dat er ook hersenonderzoekers zijn die na langdurig onderzoek concluderen dat de essentie van ons menselijk bewustzijn veel meer in het gevoel ligt. Antonio Damasio is daarvan de meest spraakmakende, onder meer met zijn boek 'Ik voel dus ik ben'.

Interafhankelijk
Denkers zoals Ken Wilber geven vast substantie zoals de ziel, het gevoel manifesteert zich als liefde in interactie. Er is geen onafhankelijk bestaan, het bestaan ontstaat in de interactie, in de interafhankelijkheid tussen alles wat bestaat.

Die nadruk op interafhankelijk bestaan en liefde is voor Tulku Lobsang ook essentieel: 'Het idee van een solide onafhankelijk bestaan is het probleem. Liefde is de enige manier om jezelf te bevrijden van de conceptuele geest. De natuur van de geest is liefde en compassie.'

Interessant is dat juist het gevoel van liefde bij de filosofische denkers en hersenonderzoekers al snel uit beeld verdwijnt. Dat is te verklaren vanuit de spirituele hiërarchie die volgt uit de visie van Tulku Lobsang. Ken Wilber en andere mensen met een hoge spirituele ontwikkeling. Hoe past het filosofische en wetenschappelijke onderzoek binnen deze spirituele hiërarchie?

Bert Keizer geeft hier een mooi overzicht van in zijn boek voor deze maand van de filosofie: 'Waar blijft de ziel?' Nadat hij de lezer meeneemt op een fascinerende reis door 2500 jaar denken over de ziel concludeert hij: 'Maar wij weten, na al die eeuwen van nadenken over onszelf, nog steeds niet goed te zeggen wie of wat wij zijn.'

Vervolgens stelt Keizer op de laatste pagina dat we misschien met het verkeerde gereedschap aan de gang gaan om iets over die ziel te kunnen zeggen. Het is volgens hem nog niemand

gelukt om een ander standpunt te formuleren, hoewel de deur misschien pal achter ons is. Keizer denkt dat er een nieuw filosofisch talent voor nodig is om ons om te draaien naar die deur achter ons. Maar het is de vraag of we daar filosofisch uitkomen.

Maar het gaat niet om de filosofie, het verkeerde gereedschap is om iets over die ziel te kunnen zeggen? Er zijn dus verschillende gereedschappen beschikbaar: het filosofisch denken, de hersenscan en de doorvoelde ervaring, meditatie. Als we er met 2500 jaar filosofen niet uitgekomen zijn, is de kans niet groot dat het in deze maand van de filosofie wel lukt, hoeveel denkgereedschap er ook nog toegepast wordt. Wij zijn niet om brein, maar wat er dan precies wel zijn, daar heeft hij dus geen antwoord op.

Hij geeft echter wel een interessante mogelijkheid om een heel ander onderzoeksgereedschap in te zetten, het gevoel. Blijkbaar hebben we bij een hersenscan toch nog ons gevoel nodig om betekenis te geven aan wat er gebeurt. Dit gevoelsmatig onderzoek is tot nu toe in de discussie over de ziel in deze maand van de filosofie zwaar onderbelicht. Een van de belangrijkste 'gereedschappen' voor dit onderzoek is meditatie.

Ervaring van liefde
Tulku Lobsang ontdekt door meditatie onderzoek dat de ziel weliswaar niet bestaat, maar dat de essentie van ons bewustzijn überhaupt niet in concepten is te vatten. Voorbij de concepten bestaat de gevoelde ervaring van bewustzijn die een ervaring van liefde is. Daarmee geeft Tulku Lobsang een antwoord op de vraag van Bert Keizer aan het einde van zijn boek: of we niet met het verkeerde gereedschap bezig zijn. Elk gereedschap heeft zijn eigen spirituele niveau. Met hersenscans

kun je iets over het materiële niveau van het lichaam zeggen, maar niet over de ziel. Met denkgereedschap kun je op het niveau van de logica zinvolle dingen zeggen, maar niet over de ziel. Een standpunt dat de bekende filosofen juist te vaak nemen. Het kan niet anders zijn dan de filosofie van zelfonderzoek door meditatie kan je ontdekken dat de essentie van ons bewustzijn juist het vermogen is om concepten en de illusie van alles wat onafhankelijk zou bestaan, zoals de ziel, los te laten.

Dan is er alleen nog het dagelijkse begrip 'bezieling'. Het antwoord van de boeddhist Tulku Lobsang op de vraag of er een onafhankelijk bestaan is van onze ziel, is dat we die vraag onszelf helemaal niet hoeven te stellen. Het zelf en de ziel hebben geen onafhankelijk bestaan. De essentie van ons bewustzijn is bezieling en leven vanuit liefde.

Hoe kunnen we die bezieling en dat leven vanuit liefde leren? Lobsang is daarin duidelijk: 'Door meditatie jezelf ontluisteren, jezelf bevrijden van de dronkenschap van emoties en gedachten.'

Welke meditatie raadt hij ons daarbij aan? 'Kort maar lang niet eenvoudig: elke dag oefenen in het besef dat we allemaal gelijk zijn. Wij willen geluk, wij willen geen lijden, daarin zijn we hetzelfde. Daaruit komt respect en zorg voor elkaar.'

Dat is bezieling in het dagelijkse leven.
Jan den Boer is tantrist en schreef daarover diverse boeken. Dit interview is een voorpublicatie van 'Leven vanuit je hart, hoe doe je dat. Over het oefenen van de 'vrije wil'. (verschijnt in het najaar bij Synthese.) Op 2 juni geeft hij samen met Nicolet Koeljesma een workshop tantra en biodanza. Meer: www.tantratrainning.nl.

De Kleine Tiki
School voor kunstzinnig dynamisch coachen en innerlijke ontwikkeling
www.dekleinetiki.nl

Saswitha Opleiding
voor Yoga en Wijkgerichte
Vierjarige erkende yoga-opleiding
Open dag: zondag 10 juni 2012 van 11-14 uur
www.yoga-saswitha.nl

ARIES Astro-Services
Plant 2 1261 LH Blicaricum
Tel/Fax 035-6424564
De meest herkenbare astrologische analyses: karakter-, beroeps-, relatie- en kinderhoroscopen. Voorstellende teksten op basis van transits.
Wat vertellen de beste astrologen, zoals Liz Greene en Robert Hand, over u, uw relatie, uw kinderen, uw beroep? Zie voorbeelden op onze website of vraag catalogus.
www.ariesastro.nl

Lichtfontein
Centrum voor Nieuwe Spiritualiteit en Levenskunst
23 tot en met 27 juli 2012
Vijfdagse workshop
Edelstenen en de Chakra's
Edelsteentherapie voor persoonlijk gebruik en in huis
0516-431 377 - info@lichtfontein.nl - www.lichtfontein.nl