

DEEPAK CHOPRA



BOEDDHA

**HET VERHAAL VAN EEN MAN
OP WEG NAAR VERLICHTING**

Deepak Chopra

BOEDDHA

Het verhaal van een man op weg naar verlichting



Vijfde druk


KOSMOS

Inhoud



Voorwoord van de schrijver

7

DEEL 1

Siddhartha, de prins

9

DEEL 2

Gautama, de monnik

153

DEEL 3

Boeddha

221

Nawoord

274

De kunst van niet-doen

Een praktische gids voor het boeddhisme

281

Dankwoord

287

Voorwoord van de schrijver



Wie mij ziet, ziet de leer

BOEDDHA

Om dit boek te kunnen schrijven, heb ik diep adem gehaald en nieuwe karakters en gebeurtenissen gecreëerd in het leven van een van de meest beroemde mensen die ooit geleefd heeft. Beroemd, maar toch onbekend. Ik wilde Boeddha uit de mist van de tijd halen, hem vlees en bloed geven, terwijl zijn mysterie behouden bleef. Feiten vermengden zich eeuwen geleden met fantasieën in het verhaal van de prins die een levende god werd. Of is ‘god’ juist wat hij niet wilde zijn? Was zijn diepste wens uit de materiële wereld te verdwijnen en alleen als inspiratie of volmaaktheid herinnerd te worden?

Terwijl het Boeddha-verhaal voor twee millennia stuwkracht kreeg, raakte het propvol met wonderen en goden die aan de oppervlakte bleven zitten. Wanneer hij over zichzelf sprak, noemde Boeddha nooit wonderen of goden. Hij had tegen allebei zijn bedenkingen. Hij toonde er geen belangstelling voor vereerd te worden als persoon; geen van zijn vele preken maakt melding van zijn familieleven of geeft veel persoonlijke informatie. In tegenstelling tot Christus in het Nieuwe Testament, zag hij zichzelf zeker niet als goddelijk.

In plaats daarvan zag hij zichzelf als ‘iemand die wakker is’, wat het woord *boeddha* betekent. Dat is de persoon die ik in dit boek heb geprobeerd te portretteren. Hier ontmoeten we, in al zijn mysterie, het voornaamste menselijke wezen dat ooit verlichting bereikte, en dat zijn lange leven wijdde aan een poging ons allemaal wakker te schud-

den. Alles wat hij wist, kwam hij uit moeilijke, soms bittere ervaring te weten. Hij maakte extreem lijden mee – bijna tot de dood toe – en kwam hier met iets ongelofelijk kostbaars uit tevoorschijn. Boeddha werd letterlijk de waarheid. ‘Wie mij ziet, ziet de leer,’ zei hij, ‘en wie de leer ziet, ziet mij.’

Het schrijven van dit boek beschouw ik als een heilige reis. Het boek is in veel uiterlijkheden gedramatiseerd, maar wat psychologie betreft, hoop ik, trouw aan hoe het pad van de zoeker aanvoelt. In alle drie de fasen van zijn leven – Siddhartha de prins, Gautama de monnik, en Boeddha de Meedogende – was hij evenzeer een sterveling als u en ik, maar toch bereikte hij verlichting en werd verheven tot de rang van een onsterfelijke. Het wonder is dat hij dat bereikte door een hart te volgen dat even menselijk is als het uwe en het mijne, en even kwetsbaar.

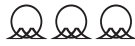
Deepak Chopra

DEEL I

SIDDHARTHA
DE PRINS



1



Het Sakya-koninkrijk, 563 v.Chr.

Op een heldere herfstdag draaide koning Suddhodana zich om in zijn zadel om het slachteveld te overzien. Hij had een zwak punt nodig waar hij gebruik van kon maken en hij was ervan overtuigd dat de vijand er een voor hem opengelaten had. Elke vijand deed dat. Zijn zintuigen waren voor al het andere afgesloten. Geschreeuw van de gewonden en stervenden werd versterkt door de schorre bevelen van zijn officieren die instructies blaften en de goden te hulp riepen. De grond die opengereten was door paardenhoeven, de voeten van olifanten en de met ijzer beslagen wielen van strijdwagens, scheidde bloed af alsof de aarde zelf dodelijk verwond was.

‘Meer soldaten! Ik wil nu meer soldaten!’

Suddhodana wachtte niet tot er gehoorzaamd werd. ‘Als er iemand die me kan horen wegloopt, zal ik hem persoonlijk afmaken!’

Wagenmenners en voetvolk kwamen naar de koning toe, toegetakelde figuren die er zo smerig uitzagen dat ze demiurgen konden zijn, uit de klei van het veld geboetseerd.

Suddhodana was een krijgerkoning en het belangrijkste wat je over hem moest weten, is dat hij zichzelf voor een god aanzag. De koning was gewend om samen met zijn leger in de tempel neer te knielen en te bidden voordat hij ten strijde trok, maar hij vertrouwde niet op goddelijke hulp. Wanneer hij de poorten van de hoofdstad achter zich liet, draaide Suddhodana zich om en wierp een laatste blik achter zich

op zijn thuis. Maar hoe verder hij van Kapilavastu kwam, hoe meer zijn stemming veranderde. Tegen de tijd dat hij het slagveld betrad, voerden de kolkende activiteit en de geuren die zijn neusgaten binnendrongen – stro en bloed, soldatenzweet en stervende paarden – Suddhodana naar een andere wereld. Hij werd volledig overstelpt door de overtuiging dat hij nooit kon verliezen.

Hij had niet de hand gehad in deze veldtocht. Ravi Santhanam, een krijgsheer uit het noorden langs de Nepalese grens, had in een verrassingsaanval een van Suddhodana's handelskaravanen overvalen. Suddhodana's vergelding volgde bijna onmiddellijk. Ook al waren de soldaten van de krijgsheer in het voordeel – ze vochten op hun eigen grondgebied en vanuit een hogere positie – Suddhodana's legereenheden knaagden gestaag aan hun stellingen. Paarden en olifanten vertraptten de gevallen die dood waren, of nog leefden maar te zwak waren om te ontsnappen. Suddhodana leidde zijn paard vlak naast de buik van een steigerende mannetjesolifant en vermeed ternauwernood de massieve voeten toen ze weer naar beneden kwamen; een half dozijn pijlen had hem doorboord, wat het beest gek maakte.

'Ik wil een nieuwe linie strijdwagens, sluit aan!' Hij had gezien waar de vijandige fronttroepen uitgeput waren en op het punt stonden te wankelen. Nog een dozijn strijdwagens trok naar voren, voor het voetvolk uit. Hun met metaal beslagen wielen maakten een kletterend geluid op de harde grond. Achter de wagenmenners stonden boogschutters die het leger van de krijgsheer met pijlen bestookten.

'Maak een bewegende muur,' schreeuwde Suddhodana, 'ik wil hun frontlinie vermorzelen!'

Zijn wagenmenners waren ervaren veteranen, meedogenloze mannen met harde gezichten. Suddhodana reed langzaam voor hen uit en negeerde de strijd die vlak bij hem plaatsvond. Hij zei rustig: 'De goden bevelen dat er maar één koning kan zijn. Maar ik zweer dat ik vandaag niet beter ben dan de eerste de beste soldaat en dat jullie niet minder dan koningen zijn. Elke man hier maakt deel uit van mij. Dus wat kan de koning nog zeggen?' Slechts twee woorden, maar het zijn er

twee die jullie hart wil horen. *Overwinning. En vaderland!*' Toen klonk zijn bevel als een zweepslag.

'Allemaal tegelijk – naar voren!'

Beide legers stortten zich schreeuwend de open ruimte in als vijandige oceanen. Geweld gaf Suddhodana voldoening. Zijn zwaard zwaaide rond en spleet het hoofd van een man met één slag. Zijn linie trok voorwaarts en als de goden het wilden – en dat zouden ze wel moeten – zou de vijandelijke linie zich lijk voor lijk openen, totdat Suddhodana's infanterie aanviel, een stevige wig die op het bloed van de vijand naar voren gleed. De koning zou met iedereen de spot gedreven hebben, die durfde te ontkennen dat hij het centrum van de wereld was.

TEGELIJKERTIJD WERD SUDDHODANA's koningin in een draagkoets door het diepst van het bos gedragen. Ze was tien maanden zwanger, wat volgens de astrologen erop wees dat de baby heel bijzonder zou zijn. Maar voor koningin Maya was niets bijzonder, behalve de ongerustheid die haar omringde. Ze had veel te impulsief besloten om naar haar moeders huis terug te gaan om de baby te krijgen.

Suddhodana had haar niet willen laten gaan. Het was gewoonte dat moeders de eerste keer naar huis gingen om te baren, maar hij en Maya waren onafscheidelijk. Hij had graag willen blijven weigeren, totdat Maya op haar argeloze manier zijn toestemming vroeg waar de hele hofhouding bij was. De koning kon zijn koningin niet publiekelijk afwijzen, ondanks de gevaren die aan de tocht verbonden waren.

'Wie gaan je begeleiden?' vroeg hij met een scherpe klank in zijn stem, in de hoop haar van dit dwaze plan af te schrikken.

'Mijn vrouwen.'

'Vrouwen?'

Hij hief wrevelig z'n hand op ten teken van toestemming. 'Je krijgt een paar mannen mee die gemist kunnen worden.' Maya glimlachte en trok zich terug. Suddhodana wilde geen ruzie maken, omdat zijn vrouw hem eigenlijk voor een raadsel stelde. Het had geen zin haar bang voor gevaar te maken. De tastbare wereld was voor haar een dun

vlies waar ze overheen gleeed, zoals een mug over het water van een vijver glijdt zonder het wateroppervlak te breken. Daarom kon de wereld Maya aanraken, ontroeren, pijn doen, maar nooit veranderen.

De koningin vertrok uit Kapilavastu een dag voordat het leger vertrok. Terwijl ze door het bos trokken, reed Kumbira, de oudste hofdame, aan het hoofd van de stoet. Het was een schamele stoet die bestond uit zes soldaten, te oud om in de oorlog te dienen en op oude paarden die te zwak waren om een vijand aan te kunnen. Achter hen liepen vier dragers die hun schoenen uitgetrokken hadden om beter op het steenachtige pad te kunnen lopen en die de met kwasten en belletjes versierde draagstoel met de jonge koningin erin op hun schouders droegen. Vanachter de golvende, zijden gordijnen was er geen geluid van Maya te horen, behalve een onderdrukt gekreun wanneer een drager struikelde en de draagstoel een schok maakte. Drie jonge hofdames die zachtjes mopperden over het feit dat ze moesten lopen, kwamen aan het eind.

De grijze Kumbira keek spiedend rond, zich bewust van de gevaren die aan beide zijden van het pad loerden. Deze weg die alleen maar een nauwe spleet in de granieten helling vormde, was eens een smokkelroute toen vachten van gestroopte herten, kruiden en andere contrabande naar Nepal gesmokkeld werden; hij werd nog steeds door bandieten gebruikt. Het gerucht ging dat in dit gebied tijgers zelfs midden op de dag hun prooi uit bange groepen reizigers sleurden. Om hen af te weren droegen de dragers maskers op hun achterhoofd, omdat ze geloofden dat een tijger alleen van achteren aanvalt, nooit direct een persoon die naar hem kijkt.

Kumbira reed naar voren tot ze naast Balgangadhar kwam, het hoofd van de wacht. De krijger keek haar stoïcijns aan, maar kromp een beetje ineen toen de koningin het opnieuw uitschreeuwde.

‘Ze kan het niet veel langer volhouden,’ zei Kumbira.

‘En ik kan de weg niet korter maken,’ gromde Balgangadhar.

‘Je zou kunnen opschieten,’ snauwde ze. Kumbira wist dat hij zich schaamde omdat hij niet met de koning ten strijde getrokken was, maar Suddhodana had één elitegardist uitgekozen om zijn vrouw te eren.

Met de geringste nijging van zijn hoofd die de etiquette nog toestond, zei de gardist: ‘Ik ga vooruit om een kampplaats te zoeken. De streekbewoners zeggen dat er een plek is die door houthakkers geruimd is, met een paar hutten erop.’

‘Nee, we trekken gelijk op,’ protesteerde Kumbira.

‘U heeft hier andere mannen om u te beschermen, terwijl ik weg ben.’

‘Meen je dat?’ Kumbira wierp een kritische blik over haar schouder naar de haveloze troep. ‘En wie zal hen beschermen, denk je?’



ZE ZULLEN U vertellen dat Maya Devi – de godin Maya, zoals ze bekend zou worden – bij maanlicht in het bos van Lumbini aankwam, een van de heiligste plekken in het koninkrijk. Ze zullen u vertellen dat ze niet per ongeluk in het bos haar kind baarde. Het lot leidde haar. Ze wilde nadrukkelijk het heilige bos bezoeken, omdat er een reusachtige boom stond die aan de moedergodin gewijd was. Maya’s voorgevoel zei haar dat deze geboorte heilig zou zijn.

In werkelijkheid was ze een doodsbanne, zwakke, jonge vrouw die bijna in de wildernis de weg kwijtgeraakt was. En de heilige boom? Maya klampte zich vast aan de stam van een grote *damar*boom, omdat het de grootste en meest voorkomende boom op de open plek was. Balgangadhar had een beschutte plek naast het pad gevonden en de koninklijke draagkoets kwam daar net aan, voordat het laatste stadium van Maya’s barensweeën begon. De hofdames stonden dicht om haar heen. Ze hield goed vol en diep in de nacht baarde ze de zoon die haar man, de koning, zo wanhopig wilde hebben.

Kumbira stierf lang voordat de legenden ontstonden, dus wordt daarin niet beschreven hoe ze de gejaagde vrouwen bevelen toeblatte, de mannen wegjoeg en zich bijna brandde bij het aan de kook brengen van een ketel water boven het kampvuur. Ze was de eerste die de baby vasthield. Teder boende ze het bloed van zijn kleine lichaampje en maakte de krijsende boreling gereed om aan Maya te laten zien. De

koningin lag stil, bijna lusteloos op de grond. De eerste voeding, een belangrijk ritueel volgens lokaal gebruik, zou 's morgens plaatsvinden. Ondanks het feit dat de baby er gezond uitzag, maakte Kumbira zich zorgen. Ze was bang geworden door alle nachteluiden, maar vooral door Maya's bevalling die te lang en te pijnlijk was geweest.

'Nu kan mijn man met een gerust hart sterven,' fluisterde Maya met een vermoeide, zwakke stem. 'En ik zal niet vervloekt worden wanneer ik gestorven ben.' Kumbira schrok. Hoe kon Maya op dit moment aan de dood denken? Kumbira's ogen zochten in het donker rondom hun kampplaats. De jonge hofdames waren vol lof voor de dappere moeder, opgelucht dat de beproeving ten einde was en vrolijk door het vooruitzicht dat ze naar huis konden gaan, naar hun zachte bedden en hun minnaars. Hun opgewektheid nam toe toen de volle maan boven de bomen rees, een gunstig teken.

'Hier, uwe Hoogheid,' zei Utpatti, een van de dienaressen, die zich naar haar toeboog. 'Er is iets wat u moet doen.'

Voordat iemand haar kon tegenhouden, opende Utpatti Maya's gewaad en ontblootte haar borsten. Verlegen en in de war trok Maya snel haar gewaad met één hand weer dicht.

'Wat doe je?' vroeg ze.

Utpatti schrok wat terug. 'Het helpt voor de melk, uwe Hoogheid,' fluisterde ze, onzeker van zichzelf. Ze keek zijdelings naar de andere vrouwen. 'Het maanlicht op uw borsten te laten schijnen. Alle vrouwen van het land weten dat.'

'Kom je van het land?' vroeg Maya.

De anderen giechelden. Terwijl ze voorgaf dat het haar niet kon schelen, zei Utpatti: 'Vroeger.'

Maya leunde weer achterover en stelde haar volle borsten aan het maanlicht bloot. Ze waren al zwaar van de melk.

'Ik voel iets,' mompelde ze. Haar stemming was omgeslagen. Er klonk een extatische klank in haar stem door, die de pijn verdreef. Al was ze zelf geen godin, toch was ze dolblij door een godin, de maan, aangeraakt te worden. Ze nam haar kind en hief het op.

'Zien jullie hoe rustig hij nu is? Hij voelt het ook.' Op dat moment

geloofde Maya in haar hart dat haar wensen vervuld waren. Er bestaat een naam in het Sanskriet die dat idee uitdrukt. Ze hief het kind hoger op.

‘Siddharta,’ zei ze. *Hij die alle verlangens bereikt heeft.* Uit erkenning van de plechtigheid van het moment, bogen de hofdames hun hoofd, zelfs de altijd behoedzame Kumbira.

2



De grijze regen viel als een deken over Suddhodana en zijn mannen toen de torens van hun thuisstad opdoemden. De wachter gaf een schreeuw vanaf zijn post en de grote, houten deuren van de hoofdstad gingen open. ‘Haast je!’ schreeuwden de sergeanten naar hun manschappen. Er waren weinig burgers om hen te begroeten. Suddhodana wist dat de opeengepakte groepjes vrouwen die zich langs de straat opgesteld hadden, met angstige verwachtingen het leger afzochten en baden dat hun mannen en zoons nog in leven waren.

Die morgen was de koningin bij dageraad wakker geworden voor het geval haar man vroeg terugkwam, maar toen begon de regen neer te dalen en vertraagde alles. De tocht uit de bergen was in een alles vervagende extase voorbijgegaan, die zelfs nog sterker was geworden toen Maya’s lichaam het begon op te geven. Er werd in de hofhouding veel gefluisterd over het feit dat ze de diensten van een zoogster had afgeslagen. ‘Van m’n kind houden zal me echt niet ombrengen,’ had ze gezegd.

Ze herinnerde zich weer de droom die ze tien maanden geleden gehad had. Hij begon toen Maya wakker werd in haar eigen slaapkamer. Ze schermde haar ogen af van een licht dat in de kamer verschenen was. Uit het licht traden drie engelachtige wezens naar voren, in de vorm van glimlachende, jonge vrouwen. Terwijl ze rechtop ging zitten,

herkende Maya haar bezoekers onmiddellijk voor wat ze waren – *devas*, of hemelse wezens.

De drie *devas* gebaarden haar zich bij hen aan te sluiten. Verbaasd dat ze haar hadden uitgekozen, stapte Maya uit haar warme bed om hen te volgen. Met een blik over hun schouders liepen ze door de muur van haar slaapkamer, als liepen ze door rook. Maya voelde de muur niet toen ze er ook doorheen stapte. Aan de andere kant werd ze steeds sneller voortgetrokken, tot de paleisgronden en de wereld erbuiten in het voorbijgaan vervaagden. Voor zich zag ze een helder licht en een ogenblik later zag Maya dat het de zon was die door de sneeuw weerkaatst werd. Daglicht schitterde op de kristalheldere oppervlakte van een hoog bergmeer, omgeven door bergpieken als wachters.

De Himalaya's (want ze wist zeker dat de *devas* haar daar gebracht hadden) vormden haar hele leven al een imponerende aanwezigheid op afstand. Maya had nooit gedacht dat ze zich ertussen zou bevinden, en nu leidden de drie jonge vrouwen haar naar een kiezelstrand aan de andere kant van het meer. Het was kalm en helder als een spiegel.

De *devas* begonnen haar uit te kleden. Maya werd er niet door in verwarring gebracht, ze werd er ontspannen van. Bijna even snel als ze haar kleren wegnamen, trokken ze haar de mooiste kledingstukken aan die ze ooit gezien had. Zwijgend en glimlachend raakten ze Maya's buik aan. Het contact was warm en opwindend. Ze stapte in het water van het meer dat steeds dieper werd. Toen ze ontwaakte, zat ze rechtop in haar bed alsof ze het nooit verlaten had behalve dan dat een schepsel haar slaapkamer vulde, wiens ogen haar blik vasthielden. Terwijl Maya de slaap van zich afschudde, breidde een witte substantie zich uit vanuit de ogen, die de vorm aannam van een enorme olifant, blank als sneeuw. Het schepsel keek haar met een warme, zelfverzekerde intelligentie aan. Toen hief hij zijn snuit in een soort groet. Onverwachts voelde Maya zich van een brandende honger vervuld. Ze werd weer wakker, terwijl ze rechtop in bed zat, alleen. Het ongewone verlangen was nog in haar en kon niet genegeerd worden.

Snel, bijna bevend, verliet ze haar bed, gooide een mantel om zich heen en rende naar de slaapkamer van haar man. In het vage kaarslicht

lag Suddhodana met de lakens om zich heen gedraaid. Na jaren tevergeefse hoop op een zoon, sliep hij nu vaak alleen. Een andere koning had misschien een bijzit genomen die hem een zoon kon schenken. Een andere koning zou misschien gewoon zijn vrouw vermoord of als krankzinnige opgesloten hebben om het huwelijkscontract te ontbinden. Maar Suddhodana had dat niet gedaan. Hij was even heftig en loyaal in de liefde als in de oorlog.

Vannacht zal het anders zijn, zei Maya tegen zichzelf. *Ik ben gezegend*. Voorzichtig, om Suddhodana niet te plotseling te wekken, ging ze naast hem in bed liggen. Zachtjes streelde ze zijn gezicht en haalde hem uit zijn slaap. Zijn handen trokken zich eerst samen tot vuisten, toen opende hij zijn ogen en keek haar aan. Hij begon te spreken, maar ze legde een vinger op zijn lippen.

Ze was niet wild van begeerte en evenmin de gevangene of slaaf ervan. Met de benen van haar man met de hare verstrengeld, wilde ze niet zozeer plezier als vereniging. Ze moedigde hem aan met woorden waarvan ze zich nooit voorgesteld had dat ze ze zou zeggen. ‘Bedrijf niet de liefde met me als een koning. Bedrijf de liefde met me als een god.’

Het effect was dramatisch. Hij reikte verlangend naar haar en ze zag de verbazing in zijn ogen. Hun liefdesleven was zo lang plichtmatig geweest, omdat ze geen van beiden geloofden dat er iets uit zou voortkomen. Maar vannacht voelde hij iets van het sterke geloof dat in haar wakker was geworden.

Toen ze zover was, draaide ze haar heupen en nam hem in zich. Haar adem stokte in haar keel. De vreemde behoefte in haar bereikte een hoogtepunt. Een paar momenten lang ging ze die duisternis van verrukking binnen, die dicht bij onsterfelijkheid komt. Met een zucht kwam ze geleidelijk terug en merkte dat de koning haar in een stevige omarming hield. Hij trok haar naar zich toe alsof hij probeerde zijn vlees volledig met het hare te versmelten. Ze kusten en streelden elkaar; alleen het feit dat ze uitgeput was van genot, weerhield Maya ervan te zeggen wat ze met zekerheid wist: dat ze een kind hadden gemaakt.

DEEPAK CHOPRA

BOEDDHA

HET VERHAAL VAN EEN MAN
OP WEG NAAR VERLICHTING

Deepak Chopra vertelt in *Boeddha* het levensverhaal van een van de grootste spirituele figuren uit de geschiedenis.

De auteur schiep karakters en gebeurtenissen, maar bleef trouw aan de psychologie van Boeddha. Zelf zegt Chopra daarover: 'Ik wil Boeddha uit de mist van de tijd halen, hem vlees en bloed geven, terwijl zijn mysterie behouden blijft. In zijn leven was Boeddha evenzeer een sterveling als u en ik, maar toch bereikte hij verlichting en werd verheven tot de rang van een onsterfelijke. Het wonder is dat hij dat bereikte door een hart te volgen dat even menselijk is als het uwe en het mijne, en even kwetsbaar.'

Voor iedereen die het verhaal wil weten
achter zijn boeddhabeeldje in de vensterbank.

Harold Pereira ©



De meer dan tachtig boeken van Deepak Chopra zijn vertaald in ruim veertig talen. Vele ervan hebben op de bestsellerlijst van *The New York Times* gestaan. Ook in Nederland is Chopra de grootste auteur op het gebied van zingeving.



9 789021 558158 >

www.kosmosuitgevers.nl

NUR 728
Kosmos Uitgevers
Utrecht/Antwerpen