

LINGGÄN

FRTA KNOWLEDGE
BUSINESS TRAINING & ADVICE

Januari 2021

FRTA KNOWLEDGE business training & advice | [www.frtanl](http://www.fрта.nl) | E-mail: froelfsema@frta.nl

De Geest en Psyche

Gehechtheid / begeerte is een onderwerp wat eigenlijk onuitputtelijk is, we zouden er tot aan het einde der dagen over kunnen spreken. Maar als we het kort en bondig stellen, kunnen we zeggen dat we gehechtheid op kleine schaal (in een kleine kring) aan het werk kunnen zien en op een bredere schaal.

In kleine kring zien we hoe bijvoorbeeld gehechtheid bij families in zijn werk gaat. Dat er binnen families gehechtheid is aan het verkrijgen van objecten, het niet willen delen van spullen in huis enzovoort, maar ook al die andere redenen die zorgen dat de harmonie in een familie verstoord is.

Dit is over het algemeen ingegeven door gehechtheid: gehechtheid aan dat wat van jou is, begeerte naar dat wat van een ander is enzovoort. Eigenlijk kunnen alle onenigheid en familieruzies naar herleid worden. Als we op grotere schaal kijken, naar de situatie in de wereld, niet alleen in deze tijd maar van alle tijden, zien we hoe al die landen oorlog met elkaar voeren, of het nu Amerika is, China, Rusland of welk land dan ook.

Als we kijken naar alle onlusten die nu zich afspelen rondom alle verschillende oliestaatjes weten we dat de oorzaak waaruit de onlusten ontstaan gehechtheid is, het streven, de begeerte naar de rijkdom van het land wat wordt aangevallen, naar de welvaart die binnen handbereik ligt, dat is van waaruit de oorlogen en onlusten ontstaan.

Of als we kijken naar onlusten en oorlogen die op basis van bepaalde religieuze zienswijzen worden gevoerd - of dat nu christenen zijn of islamieten of boeddhisten, wat we ook zien - de oorzaak van ook deze onlusten is gehechtheid. Gehechtheid aan de eigen zienswijze, het idee: 'mijn zienswijze als christen is de beste zienswijze en daar dient eenieder zich naar te voegen'; of 'mijn zienswijze als moslim of boeddhist enzovoort, vanuit de gehechtheid aan mijn eigen zienswijze wil ik een ander schade toebrengen.

Met betrekking tot boeddhisten gebeurt dat maar weinig, maar we zien dat dit in deze tijden toch ook in boeddhistische landen plaatsvindt. De oorzaak van dat alles: gehechtheid. In de Abhidharmakosha zegt Vasubandhu dat leken met name gehechtheid

genereren aan externe objecten en kloosterlingen of religieuze figuren gehechtheid genereren aan zienswijzen. De gehechtheid blijft echter hetzelfde en ook de problemen die eruit voortkomen blijven hetzelfde.

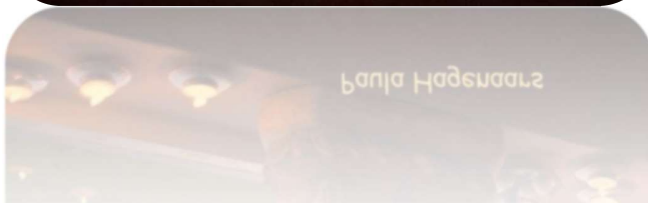
Gehechtheid is echt een gitzwarte verstoring. We kunnen ons er namelijk zó gemakkelijk door in de luren laten leggen. Over het algemeen ziet gehechtheid / begeerte er niet angstaanjagend uit, het is niet meteen herkenbaar als iets afstotelijks of als iets waar we voor moeten oppassen of alert op moeten zijn.

We hebben eerder het voorbeeld hebben gezien van een man die alles op alles zet om een vrouw in zijn macht te krijgen en dat doet door cadeaus of geld te geven, door mooie en verleidelijke praatjes te houden, maar als hij haar uiteindelijk in zijn macht heeft haar pijnigt en kwetst.

In eerste instantie kan gehechtheid, kan begeerte er heel aardig uitzien en daar kunnen we ons behoorlijk een buil aan vallen. Het is belangrijk om te weten dat het cruciaal is om gehechtheid te kunnen identificeren voor wat het is.

Om niet in de valkuil te vallen dat we de schadelijke effecten en de schadelijke natuur van gehechtheid niet inzien. Vaak vallen we in de val waarin we gehechtheid zien als een soort helper, als een soort vriend. Bodhisattva's zullen - vrij van welke verstoringe emoties dan ook - anderen helpen, zij zullen vrij van gehechtheid of afkeer klaar staan om willekeurig wie te helpen.

Maar als we kijken naar onze eigen alledaagse ervaring, zien we bijvoorbeeld dat als mensen goed doen voor elkaar dit lijkt als iets heel moois en heel goeds, maar dat dit heel vaak wordt gedragen door gehechtheid. Bijvoorbeeld, een man en een vrouw die het goed met elkaar kunnen vinden, ze zorgen goed voor elkaar, ze geven elkaar wat ze nodig hebben, complimentjes, cadeautjes enzovoort, allemaal heel mooi, maar de positieve handelingen en gevoelens naar elkaar worden gedragen door gehechtheid.



Net zo goed als de zorg die een ouder heeft voor zijn of haar kind. De ouder zal alles voor het kind doen en dat is natuurlijk iets heel moois, maar het komt wel voort uit de gehechtheid.

Het is omdat het 'mijn' kind is, daarom heeft het recht op het allerbeste, daarom zal ik er alles voor doen wat nodig is, omdat het van mij is. Ook hier weer: het wordt gedragen door gehechtheid. Hierin kunnen we zien dat gehechtheid er als een vriend uit kan zien, net zo goed als dat bij boosheid zo kan zijn.

Het kán er zo uitzien, maar we moeten heel goed weten dat gehechtheid, boosheid en geen van de andere versturende emoties ooit werkelijk een helper is, ooit werkelijk een vriend kan zijn.

We denken dat gehechtheid ons kan helpen, dat het een helper is, maar dat is het niet. Het helpt ons misschien wel wat maar het helpt ons zeker niet goed. Als we bijvoorbeeld kijken naar een relatie tussen echtgenoten.

Ze hebben het beste met elkaar voor zolang de relatie goed loopt, de man zal de vrouw mooie cadeautjes geven, sieraden zodat ze nog mooier wordt dan ze al is enzovoort. De valkuil is dat er iets voor wordt terugverwacht en dat is een teken dat er toch sprake is van gehechtheid, dat het geen zuivere koffie is.

Er is hoop op wederkerigheid, er is hoop van 'als ik maar aardig doe tegen mijn partner zal ik ook wel iets aardigs van haar of hem krijgen'. Dit is 'geven onder voorbehoud' en is een teken dat er gehechtheid in het spel is. Dit is zo anders dan de houding van een bodhisattva.

De bodhisattva is bij het beoefenen van vrijgevigheid op geen enkele manier bezig is met wat de reactie van de ander zal zijn; of de ander hem iets teruggeeft of de ander dankbaar is of juist helemaal niet, het maakt helemaal niets uit. Deze vrijgevigheid is namelijk enkel en alleen gedaan vanuit de wens om een ander van welzijn te zijn en dat is zuivere liefde, dat is liefde en liefdevolle vriendelijkheid waar geen gehechtheid aan te pas komt.

Voor ons, zolang we nog afhankelijk zijn van de reactie van anderen op ons gevoel van liefdevolle vriendelijkheid naar iemand anders, staan we nog onder de invloed van gehechtheid. Bijvoorbeeld, als wij goed zijn voor een ander, met liefde volheid de ander willen helpen, maar de ander reageert hier op met boosheid, zal al heel snel de liefde voor die persoon behoorlijk bekoelen.

