

mitra worden

In de Triratna boeddhistische beweging



€0,50

Inhoudsopgave

INLEIDING

WAT IS EEN MITRA?

WAAROM MITRA WORDEN?

DE DRIE VERKLARINGEN

“ IK VOEL DAT IK EEN BOEDDHIST BEN ”

“ IK TRACHT DE VIJF VOORSCHRIFTEN TE BEOEFENEN ”

“ IK BESCHOUW DE TRIRATNA BOEDDHISTISCHE BEWEGING ALS DE VOORNAAMSTE
CONTEXT WAARIN IK MIJN BEOEFENING WIL VERDIEPEN ”

KENMERKEN VAN DE TRIRATNA BOEDDHISTISCHE BEWEGING

“ EEN OECUMENISCHE TRADITIE ”

HET BELANG VAN VRIENDSCHAP IN DE SANGHA

VOOR TOEVLUCHT GAAN STAAT CENTRAAL

... EN EEN PAAR ANDERE

HOE WORD IK EEN MITRA?

DE MITRA-CEREMONIE

WAT DAARNA?

VEELGESTELDE VRAGEN



Inleiding:

Als je overweegt een mitra te worden binnen de Triratna boeddhistische Beweging, of je denkt dat misschien in de toekomst te willen worden, dan kan dit boekje je wellicht helpen. De bedoeling ervan is:

- je een beter inzicht te geven in de betekenis en het belang van mitra worden
- je te helpen bij de beslissing om deze stap te zetten
- uit te leggen wat je moet doen om een mitra te worden als je beslist hebt dat je dat zou willen



wat is een mitra?

Mitra betekent in het Sanskriet eenvoudigweg "vriend". Mitra worden is een verdieping van je vriendschap met de Triratna boeddhistische Beweging, wat kan wanneer je verbondenheid tot haar idealen, waarden en beoefening een zeker niveau heeft bereikt. Mitra's zijn mensen die, wat we noemen, een "provisionele" verbintenis hebben gemaakt om de dharma te beoefenen binnen onze spirituele beweging. Dit houdt toewijding tot het boeddhisme in, tot het beoefenen van het boeddhistisch pad

zoals dat wordt onderricht binnen onze traditie en tot de Triratna boeddhistische Beweging als de voornaamste context voor je beoefening.

We noemen dit niveau van verbintenis "provisioneel" omdat het eerder voor de "voorzienbare toekomst" gemaakt wordt, dan de eens-en-voor-altijd beslissing van een ordelid. Je bent klaar om mitra te worden wanneer je beslist – voor zover je kan zien op dit moment - dat je **dit** pad wil beoefenen binnen **deze** spirituele beweging. Je zegt dat, vanuit het punt waarop je nu staat, het ernaar uitziet dat dit het pad is dat je wil volgen en je bent bereid het ten volle uit te proberen.

Mitra worden is een betekenisvolle gebeurtenis in ons spiritueel leven en het wordt dan ook door een betekenisvolle publieke ceremonie aangegeven, een bijzondere gebeurtenis in het boeddhistisch centrum waarop velen hun vrienden en familie uitnodigen.



Waarom mitra worden?

Wat we uit het spirituele leven halen, hangt af van wat we er in stoppen. Je zal dit ongetwijfeld al gemerkt hebben in je meditatiebeoefening, om maar een voorbeeld te noemen. Wanneer we gaan zitten zonder ons ten volle toe te leggen op de oefening, is het erg waarschijnlijk dat we afdwalen en beginnen dagdromen. Maar wanneer we

vatberaden en vol vertrouwen gaan zitten, dan creëren we de condities die ervoor zorgen dat er zich iets positief ontwikkelt.

Wat geldt voor meditatie, geldt ook voor het spirituele leven in het algemeen. Om de leer van de Dharma ten volle te kunnen benutten, moeten we ze ten volle beoefenen. Deze inzet komt enkel voort uit vastberadenheid en vertrouwen. Dus is het maken van een vastberaden engagement als mitra worden, een belangrijke opstap voor onze spirituele vooruitgang. Deze stap kan onze beoefening dan ook naar een nieuwe hoogte brengen. Het feit dat we dit publiek doen, maakt het reëler en daarom ook krachtiger.

Wanneer we deze stap zetten, opent zich een reeks nieuwe mogelijkheden. De meest voor de hand liggende is de Dharma trainingscursus voor mitra's, maar er zijn nog vele andere mitra activiteiten en retraites in de centra en binnen de Triratna boeddhistische Beweging. Wanneer mensen met een zeker niveau van ervaring en engagement samenkomen, dan kunnen zij meer bereiken dan wat mogelijk zou zijn in situaties die open zijn voor iedereen omdat dan een stevige basis kan worden verondersteld. Ook wanneer mensen met een zeker niveau van toewijding samenkomen, kunnen zij elkaar inspireren, net zoals smeulende houtspikkels die samengebracht zijn, opvlammen tot een vuur dat groter is dan de afzonderlijke deeltjes. Om al deze redenen laten mitra-activiteiten als de Dharma trainingscursus ons toe om een nieuwe en diepere fase binnen te gaan in onze spirituele ontwikkeling.



De drie verklaringen

Om jou (en onszelf!) te helpen bij de afweging of je klaar bent om mitra te worden, vragen we je om te kijken of je de volgende drie verklaringen in eer en geweten kan maken. De oorsprong van het woord "verklaring" heeft te maken met "helder of klaar maken", en de beslissing of je al dan niet deze verklaringen kan maken, maakt duidelijk waar je staat, zowel naar jezelf toe als naar anderen.

De drie verklaringen zijn:

1. ik voel dat ik een boeddhist ben
2. ik tracht de vijf voorschriften te beoefenen
3. ik beschouw de Triratna boeddhistische Beweging als de voornaamste context waarin ik mijn beoefening wil verdiepen

We vragen je ook om gedurende minstens 6 maanden regelmatig naar boeddhistische activiteiten te komen, voor je beslist om mitra te worden. (naar bodywork-activiteiten of activiteiten met enkel meditatie zonder een element van de bredere Dharma leer komen, telt gewoonlijk niet mee). Tenzij je voor een redelijke periode naar Dharma-activiteiten bent gekomen, kan je onze traditie niet voldoende kennen om jezelf ertoe te verbinden.

We zullen deze drie verklaringen verder verkennen in de volgende deeltjes van dit boekje.



“ ik voel dat ik een boeddhist ben”

Deze verklaring betekent dat je tot een gevoel van identificatie met de boeddhistische traditie bent gekomen, in praktische termen zou dit kunnen betekenen dat je “boeddhist” zou invullen op een officieel formulier dat naar je religie vraagt.

Dit gevoel van identificatie kan verschillen van persoon tot persoon. Sommigen kunnen behoorlijk sterk voelen dat de Boeddha hun spiritueel ideaal representeert. Voor anderen betekent het dat de leer van de Dharma vanzelfsprekend waar is: de leer is zinvol en de beoefening werkt. Voor sommigen is de ontastbare atmosfeer van het boeddhisme datgene waarmee ze zich verbonden voelen. We kunnen eenvoudig *weten* dat het boeddhisme het juiste pad voor ons is, vanuit een soort hartsgevoel, zonder de reden hiervoor te kunnen uitdrukken. Anderen kunnen een sterke respons hebben op boeddhistische afbeeldingen, zoals afbeeldingen van de Boeddha's en de Bodhisattva's, wat op een gelijkaardige intuïtieve verbinding wijst.

Hoe deze zin voor verbinding tot het boeddhisme ook aanvoelt, wanneer je jezelf “als een boeddhist beschouwt” zal je een beginnend boeddhistisch perspectief op het leven gaan ervaren. Dit zal wellicht een zeker begrip inhouden dat jouw werkelijk welzijn meer afhangt van positieve

geestestoestanden, een betekenisvol leven, en betrokkenheid tot de Sangha, dan van materiële welvaart en consumptie.

boeddhisme is hierin verschillend van andere ‘ismen’ dat het niet zozeer een set theorieën en overtuigingen is, dan wel een pad van beoefening en een traditie die dit pad aanreikt en het mogelijk maakt het te volgen. Dus betekent een “boeddhist zijn” niet dat we een aantal credo's of geloofspunten moeten aannemen, het betekent dat we werken aan onze groei en ontwikkeling, gebruik makend van de werktuigen die worden aangereikt door de boeddhistische traditie – wat ons tot de tweede verklaring brengt.



“ ik tracht de vijf voorschriften te beoefenen”

Omdat het boeddhisme een pad van beoefening is, eerder dan een credo, heeft het niet veel zin om onszelf als boeddhist te beschouwen zonder de Dharma te gaan beoefenen in ons leven. Op het meest fundamentele en essentiële niveau betekent dit dat we ons steeds meer in de richting van het beoefenen van de vijf voorschriften gaan begeven. De vijf voorschriften staan voor de fundamentele principes van het leven als boeddhist: een leven in vriendelijkheid, vrijgevigheid, eenvoud, integriteit en gewaarzijn. De meest fundamentele test of onze toewijding tot het boeddhisme waarachtig is, is dus of we al dan niet trachten de voorschriften te beoefenen. Dit betekent dat we inspanning leveren om ons in de richting die de voorschriften ons aangeven, te bewegen, niet dat we ze al perfect kunnen: enkel een verlichte persoon zou dat kunnen.

Wanneer je reeds meer dan zes maanden naar Dharma-activiteiten bent gekomen in een centrum, zal je al erg vertrouwd zijn met de vijf voorschriften, maar voor diegenen die er nog even aan moeten herinnerd worden, kunnen we de vijf voorschriften in hun negatieve en positieve aspecten hier nog eens opsommen:

1. geen schade berokkenen aan andere levende wezens, maar actief liefdevolle vriendelijkheid beoefenen
2. niet nemen wat niet gegeven is, maar actief vrijgevigheid beoefenen
3. je niet overgeven aan seksuele (of andere) verlangens die schadelijk zijn voor anderen of onszelf, maar actief rust, eenvoud en tevredenheid cultiveren
4. geen valse spraak, maar eerlijke communicatie beoefenen
5. de geest niet benevelen met drank of drugs, maar actief bewustheid en opmerkzaamheid cultiveren

De voorschriften zijn geen geboden.- ze worden dikwijls beschreven als 'trainingsregels' – en je hoeft ze niet perfect te beoefenen om een mitra te worden. De vijf voorschriften vormen evenwel de basisprincipes voor een boeddhistisch leven, dus is het belangrijk dat je, voor je mitra wordt:

- ze **accepteert** als gids voor een vaardig leven

- **nastreeft** om er steeds meer uitdrukking aan te geven
- **inspanning** levert om ze in praktijk te brengen, ook al lijken je vorderingen in deze richting erg langzaam te verlopen en onvolkomen te zijn

Naast het beoefenen van de vijf voorschriften, zullen de meeste mitra's ook een effectieve dagelijkse meditatiepraktijk proberen te houden. Doch, net als bij de meeste aspecten van het mitra zijn, zijn hier ook geen strikte regels in. De omstandigheden waarin mensen verkeren, kunnen verschillen en voor sommigen is het houden van een regelmatige praktijk moeilijker dan voor anderen. Wat het beoefenen van de vijf voorschriften betreft is het belangrijk dat je oprecht probeert de Dharma zo goed mogelijk te beoefenen.



"ik beschouw de Triratna boeddhistische beweging als de voornaamste context waarin ik mijn beoefening wil verdiepen"

We hebben allemaal een concrete, levende context nodig voor onze beoefening van de Dharma: niemand kan dit in isolatie doen. We hebben allemaal vriendschap, aanmoediging, ondersteuning en inspiratie nodig en die kunnen we enkel krijgen van gelijkgestemde mensen. We hebben allemaal begeleiding nodig van diegenen die reeds langer beoefenen dan wijzelf. En wanneer we ergens willen geraken met onze praktijk, moeten we allemaal ergens beslissen om een specifieke versie van het pad eerlijk uit te proberen, eerder dan nu eens uit de ene traditie, dan eens uit de andere een oefening

mee te pikken (voor dit algemeen gekend spiritueel feit bestaat er een traditionele analogie: wanneer we een put graven om water te vinden, graven we best één diepe put, en niet een hele reeks ondiepe kuiltjes, ook al kan water op veel verschillende plaatsen worden gevonden)

Dus wanneer we ons op een ernstige manier in het water van het spirituele leven willen begeven, opteren we best voor één specifieke context, voor één specifieke spirituele gemeenschap en één specifieke versie van het pad, tenminste voor de voorzienbare toekomst. Je bent klaar om mitra te worden wanneer je beslist hebt dat dit voor jou dé spirituele gemeenschap is en dit voor jou hét spirituele pad is. Dit houdt niet in dat je denkt dat dit het enige ware pad is, of zelfs dat dit het beste pad is voor iedereen. Het betekent eenvoudig dat je voor zover je kan zien dit pad beschouwt als het beste pad voor jou en deze Sangha de beste Sangha voor jou.

Om te beslissen of dit dé Sangha is voor jou, kan het behulpzaam zijn om een aantal zaken op een rijtje zetten die ons onderscheiden van andere boeddhistische groeperingen waarmee je in aanraking kan komen. Het Triratna boeddhisme is een afzonderlijke traditie op zich, met een eigen onderscheiden versie van het pad, die ontwikkeld is om tegemoet te komen aan de noden van mensen die in de hedendaagse ontwikkelde maatschappij leven, rekening houdend met onze cultuur, conditionering en noden. Je moet onze karakteristieke accenten in overweging nemen wanneer je jezelf afvraagt waarom je een Triratna boeddhist zou willen zijn in plaats van toe te treden tot een van de vele andere

boeddhistische groeperingen die je in elke stad van de ontwikkelde wereld kan vinden.



Kenmerken van de Triratna boeddhistische Beweging



“een oecumenische traditie”

“Oecumenisch” wordt in de spirituele context gebruikt om die gemeenschappelijke aspecten te beschrijven die de eenheid tussen verschillende strekkingen en scholen uitdrukken. De Triratna boeddhistische Beweging is oecumenisch in die zin dat we verder trachten te kijken dan de vele traditionele formuleringen van de Dharma, naar de fundamentele waarheden die ervan aan de basis liggen. We trachten de Dharma niet eenzijdig te identificeren met een van de traditionele scholen of met een van de nationale culturen waarin de verschillende Oosterse strekkingen worden belichaamd. We zijn geen Tibetaanse boeddhisten of Zen boeddhisten of Puur Land boeddhisten of Theravada boeddhisten, maar we trachten de fundamentele Dharma die hier aan de grondslag ligt te vatten en deze te beoefenen op een manier die voor ons werkzaam is, in het hier en nu. Ons begrip van deze “fundamentele Dharma” is gebaseerd op de ervaringen en het inzicht van onze grondlegger,

Sangharakshita, een Engelsman die vele jaren als een monnik doorbracht in de Theravadaschool van Zuid-Oost-Azië en ook leraren had uit de Tibetaanse en Chinese tradities.

“oecumenisch” betekent in deze zin dat we inspiratie kunnen putten uit de volledige boeddhistische traditie en een waaiër aan leringen en oefeningen uit verschillende scholen kunnen gebruiken. Dit doen we echter niet is een geest van consumentisme waarbij elkeen die delen uit de verschillende tradities neemt die hem of haar persoonlijk aanspreken. We hebben een eigen afzonderlijk, coherent pad ontwikkeld dat rekening houdt met de noden van mensen die in de hedendaagse wereld leven.



Het belang van vriendschap in de Sangha

Een sterk onderscheidend aspect van de Triratna beweging is het belang dat gehecht wordt aan spirituele vriendschap, meer in het bijzonder het belang dat we hechten aan wat we “horizontale vriendschap” noemen. Dit is vriendschap met personen die min of meer in het zelfde stadium van beoefening zitten als wijzelf. Veel Oosterse scholen benadrukken de verticale relatie met de leraar, doch over het algemeen niet de horizontale relaties, misschien omdat ze als vanzelfsprekend worden beschouwd in traditionele samenlevingen. Maar in de hedendaagse samenleving met haar tendens tot isolatie en individualisme, is het nodig de essentiële rol van vriendschap in het spirituele leven te benadrukken. Vriendschap is een essentieel onderdeel van onze manier van groeien. Het helpt ons om ons egoïsme te

overstijgen door onszelf te lossen in een bredere wereld van solidariteit met anderen. Spirituele vriendschap helpt ons om de hekkens van zelfbescherming en zelfbegoocheling, die we optrekken rondom het idee dat we hebben over onszelf los te laten en een helderder beeld te krijgen van onszelf. Tenslotte is het doel van het boeddhistische pad verder te gaan dan onze egocentrische beperkingen en een vriend van de wereld te worden – wat we enkel kunnen doen wanneer we beginnen met een vriend te worden voor tenminste enkele reële personen rondom ons.

In overeenstemming met onze nadruk op vriendschap, benadrukken we eveneens het belang van de spirituele gemeenschap en de noodzaak zich met anderen te verenigen om een effectieve en ondersteunende Sangha te creëren. Om vooruitgang te boeken, moeten we aan onszelf werken, maar we moeten ook samenkomen met anderen om de omgeving te creëren waarin vooruitgang mogelijk wordt gemaakt. Zonder deze omgeving zal geen van ons slagen. Verlichting moeten we dus niet zien als iets dat we voor onszelf verkrijgen maar als iets dat we samen creëren.



Voor Toevlucht Gaan staat centraal

De Triratna boeddhistische Beweging verschilt van vele traditionele Oosterse scholen in wat wij als centraal zien om een boeddhist te zijn. Veel van de traditionele scholen zien een specifieke levensstijl of beoefening als centraal, bijvoorbeeld het monastieke leven of een specifieke meditatieoefening of mantra. Maar in de Triratna boeddhistische beweging staat het

verbonden zijn met groei en ontwikkeling centraal, in traditionele termen het "Voor Toevlucht Gaan", eerder dan een specifieke levensstijl of beoefening. Ordeleden kunnen dus een brede waaier aan levensstijlen hebben en op verschillende manieren hun beoefening invullen, naargelang hun noden, temperament en omstandigheden - wat hen verenigt is hun toewijding tot de idealen van het boeddhisme, tot het pad en tot de spirituele gemeenschap.



... en een paar andere

Een paar van de andere onderscheidende kenmerken van de Triratna boeddhistische Beweging houden de nadruk in die we plaatsen op kunst als middel tot spirituele groei, het belang dat we hechten aan reële contexten waarin boeddhisten samen kunnen wonen en werken, zoals onze woongemeenschappen en op teamwork gebaseerde ethische ondernemingen. Tenslotte koesteren we het ideaal van de "Nieuwe Samenleving" waarin alle aspecten van onze manier van leven onze inspiratie kunnen voeden en ons helpen vooruitgang te boeken.

Uiteindelijk moeten we ook het belang vernoemen die de Triratna boeddhistische Beweging hecht aan single-sex situaties, en het feit dat de meeste mitra-activiteiten single-sex zijn. Mitra-activiteiten zoals de Dharma trainingscursus vormen niet enkel een kans om op een intellectuele manier iets over de Dharma te leren, ze vormen ook een gelegenheid om de Dharma in de praktijk te brengen, wat eveneens inhoudt dat we onze communicatie verfijnen, spirituele vriendschappen

ontwikkelen en spirituele gemeenschap creëren. Dit betekent ook dat we ons openen naar anderen toe op een manier die gemakkelijker tot stand komt binnen single-sex-situaties en die vraagt om de traditionele gender-rollen die door gemengde man-vrouw situaties in stand worden gehouden, achter te laten.

De ervaring leert ons dat, hoewel sommige mensen het idee van single-sex activiteiten op eerste zicht vreemd of zelfs bedreigend vinden, bijna iedereen die mitra wordt tenslotte deze single-sex situaties gaat waarderen en er bewust voor kiest wanneer ze hiertoe de keuze hebben. Zoals dat voor elke spirituele praktijk geldt, moet de praktijk het uitwijzen en kunnen we geen oordeel vellen tot we het hebben geprobeerd, dus: hou je geest open en test het uit voor jezelf!



Hoe word ik een mitra?

Wanneer je eerlijk denkt dat je de drie verklaringen kan afleggen, is de volgende stap om met de mitra-convenor te gaan praten. Een mitra-convenor is een ordelid die de bijzondere verantwoordelijkheid heeft te zorgen voor de dharmische noden van de mitra's in een centrum en voor een gezonde mitra-sangha. De meeste centra hebben er twee, een voor mannen en een voor vrouwen. Wanneer je niet weet wie je mitra-convenor is, kan je eenvoudig aan eender welk ordelid vragen je in contact te brengen. In centra waar geen mitra-convenor is, neemt de voorzitter deze taak op zich en zal je met hem of haar moeten praten of anders met iemand die hiervoor is aangeduid.

De Mitra-convenor zal je willen ontmoeten om de eventuele vragen die je zou hebben te beantwoorden en om te overleggen over een aantal zaken. Hij of zij zal zich er ook van verzekeren dat je de betekenis van het mitra-zijn en van de drie verklaringen begrijpt. Wanneer je er zeker van bent dat je mitra wilt worden en de mitra-convenor er zeker van is dat je de drie verklaringen begrijpt en ze ook waarachtig kan afleggen, zullen ze een mitracereemonie organiseren.



De mitra-cereemonie

Mitra worden wordt aangegeven door een publieke ceremonie. De vorm ervan kan verschillen van centrum tot centrum. Dikwijls worden meerdere mensen tegelijk mitra. Een mitracereemonie is een belangrijke gebeurtenis in een centrum waarop vrienden, mensen die reeds mitra zijn, en ordeleden je in de mitra-sangha verwelkomen. Veel mensen nodigen ook hun vrienden en familie uit om te getuigen van deze stap, dus zal de gebeurtenis zo toegankelijk mogelijk gemaakt worden voor niet-boeddhisten.

Normaalgezien is jouw enige rol in het rituele deel van de ceremonie het maken van drie offerandes aan het schrijn – wierrook, een bloem en een kaars. De drie offerandes hebben een traditionele betekenis: de bloem symboliseert schoonheid en vergankelijkheid, de kaars symboliseert het licht van wijsheid en de wierrook symboliseert het effect van een ethisch

leven dat zich verspreidt rondom de beoefenaar en een invloed heeft op allen rondom hem en op grotere schaal op de hele wereld.

De mitra-convenor zal de details van de ceremonie zoals ze in jouw centrum wordt uitgevoerd, uitleggen. Ze zullen je ook contacteren over de data, de nodige voorzieningen treffen en de vragen die je zou hebben, beantwoorden. Het kan een paar maanden duren vooraleer een ceremonie kan geregeld worden, gewoonlijk zijn er slechts een paar ceremonies per jaar in de meeste centra, wat er ook voor zorgt dat het bijzondere momenten zijn.

Het is mogelijk dat de effecten van deze ceremonie je verrassen. Tegenwoordig hebben we de gewoonte wat verloren, maar sinds het begin der tijden hebben mensen belangrijke overgangsriten aangegeven door publieke rituelen zoals deze, om de eenvoudige reden dat ze een diepgaand effect hebben en de innerlijke verandering die ze vieren vastleggen en intensifiëren. Rituelen laten het feit dat iets belangrijks is gebeurd tot ons diepere onbewuste doordringen zodat de interne verandering ook door deze onbewuste laag opgenomen wordt. Ze laten dit ook zien aan andere mensen, zodat ook deze ons hierin kunnen volgen. Onze beslissing om boeddhist te zijn, wordt deel van een publieke werkelijkheid wanneer we deze delen met anderen. Het krijgt dan ook een nieuwe diepte en lading. Tenslotte is de mitra-cereemonie belangrijk voor de hele Sangha, we nemen er niet alleen aan deel voor onszelf, maar ook om aan te geven dat we hebben besloten deel te zijn van een project dat groter is dan onszelf.



Wat daarna?

Wanneer je mitra wordt, zal je indien dit mogelijk is, uitgenodigd worden om een Dharma-trainingscursus te volgen. Deze cursus loopt gewoonlijk over vier jaar en verschaft een stevige basis in de ideeën en praktijken van de Dharma. Als mitra ben je niet gebonden deze cursus te volgen maar de meeste nieuwe mitra's verkiezen dit wel te doen als ze hiertoe de gelegenheid krijgen. Als je dit wil doen, zal de mitra-convenor zo snel mogelijk regelen dat je je bij een mitra-groep kan aansluiten. Ze zullen niet altijd in de mogelijkheid zijn om je onmiddellijk in een groep te plaatsen en in kleinere centra zullen ordeleden het beste moeten halen uit beperkte mogelijkheden. Wanneer je je niet kan aansluiten bij een mitra-groep is het misschien mogelijk om studiemateriaal te vinden per correspondentie via internet, maar denk eraan dat het samenkomen met andere mitra's een essentieel aspect is van de cursus en je je, indien dit mogelijk is, beter aansluit bij een groep dan studie te doen op je eentje.

Als mitra zal je je spirituele leven willen verdiepen en de ordeleden in je centrum zullen het ter harte nemen je hierin te helpen. Zij zullen je zeker aanmoedigen om op retraite te gaan. Indien je dit nog niet hebt gedaan, zal je – idealiter – stilaan de gewoonte aannemen om op retraite te gaan. Misschien kan je beginnen met een weekend en dan doorgroeien naar langere retraites. Retraites bieden de ideale condities om je praktijk te verdiepen en als mitra kan je zo vaak als je omstandigheden en

verantwoordelijkheden het toelaten van deze gelegenheden gebruik maken.

Wanneer je mitra wordt, wordt je deel van de spirituele gemeenschap. Dit is een proces dat in twee richtingen werkt: je zal veel voordeel halen uit de Sangha, maar je deelname aan de Sangha is pas reëel in zoverre je deelneemt in ze te creëren door je eigen bijdrage te leveren. Deze bijdrage kan de vorm aannemen van het geven van tijd, energie of kennis. Ze kan ook de vorm aannemen van een financiële bijdrage. Voor alle mitra's zal het in elk geval de vorm aannemen van actieve deelname aan wat er in het lokale centrum leeft, eenvoudigweg door naar cursussen en activiteiten te gaan, als het dan niet voor jezelf is, dan voor het welzijn van anderen. Zoals met de meeste aspecten van het mitra-systeem zijn er geen vastomlijnde regels over hoe je zou moeten bijdragen tot het plaatselijk centrum, maar wanneer je je betrokkenheid tot het centrum zich beperkt tot het gaan naar de mitra-cursus zul je het contact verliezen met de geest van de Sangha die een belangrijk onderdeel vormt van je pad en zal je er minder uit kunnen halen.



Veelgestelde vragen

Ik heb een aantal jaren in een andere boeddhistische traditie beoefend (of: ik heb reeds een aantal jaren gemediteerd, of: ik heb een hele hoop boeken gelezen en weet al veel over de Dharma.) Waarom moet ik gedurende 6 maanden naar het centrum komen voor ik mitra kan worden?

De Triratna boeddhistische Beweging heeft een eigen welomlijnde versie van het pad, ontworpen om aan de noden van mensen in de hedendaagse samenleving tegemoet te komen. Hoewel dit ons toelaat inspiratie te vinden binnen alle boeddhistische stromingen over de hele wereld, vormen we een eigen afzonderlijke traditie en je hebt hiervan enige directe ervaring nodig om te kunnen beslissen of dit iets is voor jou.

Moet ik in wedergeboorte (of iets anders) geloven om mitra te worden?

boeddhisme vormt eerder een systeem van beoefening dan een set aan overtuigingen, dus je hoeft niet in wedergeboorte te geloven, bij voorbeeld, om een boeddhist te zijn. De Dharma omvat echter wel een aantal ideeën die zo centraal staan dat het niet veel zin zou hebben jezelf een boeddhist te noemen als je deze onjuist vindt. Dit omvat het idee dat we

kunnen veranderen en het idee dat hetgeen wat we op dit moment doen een sterk effect heeft op de persoon die we in de toekomst zullen zijn, de zogenaamde "karmawetmatigheid". Tenzij je in deze ideeën gelooft, heeft het niet veel zin het boeddhisme te beoefenen.

Ik gebruik soms recreatief drugs en/of drink alcohol. Betekent dit dat ik geen mitra kan worden?

De tweede verklaring die we afleggen is dat we **trachten** de vijf voorschriften te beoefenen, niet dat we ze reeds tot in de perfectie neerzetten, dus hier zijn geen strikte regels in. Om een mitra te worden, moet je op zijn minst het principe accepteren dat wanneer je minder benevelende stoffen tot je neemt, dit ten goede komt van je aandacht en gewaarzijn, en je zou moeten bereid zijn om je in de loop van de tijd in die richting te bewegen. Naarmate je beoefening zich ontplooit, zal je je bijna zeker algemeen gelukkiger en rustiger voelen en je zal een afkeer krijgen van het verdoven van je gewaarzijn zodat je vanzelf minder alcohol zal willen drinken of minder drugs zal gaan gebruiken.

Ik ben geen vegetariër. Betekent dit dat ik geen mitra kan worden?

Net als bij de vorige vraag zijn hier geen strikte regels. Om een mitra te worden, dien je het fundamentele boeddhistische principe om in liefdevolle warmte te leven, te accepteren en te proberen om zo weinig mogelijk andere levende wezens te schaden. Wanneer je dit principe accepteert, zal je ook door je eetgewoonten met de tijd steeds minder lijden toebrengen aan andere levende wezens.

Kan ik nog steeds andere leraren en tradities buiten de Triratna beweging opzoeken wanneer ik mitra ben?

De derde verklaring die we afleggen vraagt ons om de Triratna beweging te beschouwen als onze voornaamste Sangha, het vraagt niet om elk contact met andere groepen te mijden. In praktijk sluit deze verklaring niet uit dat we activiteiten bijwonen die georganiseerd worden door andere boeddhistische groeperingen, maar het sluit wellicht uit dat we in een andere traditie op retraite zouden gaan. De meeste mitras vinden het moeilijk voldoende tijd vrij te maken om op retraite te gaan, wanneer we de schaarse tijd die we tot onze beschikking hebben aan een andere traditie wijden, dan zou dit aangeven dat we die andere traditie als onze belangrijkste context van beoefening zien en niet de Triratna beweging.

Ik wil niet deelnemen aan een publieke ceremonie. Kan ik nog steeds mitra worden?

Er zijn ook hier geen strikte regels maar je zou jezelf kunnen afvragen waarom je geen publieke ceremonie wilt. Wanneer dit is omdat je je niet in het publiek als boeddhist wil laten kennen, kan je jezelf ook afvragen of je wel klaar bent om de drie verklaringen te maken. Je kan erover reflecteren dat de ceremonie niet iets is dat we enkel voor onszelf doen maar belangrijk is voor de hele Sangha. En je kan de overweging maken dat zonder publiek of het "rite de passage"-aspect van de ceremonie mitra worden wellicht veel minder betekenisvol is voor jou en een minder krachtig effect zal hebben op je

beoefening. De mitra-convenor zal deze zaken omzichtig met jou bespreken.

Wie beslist of ik mitra kan worden: ik of de mitra-convenor?

Wanneer je mitra wordt, sluit je je aan bij een gemeenschap, wat een tweeledig proces is: je moet je willen aansluiten en de gemeenschap moet je hierin ook accepteren. De mitra-convenor heeft de verantwoordelijkheid te beslissen of je al dan niet klaar bent en de vaardigheden bezit om de mitra-Sangha te vervoegen. In praktische termen betekent dit dat je zeker de betekenis van de drie verklaringen begrijpt en dat je voldoende over de Triratna boeddhistische Beweging weet om te beslissen dat het iets voor jou is. Zij zullen ook de vragen die je eventueel zou hebben, beantwoorden.



Dit is een uitgave van de Triratna boeddhistische beweging.

Vertaling: Triratna boeddhistisch centrum Gent

© 2011

www.triratna.be