



Sint-Denijsbode

Volkomen spraak

dhammavedin@gmail.com - dhammavedin.be

Belang van spraak

Spraak is belangrijk in het Boeddhisme omdat het de positie tussen lichaam en geest inneemt, tussen actie en gedachte en niet zo grof is als de één of zo subtiel als de ander. Het is erg belangrijk om spraak onder controle te houden juist omdat het die tussen positie heeft en daarom is het ook zo moeilijk te controleren. Spraak is eigenlijk een vorm van actie, dat wil zeggen een vorm van openlijke actie. Het gebeurt in de wereld buiten ons en heeft dus gevolgen voor onszelf en anderen.

De *Dhammapada* zegt over een specifieke vorm van onvaardig spreken:

*Spreek niet ruw tegen een ander,
zij die zo worden toegesproken zullen op
dezelfde manier tot jou spreken.
(Omdat) boze spraak heel moeilijk te
(verdragen) is, zal vergelding je deel
zijn.^{xix}*

De spreker vindt het vaak moeilijk om zich te realiseren dat wat hij zegt voelbare effecten kan hebben in de wereld buiten zichzelf en dat het daarom nodig is het spreken onder controle te houden. Daarom zijn er in de tien voorschriften vier voorschriften die zich bezig houden met spraak, terwijl er slechts één is in het Achtvoudig Pad, hoewel die ene weer in vieren is gedeeld. De boeddhistische traditie wijst erop dat je spraak kan controleren door systematisch aandacht te besteden aan wat uit deze 'deur' komt, net zoals je het kan beoefenen door af en toe perioden van complete stilte in acht te nemen. (het afleggen van geloften van levenslange stilte zijn in het Boeddhisme niet toegestaan, omdat ze de verspreiding van de Dharma tegenwerken)

De meeste mensen praten in een constante en ononderbroken stroom en die staat zo onder invloed van onvaardige geestestoestanden, de meeste ervan onbewust, dat alle vier de spraakvoorschriften waarschijnlijk vele malen per dag gebroken worden, elke dag opnieuw.

Onware spraak kan geen middel van communicatie zijn en in elke gemeenschap waar onware spraak overheerst zal de communicatie ineenstorten. Zonder ware spraak kan er geen beschaving en cultuur zijn, er kan geen spiritueel leven zijn en geen spirituele gemeenschap. Zonder waarheid kan

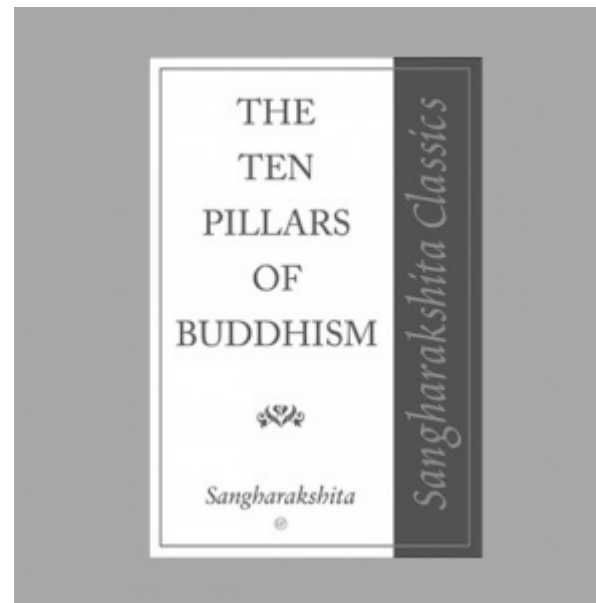
Ware spraak is niet alleen 'niet liegen' maar ook feitelijk nauwkeurig zijn. (>< overdrijven...)

Echt volkomen ware spraak is pas mogelijk bij Verlichting: dan pas zijn alle illusies en foute concepten uitgedoofd.

De tien zuilen

(Zie <https://www.de3juwelen.org/>)

Meesterlijk werk over boeddhistische ethiek.



Net zoals kwetsende spraak de atmosfeer vergiftigt, zo zal de positieve tegenhanger van kwetsende spraak, vriendelijke spraak de atmosfeer zuiveren en versterken. Vriendelijke spraak is als de warme stralen van een opkomende zon, die de bladeren doet groeien en de bloemen open doet gaan. Mensen realiseren zich vaak niet wat voor positief effect een paar vriendelijke woorden kunnen hebben. Vriendelijke spraak, of hartelijke spraak zoals we het ook kunnen noemen, zou voor ons gewoon moeten zijn, niet iets wat we alleen in moeilijke tijden doen, of bij speciale gelegenheden en voor speciale mensen.

Eén van de belangrijkste vormen van vriendelijke spraak is wat in het Boeddhisme bekend staat als blijdschap om verdienste. Ik ben blij te kunnen zeggen dat dit uiten van emotionele positiviteit binnen de VWBO de laatste jaren steeds populairder is geworden. Andere vormen van vriendelijke spraak zijn zachtmoedige spraak, hoffelijke spraak en beleefde spraak en hoewel ze minder belangrijk zijn dan vriendelijke spraak zijn ze niet zo onbelangrijk dat we ons kunnen veroorloven ze te negeren. Of het nu binnen of buiten de VWBO is, zij allen helpen om een atmosfeer van creativiteit tot stand te brengen, waarbinnen spirituele vriendschap zich kan ontwikkelen en het spirituele leven geleefd kan worden.

Met betrekking tot de negatieve vorm van het vijfde voorschrift is het noodzakelijk je niet alleen te onthouden van kwetsende spraak in zijn primitieve en meer voor de hand liggende vormen, maar ook van het toegeven aan grove, onbetamelijke en obscene spraak in al zijn vormen. Dit soort spraak is heel gewoon geworden in deze tijd. Het gebruik van vierletter woorden wordt nu beschouwd als een teken van stoere mannelijkheid, van onconventioneel gedrag, van artistiek willen zijn. In werkelijkheid wijst het op emotionele onvolwassenheid, verarmde verbeeldingskracht en een beperkte woordenschat.

Het is dus meer dan ooit belangrijk dat we het principe dat met dit soort lijsten te maken heeft niet uit het oog verliezen, dat wil zeggen het principe van het zich onthouden van lichtzinnige spraak, of in zijn positieve formulering van betekenisvolle spraak. Onze spraak kan alleen maar echt betekenisvol zijn als ons leven dat ook is en ons leven kan alleen betekenisvol zijn als we een duidelijke richting hebben en een duidelijk doel. Dat doel is voor een boeddhist de Verlichting en het betekent dat voor een boeddhist betekenisvolle spraak bestaat uit het spreken over de Dharma, want de Dharma is het middel dat tot de Verlichting leidt.

Betekenisvolle spraak is daarom niet het spreken over de Dharma op een formele manier en nog minder is het 'vrome praat' (zoals meer dan één eminente vertaler de Pali term *dhamma-katha* heeft vertaald.) Het is spreken over de middelen naar de Verlichting of over wat ons kan helpen ons tot individuen te ontwikkelen. Hierover is nog meer te zeggen. Betekenisvolle spraak is ook een middel naar de Verlichting omdat het een vorm van diepe

communicatie is tussen twee of meer mensen die toegewijd zijn aan het ideaal van de Verlichting of die voor Toevlucht zijn gegaan.

Het is beter altijd betekenisvol te spreken (dat sluit automatisch lichtzinnige spraak uit) maar dat betekent niet dat je het onderwerp Boeddhisme bij elke gelegenheid erbij moet slepen. Dan ben je als de persoon in één van de verhalen van G.K. Chesterton die, ongeacht waar de ander over begon te praten, er altijd in slaagde het onderwerp op de Rooms Katholieke Kerk te brengen. Als je zelf bent toegewijd aan het ideaal van de Verlichting zal die toewijding tijdens een gesprek op natuurlijke wijze naar buiten komen en het spreken zal betekenisvol zijn zonder dat je je speciaal inspant. Dit zal alleen gebeuren als je je voortdurend bewust bent van je toewijding, of van het grotere doel van je bestaan. Je moet je ook voortdurend gewaar zijn van de richting die conversatie opgaat en de atmosfeer van de samenkomst. Er is een grote kans op lichtzinnige praat als twee of drie personen elkaar ontmoeten en als je niet voortdurend oplettend bent zal het zuivere zilver van betekenisvolle spraak snel dof worden door de adem van één of meer van zijn tweeëndertig - of twee en dertigduizend - giftige vormen.

Het principe van het zich onthouden van kwaadaardige spraak, waar het zevende voorschrift over gaat bedoelt kwaadaardig op een speciale manier, net zoals harmonieuze spraak die de tegenhanger ervan is, harmonieus is op een speciale manier. Kwaadaardigheid is over het algemeen een diepe vijandigheid. Haat of wrok en kwaadaardig spreken of laster is in het algemeen spraak die wordt ingegeven door of ontstaat op basis van die negatieve geestestoestanden. In de context van het zevende voorschrift is het object van de vijandigheid, haat of wrok waaruit de kwaadaardige spraak voortkomt of wordt ingegeven, de overeenstemming, eenheid en vriendelijkheid die tussen twee of meerdere mensen bestaat. Daarom is kwaadaardige spraak een spreken dat - en dat is ook de opzet - onenigheid, tweedracht en vijandigheid veroorzaakt. *Pisunavācā* wordt daarom soms niet vertaald als kwaadaardige spraak, maar als laster of roddel.

'Als hij ergens iets hoort vertelt hij het niet ergens anders om zo ruzie te veroorzaken tussen twee partijen; wat hij hier heeft gehoord, vertelt hij niet daar om een ruzie te veroorzaken tussen twee partijen.' Ruzies, en

'Zo brengt hij de tegenstanders bij elkaar en herstelt de harmonie.' Met andere woorden: zelfs als mensen het met elkaar oneens zijn kan de harmonie hersteld worden als anderen het niet erger maken door verhaaltjes te vertellen. *'Harmonie is zijn grote vreugde, hij juicht als er harmonie is en hij houdt met heel zijn hart van harmonie.'*

De woorden van de Boeddha zijn hier erg sterk. Wie het zevende voorschrift beoefent doet meer dan zich onthouden van kwaadaardige spraak: hij is vol vreugde als er harmonie is en daarom *'spreekt hij zodanig dat harmonie het gevolg is.'* Het is alsof je iemand vertelt wat voor goede dingen een vriend over hem gezegd heeft of hoe hij hem verdedigd heeft tegen kritiek. Dit maakt ons duidelijk dat de positieve tegenhanger van het zich onthouden van kwaadaardige spraak niet zozeer harmonieuze spraak is, maar spraak die harmonie brengt. Hiermee wordt bedoeld spraak die onenigheid transformeert in harmonie en de harmonie die al tussen personen bestaat op een nog hoger niveau brengt. Het zal duidelijk zijn dat dit in de spirituele gemeenschap heel doelmatig is.

