

Empowerment

Hoe sluit je aan bij de wereld?

Mahāyāna – Flower Garland/Avatamsaka sutra

- In ieder atoom vind je een ‘Buddha-verse’, een Boeddha-universum. Het werkelijke universum is het onvoorstelbaar bevrijdende universum.
- Shingon-Boeddhisme ziet zichzelf als de praktische weg naar deze staat van zijn. In Shingon-Boeddhisme wordt de Dharmakāya (het waarheidslichaam van de Boeddha) gezien als de leraar. Alle Boeddha’s en Bodhisattva’s geven continu bekrachtiging, inwijding, prediken en doen ‘skillful means’: doen wat nodig is.

Mandala

- De mandala is een symbolische weergave van dit 'vrije' universum.
- De Taizōkai-mandala geeft dit vrije universum weer vanuit het perspectief van compassie.
- In deze mandala zijn niet alle elementen/aanwezigen in de mandala volledig vrij en zuiver. Esoterisch Boeddhisme omarmt alles als onderdeel van het netwerk, en als noodzakelijke kwaliteit om het netwerk te vervolmaken.

Kaji, adhiṣṭhāna, empowerment

- *Adhiṣṭhāna* kan je vertalen met zegening, of ‘stroom van pracht en kracht’.
- Het Japanse *kaji* heeft de betekenis van iets ontvangen en dit kunnen vasthouden, bij je kunnen houden.
- Het beeld bij dit thema is het beeld van iets ontvangen (betekenis van het woord kan ook een omlaag stormend water zijn), en zelf zorgen dat je dit niet weg laat lopen.
- Hara-kracht/een krachtig midden is een belangrijk onderdeel van bekrachtiging kunnen ‘vasthouden’, en ervaringen kunnen integreren.

Hoe werkt empowerment?

- Bekrachtiging van leraar – leerling, directe overdracht.
(in Japans '*kokoro kara, kokoro made*')
- In open contact.
- Mantra.
- Visualisaties/imaginatie.
- Natuur.

Systemische kijk: het lege midden

- We zijn onderdeel van verschillende systemen. Al deze systemen hebben hun eigen dynamiek en patronen, en 'haken vast' op hun eigen manier.
Belangrijk daarin is de positie van het 'lege midden'. Dit is de open positie, waarin ruimte is voor beweging (de natuurlijke beweging naar balans). Veel systemen laten dit niet toe...
- Hoe kan je zelf 'vrij' blijven als je in al deze verschillende systemen beweegt?

Hoe haak je aan op de wereld?

- De Boeddhistische kosmologie ziet verschillende werelden, of verschillende 'lagen', allemaal geconditioneerd.
- Kan je hier zo 'doorheen' bewegen dat je je energie niet kwijt raakt?
- Bekrachtiging van open en constructieve positie. (Zen and the art of saving the world.)
- Energie volgen als manier om in 'lege midden' te blijven.
- Aanhaken aan 'natuur-systeem'. Natuur kent alleen vrije energie. Mensen zetten energie 'vast', zware energie.
- 'Manifesteren' van kwaliteiten (uit de natuur).

Buddha-nature

- Manifesteren van kwaliteiten is ook een aspect van empowerment.
- Als je imaginatie doet met 'water', dan worden de kwaliteiten van 'water' versterkt en deze kunnen manifesteren.
- 'Natuur' is ook onze 'natuur': de inherente kwaliteiten zoals de 'luminous mind', en het feit dat we van nature 'leeg' zijn, dus verbonden met alles.
- Om bij deze 'natuur' te komen, moet je ook rollen en posities die je inneemt in de verschillende systemen meer los kunnen laten.
- Dan kunnen diepere kwaliteiten zich laten zien.

Boeddhistische visualisatie

- De volle maanschijf of maanbol is symbool voor de open, heldere geest.
- Vanuit/'op' deze openheid kunnen diepere kwaliteiten manifesteren.
- In Shingon-Boeethisme worden *bija*'s (lettergrepen geschreven in Siddham-letters) gebruikt om deze kwaliteiten te representeren.
'A' representeert de inherente leegte = openheid en verbondenheid.
- Een belangrijke basis-meditatie is de Aji-kan, visualisatie van de 'A'.
- Visualisatie: niet iedereen is 'visueel'. Niet iedereen 'ziet' beelden. Het 'voelen' van beelden is ook goed, de visualisatie is dan ook effectief.

Kernwaarden

- Wanneer je 'open' en 'leeg' bent, kan je de verbinding voelen met het universele netwerk. 'Het net van Indra'.
Dit is een heel universele positie.
Tegelijk blijf je altijd je eigen 'kleuring' houden, blijf je wie je bent.
Een manier om daarin dicht bij jezelf en de eigen 'as' te blijven, is het werken met kernwaarden: wat zijn jouw kernwaarden? Waar wil je je mee verbinden? Wat wil je versterken?
- Dit kan een krachtig hulpmiddel zijn om een diepere verbinding te maken in jezelf, maar ook je eigen richting in de wereld te vinden of te behouden.