**WARD VANDEPITTE**

**Boeddhisme, filosofie van de middenweg: inspiratiebron voor de druk bezette westerling.**

-Deel 1 - 'Siddhartha de rebel': als prins, afgeschermd van de buitenwereld, groeide hij op in weelde. Al werden al zijn verlangens vervuld, toch voelde zijn bestaan leeg aan. Nieuwsgierig naar wat er zich daarbuiten afspeelde, sloop hij over de paleismuren de straat op en werd hij geconfronteerd met ouderdom, ziekte en dood. Hij ontmoette er ook een 'sramana', en dat gesprek zette hem pas echt in beweging. We ontdekken dat via deze dialoog Siddhartha leefde in een tijdsgeest die verrassend genoeg erg veel lijkt op die van ons.

-Deel 2 - 'Siddhartha wordt Boeddha': jarenlang trok hij rond op zoek naar wie hij werkelijk was. Na heel wat omzwervingen realiseerde hij zich dat het leven zich afspeelt ergens in 'het midden', wars van de extreme standpunten van zijn tijd. We komen te weten wat Siddhartha's filosofie van het midden is en waarom wij allemaal een Boeddha kunnen zijn.

-Deel 3 - 'De Boeddha is een filosoof': hij schreef geen enkel woord neer tijdens zijn leven. Toch hebben zijn ideeën de tand des tijds overleefd. We geven het woord aan o.m. Thich Nhat Hanh en de Dalai Lama. Bekende westerse filosofen werden ook geïnspireerd door het boeddhisme. Edmund Husserl zei dat haar ideeën het Westen kan helpen om te transformeren en ze te vergelijken is met de hoogste vorm van de filosofie in onze Europese cultuur. Karl Jaspers van zijn kant bejubelde haar kosmopolitisme en flexibiliteit.

-Deel 4 - 'Eigentijdse bespiegelingen': kan je boeddhist zijn in het Westen, is dat wel een goed idee? We duiken het dagelijks leven in op zoek naar 'onze' eigen middenweg: tussen onthaasting en burn-out, tussen geluk en ongeluk of tussen stil zitten en bewegen.

**BIO SPREKER**

**Ward Vandepitte** is leraar, filosoof en promovendus aan de Radboud Universiteit waar hij werkt aan een doctoraat over het boeddhisme in relatie tot de westerse samenleving.

In 2001 ontdekte hij bij toeval het boeddhisme. Een bijlage in de krant prikkelde zijn nieuwsgierigheid.

Het boeddhisme zette voor hem de deur open naar het ontdekken van het wonder, dat ons bewustzijn is. Op een unieke en toegankelijke wijze nodigt het boeddhisme ons uit om 'naar binnen' te kijken en onszelf te (her)ontdekken.

We hoeven trouwens onze cultuur niet af te zweren om 'boeddhist' te zijn: als een kameleon past het zich aan naar de gebruiken van het land waar men het verwelkomt. Een ander cliché ontkracht: het boeddhisme is niet per se iets voor monniken in oranje gewaden of iets exclusief Aziatisch. Het tegendeel is waar, het is perfect in te passen in ons drukke en hectische bestaan.

Ten slotte is er ondertussen afdoende wetenschappelijk bewijs dat meditatie een positieve impact heeft op zowel onze geestelijke als lichamelijke gezondheid (denken we aan mindfulness dat met succes wordt ingezet in scholen, ziekenhuizen en zelfs gevangenissen). Neuroloog Steven Laureys vindt zelfs dat meditatie een verplicht vak moet worden op school.

Daarom blijft het waardevol om de boeddhistische ideeën door te geven aan iedereen die daar voor openstaat.

Als praktiserend boeddhist organiseerde Ward Vandepitte reeds retraites en geeft hij meditatie-initiaties.