



INWIJDING IN LEVEN VAN BINNEN UIT

Innerlijk thuis zijn, definitieve gemoedsrust en helderheid, de kracht om vrijmoedig en liefdevol met alles om te gaan, weten dat alles goed is...

Ieder zal vervulling en definitieve kwaliteit van leven op zijn eigen manier verwoorden. Maar welke kleur je er ook aan geeft: het kenmerkende criterium is definitiefheid, onvoorwaardelijkheid.

Dat wil zeggen, je weet in je hart dat het mogelijk is te leven vanuit een staat waarin geen behoeftige leerprocessen meer nodig zijn en waarin je volledig toekomt aan je héle menselijke potentieel.

Samen met dit besef komt een tot dan toe verborgen kracht tot leven in je: waarheidsliefde. Want je bent nuchter genoeg om in te zien dat deze kwaliteit niet anders gerealiseerd kan worden dan op basis van volledige oprechtheid.

Voel je dit perspectief helder en nabij en wil je deze innerlijke kwaliteit praktisch belichamen in het eigen, dagelijkse bestaan, dan ga je natuurlijk op zoek naar alle voedingsbronnen en ingangen om de verbinding met dit perspectief intensiever te maken. Je wilt geschikt oefenmateriaal vinden om de vele inspirerende adviezen uit verhalen en boeken te kunnen toepassen..

Zo komt beoefening geleidelijk tot leven - let wel: als proces, als toekomstgerelateerde en persoonsgebonden intentie.

De wáre bedoeling van "oefenen" (de hier-en-nu werkzame kracht ervan) wordt ons gaandeweg pas duidelijk als tijdloze, diepmenselijke intentie van de Weg.

Bewustwording kan geschetst worden als een rijpingsproces.

Onze ervaringen leren ons de vele subtiele illusies te doorzien - en de onloochenbare zuiverheid in ons hart geeft ons de kracht om die steeds weer geschonken inzichten concreet te vertalen naar ons dagelijks denken en doen.

Mettertijd groeien we, worden we grootmoediger, rustiger, toleranter, vriendelijker...¹

Maar uiteindelijk gaat het om een *staat van zijn*, je kwaliteit van bewustzijn, en niet langer om het proces ernaartoe, de bewustwording...

Dus uiteindelijk zal de voldoening van een vruchtbaar verlopend proces jou niet langer meer kunnen vervullen.

Je beseft dat er in feite nog steeds sprake is een geconditioneerd verhaal zolang er toekomst en doelen en personages spoken.

¹ Shunryu Suzuki roshi: "If your practice makes you worse, it is ridiculous." Vertaald: "Het zou belachelijk zijn als jouw oefening je slechter maakt." [Zen-mind, beginner's mind. New York 1995 (34e druk), p. 58.]

Dit is het kantelmoment.

Niet langer therapie maar spiritualiteit - niet persoonlijkheid maar menselijkheid.

Geen houvast maar overgave...



Je opent je voor de ware aard en voor het onvoorspelbare verloop van de werkelijkheid: de levende intentie waarin alle beleving elk moment transformeert.

"Leegte" (of innerlijkheid, of vormloosheid) blijkt ineens een krachtige, levende "substantie": voortdurend doordringt de werking ervan op een niet-waarneembare, niet-begrijpbare, mysterieuze wijze alle belevingsvormen.

Heel verfijnd fungeert de Dharma - die jij zélf bent! - als dragende kracht in al het geschapene: "Vorm is Leegte."

Dit inzicht en de daarmee gepaard gaande gevoelskwaliteit zal elke beoefenaar onvermijdelijk louteren.

Je innerlijk oog opent zich, je hart ontsluit zich, je lichaam verruimt zich...

Het is deze rijpheid - en dit heeft niets te maken met ouderdom of tijdsduur - die jou doet voelen dat jouw levensweg (of de Weg) zijn voltooiing enkel kan vinden in het afleggen van een gelofte, in het ondergaan van een wijding.²

Daarmee leg je een laatste, heel natuurlijke schakel naar vervulling, waardigheid, meesterschap, want met dit gebaar neem je bewust afscheid van alle resterende geconditioneerde (persoonsgebonden) kleinheid.

Je vestigt de definitieve basis van innerlijkheid: voortaan ga je functioneren van binnen uit, conform het dharmisch (wetmatig) functioneren van ons hartsbewustzijn.

Deze feestelijke, heilige intentie drukt elke serieuze Zen beoefenaar dagelijks uit via de vier geloften:

1. Levensvormen ongeteld, ik zweer hen te behoeden.
2. Wensen onverzadigbaar, ik zweer hen te bedaren.
3. Bronnewerking onbegrensd, ik zweer hem te bevatten.
4. Eenheidswegen eindeloos, ik zweer hen te begaan.

Oefenen heeft vooral te maken met de intentie van waaruit ons oefenen plaatsvindt, en niet met de vele vormen die het oefenen aanneemt.

² In de Christelijke traditie symboliseert de doop dit moment van definitieve verbinding.

De juiste intentie is een natuurlijke, toegewijde houding: leven van binnen uit, als levende getuigenis van jouw geloven in de kracht van deze universele geloften.³

In elke situatie - altijd en overal - probeer je te leven vanuit de juiste intentie: bewust.

En zodra die intentie verzwakt weet je dat je hier en nu opnieuw moet beginnen en dat je die betrouwbare intentie opnieuw krachtig moet wekken (dat je bewust moet worden in plaats van bevangen blijven), steeds sneller, steeds dieper, steeds krachtiger.⁴

Deze houding en intentie laat zich alleen maar grondig en compleet omarmen, nooit deels.

Zoals je ook niet slechts een beetje waarachtig kunt zijn of een beetje kunt geloven in je eigen en andermans goedheid als mens: je bent waarachtig of je bent het niet, je gelooft echt in menselijke goedheid en anders geloof je er eigenlijk niet in.⁵

Dat de gewisheid van thuis-zijn ons niet vanzelf toevalt, blijkt uit de wereldwijde moeite die we hebben met het sterven zijn en uit de ongrijpbare krachten waarmee karmische conditionering ons zelfs tijdens het bewustworden nog bespeelt.

Daarom moeten we de ingang ontdekken die vóór moeite en vóór karma ligt...

Daar, waar het echte leven zich afspeelt - vóór het denken.

Dan pas ga je de noodzaak van onvoorwaardelijkheid begrijpen en beoefenen.

Dan pas raak je vervuld van dankbaarheid en ontzag voor het onderricht en voor alle leraren.

Word wakker en zie de illusoire ravijnen aan weerskanten van het onvoorwaardelijkheids-pad:

- onverschilligheid (eigengereidheid)
- gretigheid (volgzaamheid)

De eerste laat jou op doodse afstand kijken naar het helse Dharma-vuur.

De tweede doet jou blind en verward graaien naar vonken en warmte.

Wandel liever dapper en wakker op de dunne, hoge richel - verdwijn op het oefenspoor...

Moge er geen spaan meer van je overblijven.

Dan begrijpen we elkaar.



Leven van binnen uit

³ "Bodhisattva's komen ter wereld op grond van een gelofte, stervelingen op grond van karma". [Shunryu Suzuki, in WindBell Volume VIII, Nos. 3-4, spring 1969, p. 9].

⁴ Zoals Boeddha voorafgaand aan zijn verlichtingservaring de juiste intentie levend wist te houden op het moeilijke moment van verleiding en bedreiging door Mara, de god van het Hellerijk.

⁵ Christus verwoorde deze ondubbelzinnige en rigoureuze wetmatigheid aldus: "Wie niet met Mij is, is tegen Mij" (Mt.12, 30).