

Jezelf opvoeden

17 juni 2012, door Ad van Dun,
gepubliceerd op [Stiltij-weblog](#).



Relativiteit (condities) en absoluteit (potentieel) zijn de twee kanten van ons mens-zijn. Dit dualisme vind je niet alleen terug in alle religieuze en filosofische stromingen maar ook in ons dagelijks functioneren. We doen concessies, maar we kennen ook onze principes. We leggen ons neer bij omstandigheden, maar we benutten ook onze mogelijkheden en werken aan de voltooiing van onze dromen.

Als deze twee bestaansgebieden in harmonie zijn en een organische, niet-conflicterende eenheid vormen is er sprake van rijpheid, volwassenheid.

Alle oefening en zelfonderzoek heeft slechts tot doel om ons te helpen die natuurlijke eenheid te realiseren.

Onze ware aard, het absolute aspect, wordt in Zen *boeddhaschap* genoemd of *boeddhanatuur*, in religieuze termen: onze goddelijkheid.

Gemeten naar ons innerlijk potentieel mogen we ons als een boeddha zien, maar het blijkt in de praktijk beter te werken om deze capaciteit bodhisattvaschap te noemen.

Jezelf beschouwen als een verlichtingswezen (*bodhisattva*) biedt ruimere mogelijkheden voor interpretatie en identificatie, en dat is - zeker in het begin - heel welkom.

De bodhisattva die we zijn heeft weet van zijn of haar verlichte aard, d.w.z. hij of zij beseft dat hartsbewustzijn, waarheid en werkelijkheid allemaal synoniemen zijn voor de elk moment zich onloochenbaar voltrekkende werking van alle innerlijke en uiterlijke beleving. Deze levende, elk moment gezag uitoefenende werking is wat de zenschool *dharma* (of ook leegte) noemt. Vertrouwd raken met die kracht, via bewustwording en beoefening, vormt de basis van onze dagelijkse spiritualiteit.

Om de natuurlijke eenheid van ons bestaan daadwerkelijk te kunnen belichamen moeten we ook *karma* goed leren kennen, zodat we ons om te beginnen kunnen ontdoen van alle opgelopen aandoeningen en verwickelingen. Dit zijn allerlei subtiele conditioneringen die vanwege onze blindheid de vorm aannemen van wens, woede en waan.

Dag in dag uit hebben we ermee te maken: wazige impulsen, ongebrepen belangen, grillige angsten, zelfzuchtige verlangens, neiging tot (ver)oordelen, stemmingen.

Het leren omgaan met ons karma is nog niet zo eenvoudig want de levenslange gewenning aan allerlei persoonlijke condities (psychisch, emotioneel, fysiek, sociaal) is diep geworteld en breed verspreid in onze totale individuele biodiversiteit.

Maar toch: er is een ingang, een bruikbaar aanknopingspunt voor bewustwording, namelijk het wetmatig inzicht, gestoeld op ervaring en onderricht, dat deze persoonlijke identiteit ('ik') in concreto het resultaat is van illusiewerking, dus van beeldvorming en interpretatie.

Wat we werkelijk zijn - niet als geconditioneerd personage maar als bewuste, waardige mens - wordt door alle illusoire verschijnselen en blinde activiteiten helemaal niet beïnvloed, al lijken ze nóg zo echt of betekenisvol.

Onze ware aard wacht slechts op de rijpheid van bewustwording.
En het serieus nemen van illusie is het eerste rijpingsteken.

Maar hoe ga je daarna te werk?

Er is ware aard, en er is illusie in mij - grote ik en kleine ik.

Hoe breng ik dit vreemde, onverklaarbare en onrustbarende dualisme in me op een natuurlijke, betrouwbare manier definitief tot rust?

Een bruikbaar antwoord zou kunnen zijn: door het onderscheid tussen deze twee aspecten eerst nog wat verder te verhelderen, door de aard van beide identiteitsvormen (de kleine karmisch en de grote dharmisch) zo helder mogelijk te zien en te voelen.

Zie het als een opvoeding: bodhisattva Grote-ik gaat sterveling Kleine-ik helpen volwassen te worden. Het is verhelderend en ontvullend om te beseffen hoe het ego opereert als een kind: verwend, onaf, niet evenwichtig.

Mijn egoïsme voelt verrassend kinderlijk, vergeleken met het beeld van een wijs, liefdevol en vrij mens dat mij als inspirerend eindperspectief voor ogen staat.

Ik geloof in het tot bloei brengen van menselijk kernpotentieel, of simpeler: in het realiseren van de natuurlijke hartskwaliteit die ik aanwezig weet als mijn ware aard.

Alles wat hiermee contrasteert vraagt om bewuste aandacht en roept vragen op, schept afstand, onrust, twijfel.

Dit ondermijnend, dualisme bevorderend materiaal - in feite een historisch samenraapsel van niet verwerkte impulsen, waarnemingen en overtuigingen - noem ik ego.

Natuurlijk ontstaat er door naamgeving geen daadwerkelijke entiteit of realiteit maar wél een behulpzaam correctiemiddel, zoals ook geldt voor andere concepten die we hanteren. Uiteindelijk gaat het overbodig voelen om welk onderscheid dan ook te maken tussen ego en boeddha, illusie en werkelijkheid. En in absolute zin is zelfs het simpele namen geven of betekenissen ergens aan koppelen een nutteloze toevoeging of invulling.

Maar in het licht van ons actuele lijden is alles wat helpt welkom.

Het advies luidt dus: bundel je egoïstische mechanismen tot een soort identiteit, genaamd ego, net zoals je ook je ware aard als een identiteit hanteert.

Als deze aanpak verhelderend is en bruikbaar voelt, rondt die dan af door dit contrast nog wat pregnanter aan te scherpen: maak van je egoïsme een kind dat aandacht vraagt en van je ware aard een bodhisattva die de rol van opvoeder op zich heeft genomen.

In eerste instantie zul je als bodhisattva merken hoe je je handen vol hebt aan dit kind.

Je wordt voortdurend bestookt met behoeftes, vragen, commentaar etc.

Bovendien moet je flink investeren in het vinden van de juiste houding en het geven van de juiste antwoorden en reacties, wil je het kostbare vertrouwen dat het ego momenteel in jou stelt niet beschamen.

Kortom, voor de beginnende beoefenaar wordt de beleving er niet rustiger op maar juist drukker, actiever. Dat is een goed teken. Hieruit blijkt namelijk dat je totale innerlijkheid tot leven komt, in tegenstelling tot de vroegere doodsheid van alle ontkennen en compenseren.

Gaandeweg zal Kleine-ik natuurlijk zichzelf en het leven beter gaan leren kennen, net als ieder ander kind. En wie leert, die groeit en verandert, komt tot beleving. Maar de richting waarin en de manier waarop, is mede afhankelijk van het didactisch materiaal dat het kind ontvangt.

Leraren en onderricht bepalen voor een belangrijk deel - het aandeel ervan voelt steeds substantiëler naarmate je groeit (dat is waarom dankbaarheid ontstaat) - de diepte, de intensiteit en de reikwijdte van onze bewustwording. Het is dus van groot belang dat jij als bodhisattva jouw leerling het best mogelijke perspectief aanreikt en de best mogelijke belevingen gunt.

De opvoeding zal geslaagd mogen heten als Kleine-ik geheel zelfstandig en in alle vrijheid niets anders wenst dan zich onvoorwaardelijk te identificeren met Grote-ik. Jouw inbreng is dan overbodig geworden: leraar en leerling verschillen niet langer.

Uitnodigend, stimulerend en overtuigend, zo heeft de levenshouding en leefwijze van de bodhisattva blijkbaar gewerkt. Dit bevestigt op een heel natuurlijke manier de diepte van onze menselijkheid en de betrouwbaarheid van deze weg.

Tot slot: vergeet niet om die rakker te danken. Hij heeft immers in zijn rol van bodhisattva-assistent ongemerkt gezorgd voor de daadwerkelijke dagelijkse realisatie en toetsing van je boeddhaschap.

