

Conventioneel en existentieel



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

*'Veel mensen willen God aankijken met de ogen
waarmee ze een koe aankijken.'*¹

Boeddha's waarheid dat ons zintuiglijk bestaan onderhevig is aan lijden kan op vele manieren begrepen worden. Er is het lichte leed van teleurstelling, van onplezierige wendingen, van kleine moeites en irritaties, van niet je zin krijgen, van moeheid, aarzeling, behoefteigheid.

Je zou dit kunnen noemen: last hebben van onaangename condities, 'tegenslag'. De omstandigheden, fysiek, emotioneel, mentaal of sociaal, worden als ongunstig ervaren en veroorzaken een onbevredigend, een onvervuld gevoel. Als dit min of meer een constante factor blijft en jarenlang meezingt in je beleving, dan zul je je op identiteitsniveau ontregeld en onvoldoende voelen. Maar ach, het leven is 'nu eenmaal' gebrekkig, beperkt; en is 'de mens' niet onvermogen, ingewikkeld, geconditioneerd?

De gangbare remedie is stevig tegenwicht zoeken in de maakbaarheid van ons bestaan. Condities zijn immers veranderlijk en veroorzaakt, en dit betekent dat we ze zo goed mogelijk kunnen invullen en sturen richting geluk. Aangename condities veroorzaken een goed gevoel; dergelijke veroorzaakte vormen van blijdschap honoreren we als gelukkige omstandigheden, momenten, periodes. Voor de werelds georiënteerde mens is dit de hoogst haalbare strategie om vervulling te realiseren, vanuit de veronderstelling: het menselijk bestaan verloopt nu eenmaal geconditioneerd in tijd en ruimte; dus doe ik ál het mogelijke om mijn condities te optimaliseren.

In een dergelijke conventionele mensvisie wordt het ik zélf niet als een conditie gezien maar als een feitelijk gegeven, en dat is wat het onderricht 'blindheid' noemt.² Het idee is: ik ben een onbetwistbare entiteit van vlees en bloed en dankzij groei, opvoeding en scholing maak ik mijn vrijheid gaandeweg zo gezaghebbend mogelijk.

Maar de waarheid is: deze vrijheid is een relatieve, afhankelijke, geconditioneerde vrijheid, want niet alleen om de verworven vrijheid in stand te houden maar ook om deze relatieve vervulling te kunnen uitbaten hebben we beloning nodig, signalen die ons individuele, geïsoleerde bestaan en zijn beoogde kwaliteit bevestigen. Echt vrij zijn kun je dit niet noemen.

Vrij zijn betekent simpelweg: niets nodig hebben, je nergens door bepaald weten, niet door bevestiging noch door verzet, noch door onverschilligheid. Zulk een vanzelfsprekende, dus niet betwijfelde, niet afhankelijke, niet bewaakte kracht te zijn, voelt wellicht nog wat vreemd, wat ver weg.

Maar er is ook een andere vorm van lijden, die niet met externe condities samenhangt maar die uit onszelf komt en die juist wél te maken heeft met de notie van een ik.

Je bent je als mens bewust van jezelf en ervaart dit - in tegenstelling tot de conventionele, strelende bevestigingsbeleving - als een verwarrende, onnatuurlijke, pijnlijke gesteldheid. Er is een continue, ondermijnende bestaansmoeite die voelbaar is als een haast onoplosbare zinloosheid, eenzaamheid en onrust: de last van een tweede hoofd, het 'ik' als gevangenis.

Dit existentiële lijden - een diep doordringen zijn van de werking van egoïsme - blijkt niet zomaar door gunstige condities opgelost te kunnen worden; de vele faciliteiten (activiteiten, vaardigheden, tijdverdrijf) laten ons inmiddels zo goed als koud; op hartsniveau ontlenen we daar geen werkelijke bezieling of perspectief meer aan. Wat kun je doen als je je bewust bent van je blindheid, je diepe conditionering, als je weet dat je droomt?

Menswording is bewustwording, is wakker worden, individueel en collectief.

We groeien in menselijkheid, van barbarij via ontplooiing naar zelfkennis, liefdevolle wijsheid. Eerst is er de ruwe fysieke insteek van overleving en zelfbehoud. Dan de fase van groei, van cultuur en leren. En tenslotte komt in de laatste fase ons potentieel tot bloei in de vredige, wijze mens die kleine, egoïstische preoccupaties achter zich heeft gelaten. Je bent uitgevochten en uitgespeeld, hebt al die condities voldoende leren kennen en wordt nu steeds sterker aangetrokken door innerlijke aspecten, door oorzakelijk materiaal in plaats van allerlei toevallige effecten.

De overgang van de tweede naar de derde fase is het moment waar existentieel lijden zich kenbaar maakt. Conditie (karma) boeien je niet langer, maar je komt ook nog niet toe aan je menselijk potentieel (dharma).

De oplossing voor dit lastige, pijnlijke dilemma is niet te vinden in troost of maakbaarheid, want in het licht van je onvoorwaardelijke hartsverlangen voelt elke procesmatige aanpak ingevuld, tijdgebonden, voorspelbaar.

Gelukkig is er het onderricht van verwerkelijking dat leert dat er juist in vormloosheid een diepe vervulling te vinden is: onze innerlijkheid herbergt een onontgonnen schat.

Wat is die heilzame kracht van innerlijkheid die tot zulke grondige, definitieve vervulling in staat is? Hij is niet te vinden in verwachting en houvast, niet af te dwingen als een succesje, niet op te hoesten als vaardigheid, actie, wilskracht, slimheid, rijkdom: geen enkele conditie zal ons helpen deze kwaliteit van leven te vinden. Alle heilige koeien - gezondheid, succes, creativiteit, macht - struikelen over hun eigen poten in het licht van deze vreemde, onpeilbare spiegel.

Het eigen verleden leert ons maar al te duidelijk dat de ingang niet te vinden is in de blindheid die tot nu toe onze aannames en ondernemingen heeft gekleurd. De redding ligt niet in het opzetten van nieuwe ondernemingen, zelfs niet als ze 'spiritualiteit' heten. Ga dus niet iets anders doen, maar ga anders kijken: leer vanuit een ander punt te gaan waarnemen en opereren, namelijk vanuit het leven zelf dat we zijn, in plaats van vanuit het steeds wisselend vormenspel-perspectief dat de zintuigen je voorschotelen.³

Zodra je dit doet - niet van buitenaf blijven functioneren maar van binnenuit, zodat je ook je verblinde zelf kunt waarnemen - verschuift je aandacht en interesse van gangbare kortetermijn zelfzucht naar een tijdlozer, onpersoonlijker oriëntatie. Je krijgt oog voor de volle omvang van je bestaan, qua omgeving, qua verloop, qua bedoeling.

Zo start echte zelfkennis: niet als een gecultiveerd aspect maar als een natuurlijk beleefde totaliteit - niet vaardigheid, maar waardigheid.

Jezelf zo leren kennen is het leven van binnenuit leren kennen en beleven, aan de hand van je eigen bestaanswerkelijkheid: lichaam, adem, geest.

Jezelf op deze neutrale manier onderzoeken is het leven onderzoeken op grond van wetmatigheid in plaats van welbevinden.

Dan tekent zich geleidelijk het volledige bereik af van je bestaan: er is niet alleen een buitenkant (wereld) maar ook een innerlijk domein (werkelijkheid), er zijn niet alleen materiële en immateriële condities maar er is ook zoiets als bewustzijnspotentieel, niet alleen kwaadheidsbestrijding (karma) maar ook goedheidsbevordering (dharma).

En die twee aspecten - leegte en vorm genaamd in zen, centrum en extensie in aikido - werken wezenlijk verschillend en aanvullend, waarbij innerlijkheid de basis blijkt te zijn voor uiterlijkheid, zoals de wortel de basis is van het bloemblad, zoals het individu de basis is van de samenleving.

Onze bekende, d.w.z. zintuiglijk verklaarbare, 'maakbare' wereld (vorm) contrasteert nogal met de wereld van wijsheid waar men vertrouwd is met 'het niet-ontstaan-der-dingen' (leegte). Maar dankzij heldere visie van het onderricht en betrokken praktijk van je eigen oefening valt dit onderscheid geruisloos op zijn plaats. Je zult de organische samenhang begrijpen tussen je onvoorwaardelijke hartsintentie (verlangen naar geluk, vervulling - bodhicitta) en je geconditioneerde instrumentarium van lichaam, adem en geest.

Komt die samenhang eenmaal helder in beeld dan begint daarmee ook de oude ik-knoop te smelten en gaat echte levensenergie op gang komen in ons afgesloten bastion.

Je voelt 'de werkelijkheidsbries', zoals zenmeester Hongzhi dit zo mooi typeert.

Wil je deze grondkracht kunnen belichamen dan zul je op niets anders kunnen koersen dan op onvoorwaardelijkheid. Het zal duidelijk zijn dat opties, voordeel, sturing etc. hier niet passen en dat ze zelfs contraproductief werken: zo houd ik mijn tweede hoofd (ik-idee) in stand en dat was juist de diepe existentiële wond die geheeld wil worden.

De waarde van het je openen, van waarheidsliefde en overgave komt nu in een heel ander, veel betrouwbaarder licht te staan. Dit is geen afhankelijkheid maar juist bevrijding, ik geef me niet over aan iets anders dan aan de continue werking van mijn ware aard - welk risico loop ik hier dan, waar ben ik eigenlijk bang voor?

Vertrouwen stroomt steeds ruimer en sterker, rust wordt dieper en verfijnder voelbaar: geen zwakke ontspanning van spanning ontladen maar echte ontspanning van thuiszijn in kracht.

Het zal nu ook duidelijk zijn waarom innerlijkheid geen conventies kent: omdat hier niks geregeld en bewaakt hoeft te worden.

Geef dus je authenticiteit vrij baan - hoe eerder, hoe beter.



¹ Meester Eckhart, in: Blommestijn, H.; Maas, F. (red.): Kruispunten in de mystieke traditie. Groningen 1990, p. 31

² Zouden we ons ik ook beschouwen als onderdeel van "al het mogelijke", dan zou ons verlangen tot optimaliseren een veel reëler en efficiënter karakter krijgen.

³ Elke vorm is in wezen al oud zodra hij verschijnt, nooit echt nieuw. Al wat verschijnt komt voort uit bestaande oorzaken, heeft een geschiedenis dus, een herkomst en daarmee ook een geconditioneerde functie, een doel. Alleen in het momentane kijken is het leven zelf werkzaam, is de nieuwhed van het leven (vandaar: "beleving") te vinden; alleen in direct gewaarzijn is stabiliteit en continuïteit te vinden.