

# Puur leven

1 december 2013, door Ad van Dun,  
gepubliceerd op [Stiltij-weblog](#).



*'Iemand met een onzuivere visie maakt boeddha's en leraren tot een teken;  
hij onderscheidt en beoordeelt hen, en zo verschaft hij zich een gewichtige basis.  
De Tathagata's [boeddha's] geven geen goedkeuring aan de vreugde  
van iemand die op deze manier oefent.'*<sup>1</sup>

De Boeddha is als spiritueel symbool en als concrete belichaming een zeldzaam complete richtingwijzer voor oprechte, verontruste zoekers. Verticaal staand in waarheid, laat hij ons zien hoe eenvoudig soeverein ons menszijn geleefd kan worden temidden van continue verandering. Vervuld bestaan komt neer op puur beleven.

Hoe schichtig en bedrieglijk daarentegen opereert Mara, de trieste god van onwetendheid, met zijn horizontale manoeuvres, zijn onrustige, steeds wisselende impulsen van verwarring en ondermijning. Hij is de dwarsligger, de parasiet die teert op onze oorspronkelijke bewustzijnsruimte (ware aard) om er invloed te verwerven door zoveel mogelijk obstakels te creëren. Maar illusie heeft nu eenmaal nergens bestaansruimte. Mara, ons ego, schenkt met al zijn drukte nergens gemoedsrust maar leidt ons slechts van waan naar waan.

Alle vormen die wij ervaren zijn voorbijgaande verschijnselen met wisselende kenmerken maar met een lastige, existentiële werking die ons dwingt tot omgaan ermee, tot verheldering ervan - en dus tot bewustwording en ontwaken.

Zolang we de hiermee samenhangende wet van vergankelijkheid (ongrijpbaarheid, sterfelijkheid) blijven ontwijken wordt er niks opgelost en zullen we onderhevig blijven aan al die parasitaire mechanismen die we karma of conditionering noemen.

De beste manier om je te bevrijden van alle gezwabber en onafheid is je te verenigen, d.w.z. de ene werkelijkheid te gaan belichamen die jij feitelijk bent.

Ook al hanteren we drie functies of aspecten (lichaam, adem, geest), vergeet niet dat ze onlosmakelijk samenhangen: laat hartsbewustzijn een zo reëel mogelijke substantie zijn, net als de vlees- en ademkant van je bestaan. Immers, je ademen neem je gewoonlijk toch ook nauwelijks waar, terwijl je je wel degelijk bevindt in de ruimte ervan met zijn subtiele energiewerking: licht, warmte, kracht, transformatie...

Ditzelfde geldt nog veel vitaler voor bewustzijn dat ons elk moment zo verfijnd en kernachtig verzorgt en voedt: we zwemmen erin, elk moment zijn we levendige golfjes beweging, creativiteit, bezieling, voeling, inzicht, verbondenheid etc.

Wees als bodhisattva diepgaand thuis hierin, bewust gedragen door dit mysterie ("leegte"). We zijn totaalwerking, innerlijk en uiterlijk, zonder toevoeging of invulling: puurheid van leven belichamen, dat is de uitnodiging van alle oefenen. Nergens zoek je naar tekens of verwacht je houvast of bevestiging, je streeft nergens naar een tastbare basis als steun of eigendom. Want het hanteren van tekens is het begin van een zoveelste basis en het vestigen van een basis is het blijven gijzelen van alle verkeerd begrepen tekens.

We komen van ver in onze kleinheid.

Onderhevig aan de drievoudige woekering van waan, woede en wens zetten we ons ongemerkt steeds weer klem. Dat is wat in het achterliggend traject al veel te vaak is gebeurd en veel te vergeeflijk goedgekeurd.

Terecht zijn we op enig moment vragen gaan stellen, de ogen zijn ons opengegaan: mijn kleingeestige blindheid levert in plaats van gemoedsrust slechts gepriegel en gesjoemel, dagelijkse irritatie van de controleur en desinteresse van de lanterfanter.

Het is dus wachten op jouw definitieve conclusie.

Zul je de onomkeerbare opstelling innemen waar geen plaats meer is voor manoeuvre, speling, compensatie, strategie - alle onwaardige en zinloze energieverlies?

Als de pijn sterker wordt dan de ijdelheid, schaamte bruikbaar voel je dan wrok, dan ben je dicht bij het loslaten, niet ver van bevrijding.

Liefdevolle precisie van ons hart heeft geen bonus nodig en leidt niet tot vreemde uitwassen. Stap voor stap laat je je verticaal bewegen door spontane, gezaghebbende bedoeling. Wees ontvankelijk voor alle signalen zonder ze te hoeven processen, laat je door het leven dragen zonder iets hoog te houden, leunend van binnen naar buiten.

Ken jij de grote agenda van de werkelijkheid, dan ken je ook de open ruimte van expressie die het leven is. Dat maakt jou, ware mens zonder functie, overal en altijd tot ruimhartige werking en continue, dagelijkse inspiratie.

**KLUIZENAARSLEVEN, IN DE NAZOMER** (door Yao Ho)<sup>2</sup>

*Met deze rustplek  
weet de wereld zich geen raad,  
maar diepste aandoening  
wordt er genezen*

*ik laat de woorden glanzen  
van oude gedichten,  
aanschouw de bergellingen  
en slaap buiten mijn hut*

*kleurrijke wolken schuiven  
voor de ondergaande zon,  
cicades weerklinken  
verspreid tussen de bomen*

*dit alles  
vervult mijn hart steeds weer,  
en wie kon dit bedenken zo  
zonder beurs of borrel?*



---

<sup>1</sup> Conze, Edward: The large sutra on perfect wisdom. Berkeley 1975, p. 275

<sup>2</sup> Mike O'Connor: Where the world does not follow; buddhist China in pictures and poems. Somerville 2002, p. 97