

najaar 2017
nummer 15

Stil ding tij

De hemel valt
uit elkaar
in stukjes en
beetjes

Hakuin



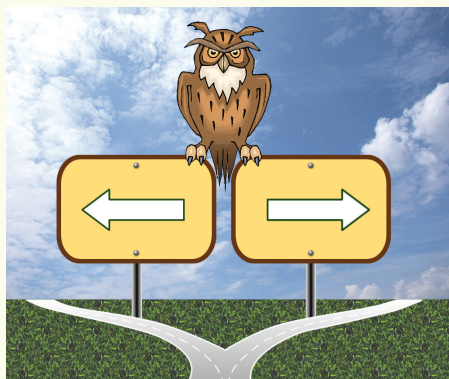
Inhoud

Koud kunstje of zweetwerk? <i>Column</i>	3	Laat los <i>Expressie</i>	26
De oorsprong van wijsheid <i>In gesprek met Ad</i> DOOR BIRGITTA PUTTERS	4	Dharmium: wijsheid als levenshouding DOOR AD VAN DUN	28
Wonderlijke schenking DOOR LAURA HAAST	22	Boeken	33
Bodhisattvabhumi <i>Boekfragment</i>	24	Waardigheid DOOR BRAM JUFFERMANS	34
Denkgeknetter en roepgetoeter DOOR MAURICE SCHELLING	26	Tosotsu's drie blokkades <i>Didactiek</i>	36
		Eindeloos	39

DE ADEL VAN BRAM

“Nu ik op dit punt ben beland voel ik dat ik een groot probleem heb. Ik weet bij god niet hoe ik dit verhaal goed inneem. Op het moment dat ik voel dat ik mezelf te grabbel gooi en ik er een draai aan wil geven, hapert mijn hele systeem en voel ik het raken aan mijn fundamenten.”

pagina 30



IN GESPREK MET AD

“Het klinkt wel eenvoudig, maar het is wonderlijke materie. In het begin maak je van waarheid een leugen, een conditie, een object.

Daar is het afwachten of je die illusie kunt doorbreken, of waarheid jou kan onteigenen en of je je durft te onderwerpen aan de werking ervan.”

pagina 4



Koud kunstje of zweetwerk?

Wat eens zo'n vanzelfsprekende, ingecalculerde vaardigheid was voor mij – kunnen schrijven – wordt stilaan steeds minder voor de hand liggend.

Heldere observaties omzetten in aantrekkelijke taal is één ding, jezelf erin meenemen blijkt iets anders. Bloemrijk karma beschrijven suggereert gevoeligheid, dharmia laten doorklinken vraagt puurheid. Je kunt verantwoorde en kloppende teksten schrijven, maar zo raak je niet het hart.

Deze leerschool is moeilijk, want hij begint waar de lesstof eindigt. Echte creativiteit gaat niet over het toepassen van artistieke regels. Inspiratie laat zich niet vastzetten. Alles beweegt en verandert, en ergens in die stroom sta ik met mijn voelsprietten uit, om op te vangen waar het heen gaat.

“Waarheid beweegt niet”; aha, dus ergens is een onbeweeglijke herkomst van al deze bewogenheid. Wil ik voelen waar het heen gaat, dan ga ik kopje-onder en zal ik snel vastpakken wat houvast lijkt te bieden. Maar tastend naar waar het vandaan komt begin ik, in alle onzekerheid en vaak genoeg ook frustratie, dit een veel interessantere weg te vinden.

Als ik mij niet had gecommitteerd aan de weg, was ik nooit aan dit grondig onderzoek, dat over veel meer gaat dan 'een stukkie schrijven', toegekomen.

Birgitta Putters

Colofon

Stiltijding is een periodieke uitgave van Stiltij.

Stiltij is een wis (wijsheidsplek) voor de regio Zuid-Limburg.

Stiltij stelt zich ten doel: het realiseren van waarheid, zoals dat in alle authentieke spirituele tradities wordt beoefend.

Het onderricht bij Stiltij is geworteld in de zen- en aikidotraditie.

Stiltij is een stichting zonder winstoogmerk - KvK 14073156.

Bijdragen en schenkingen steunen ons werk - Triodos IBAN: NL40 TRIO 0390375721.

Stiltijding wordt gratis toegezonden aan alle deelnemers en donateurs.

Niet-deelnemers betalen 10 euro per jaar (2 nummers, incl. porto).

Redactie, fotografie en vormgeving: Laura Haast, Birgitta Putters

Redactie-adres en secretariaat: Winckelgaard 26, Maastricht 043-8519555

Kopij en abonnementen: secretariaat@stiltij.nl

In gesprek met Ad

DOOR BIRGITTA PUTTERS

De oorsprong van wijsheid

“De dharma ontwikkelt zich niet, het beweegt niet; het is oorspronkelijk.”

Dharmium zou een werkgebied kunnen vormen waarin wijsheid kan worden vertaald en ingebracht. Dit werkgebied wordt nog afgetast: hoe kan het een brug vormen voor mensen die hun bestaan dieper willen leren kennen? Middenin dit aftasten begint het gesprek met Ad.

We werken binnen Stiltij momenteel aan een forum, als onderdeel van Dharmium [1]. Zo'n forum willen we zoveel mogelijk beginnen te vullen vanuit onze eigen volheid, zodat het inspirerend en aantrekkelijk wordt en al een zekere dynamiek heeft. Zou het ook geschikt zijn om materiaal van anderen op te plaatsen, naast het eigen materiaal uit de Stiltij-sfeer?

Extern materiaal kan dienen als illustratie van tijdloze wijsheid, maar daar moeten we niet op leunen. Het werkt op dit platform veel directer wanneer we voelbaar maken hoe wijzelf deze wijsheid belichamen. Stiltijdharma, de onderrichtssite van Stiltij, biedt meer ruimte om af en toe een item van buiten te plaatsen. Op Stiltijdharma vindt dit een duidelijke inbedding. Maar op het forum gaan we ons nog vestigen; dan scheidt materiaal van buiten eerder verwarring over de identiteit.

Dharmium is wel bedoeld als een breder wijsheidsnetwerk. Hoe zorgen we ervoor dat het niet alleen maar een Stiltij-netwerk blijft?

Het moet naar de praktijk van het oefenen trekken, daar moet het een inbedding voor zijn. Het heeft geen zin als het alleen maar een wijsheidsbibliotheek wordt. Veelsoortigheid, romantiek en beeldvorming liggen dan op de loer en stimuleren vrijblijvendheid. Het moet de gebruikers van het forum uitnodigen tot actie, zodat ze zich kunnen engageren. Het is geen plek voor bezinning, maar een werkplek: ontmoeten, aan de orde zijn, transformeren. Eenzelfde gevoel als in ons overleg normaal gesproken. Daar word je uitgenodigd en geactiveerd via vragen en het opwerpen van problemen.

Uiteindelijk zit toch niemand te wachten op een momentje van troost? We willen naar de oplossing van onze problemen.

Op een regulier webforum is het gebruikelijk dat individuen eigen profielen met allerlei kenmerken aanmaken. In dit geval voelt zoiets nogal onwenselijk. Het schept een heel wereldse sfeer; meer spel en vermaak dan existentie.

Dat klopt. Maar jullie, de mensen die het forum vullen, modereren, zich presenteren met blogs, etc., kunnen wel meer laten zien wie je bent. Dit is voor de bezoekers juist een mogelijkheid om zich in te leven. Je moet staan voor de dharma, en daarin moet je je ook helemaal laten kennen. Dit kan prima gebeuren zonder het vet aan te zetten, zonder nadruk op de persoon als een op zichzelf staande entiteit. Als beoefenaars werken we altijd dharmisch, dat wil zeggen: we leren vertrouwd te raken met de dharma, met de totale werkelijkheid.

Je inleven en invoelen is daarbij een heel belangrijk aspect. Het dualisme in ons leidt tot een platte weergave, een projectie van de werkelijkheid, waardoor we mensen zien en behandelen zoals we onszelf in onze geconditioneerdheid zien: een vormpje en een geestje. Pas als we de grotere werking voelen die ons doorspoelt, en beseffen dat dit is wat elk mens belichaamt, gaan we voelen wat ons en anderen beweegt. Dan zullen we een ander pas echt zien, begrijpen en respecteren.

Bij een-op-een ontmoetingen lijkt invoelen veel eenvoudiger dan in een groter gezelschap, en al helemaal een gezelschap in functioneel verband.

In groepsverband speelt die scheiding sneller op. Het is een bijna dierlijke reactie; een gevoelde noodzaak om te differentiëren en te categoriseren. Je geeft alles zintuiglijk een plaats, zodat de dynamiek niet te ongewis wordt in je beleving. Zo probeer je als sterveling het waarnemingsproces beheersbaar te houden en efficiënt uit te baten. De connectie met leraren vraagt natuurlijk ook een bewuste invoeling, maar dat gaat veel verder. Het onderricht zelf, maar ook de levende voorbeelden die dit onderricht belichamen, én wij als lezers-luisteraars-zoekers: het is dezelfde wijsheidsgeest die in elk mens werkt.

Begint het voeling krijgen hiermee bij de meer biografische elementen? Ik denk aan de analogie met meditatie: via lichaam en adem naar de geest. Lichaam en adem, dat zijn toch persoonskenmerken?

Duurzaam dharmasignaal vanuit leraren heeft altijd eenzelfde zuiverheid. Het heeft heel weinig te maken met persoonlijkheid. Vroeger al, toen ik mij nog oriënteerde naar filosofie, overtuigden de mensen mij vooral op grond van inhoud. Dat waren hele diverse types en uit hele diverse tijden. Types waar ik niet per se direct affiniteit mee had. Burgerlijke verschijningsvormen, een gebochelde dominee zoals Kierkegaard, gepreoccupeerd door zijn wereldse relatie met een vrouw, de hygiënisch denkende Kant, en Nietzsche met zijn strenge snor die zo ontoegankelijk leek maar die een goed hart had. Of een universele geest als Socrates, waarvan juist heel weinig materiaal

beschikbaar is omtrent zijn uiterlijk of persoonlijk leven. Ik heb nooit de persoonlijke relatie gezocht met leraren, zelfs niet bij Suzuki roshi, of bij levende leraren uit de aikido-traditie.

Wel wilde ik weten hoe, in het verlengde van hun spiritualiteit, de belichaming van die inhoudelijke kwaliteit consequent mogelijk is. Hoe is die persoonlijkheid geen hindernis, hoe is het werk geen hindernis, hoe weerspiegelt hun hele doen en laten consequent waarheidsliefde? Dit is wat hun biografie interessant maakt. Het is ook het criterium op grond waarvan ik bij sommige leraren ben afgehaakt, omdat ik daar niet die overeenstemming vond tussen innerlijkheid en belichaming. Waar de wereld teveel een eigen leven gaat leiden, waar belangen gaan spelen, komt de zuiverheid in het geding.

Het is een heel eenvoudig criterium: is iemand zuiver of 'bevangbaar'?

Als je vanuit het dualisme komt, hoe kun je dan zo direct connectie maken met die bron, met die leraar?

Omdat je een dharmadruppel bent! En geen breinpuist (gelach).

Je voelt je misschien soms meer een breinpuist, maar dat is een deel van de veronderstellingen en beelden die je erop na houdt. Hoe fanatiek ook, we maken onszelf gek ermee, en het zegt uiteindelijk helemaal niets over onszelf. We leren dat het niet belangrijk is wat we vinden van de dingen. Je voelt dat alles wat je vindt zo zeer fluctueert dat je daar niets aan hebt. Dus leer je intuïtie te vertrouwen!

De dharmadruppel staat symbool voor waarheidswerking. Je kunt bewust vanuit die druppel verbinding maken. Je oriënteert je op de zuiverheid van je hart, en je neemt afstand van de kouwe drukte van je geconditioneerde ik-verhaal. Je relateert karma, ten gunste van dharma, om de realiteit te herstellen. Eerst vertrouwt je erop dat dharma aanwezig is en werkt; langzamerhand ga je dan voelen hoe de aard van de dharma concreet substantie is - net als lichaamsweefsel, maar dan immaterieel: je beseft hoe deze substantie in alles werkzaam aanwezig is.

Zo kun je je gaandeweg helemaal laten opnemen door die werking, en breng je alle ingrediënten van je beleving daarmee in verbinding. Je laat je beleving daarvandaan komen, daardoor bepalen.

Dat is de manier waarop het gaat, en het is van grote eenvoud. Voor een betrouwbare transformatie moet het ook die eenvoud bewaren, die ligt vóór alle didactiek en systematiek. Als je niet wakker blijft wordt het complex en



zoek je verbindingsbeleving via de legitimatie van allerlei bronnen, raak je verstrikt in schema's, enzovoorts. Komend vanuit een kunstmatige complexiteit kan een stevige didactiek een bevrijdend middel zijn om je eigen complexiteit te herkennen. Zodra die herkenning heeft plaatsgevonden, kun je dit vervangen door de boodschap van eenvoud, stabiliteit en universaliteit.

Het fijne van zen is net die boodschap: wijsheid is er al, hartskwaliteit is ook in jou, het is universeel. De devotie kant van spiritualiteit is ook een goede bestrijder van de complexiteit van het cerebrale.

Devotie is minstens zo belangrijk als visie in spiritualiteit. Heel veel van wat wij visie noemen, draagt ook devotie in zich, in de zin van waarderen. Op een subtiele manier doordringt het voelen ons denken. Visie belooft en wekt van alles, bewerkstelligt van alles; die werking is kracht en energie, gevoel.

Dus terwijl wij denken dat we flink aan het processen zijn, worden we bewerkt en gereinigd door gevoel?

Precies, daar spoelt een veel subtielere kracht doorheen. Maar wij leggen daar een laagje van benoembaarheid bovenop en denken dan: "Dit ben ik aan het denken", "Dit schema klopt, dit weerspiegelt de werkelijkheid".

Die intuïtieve werking van het leven zelf, die vóór alle commentaar plaatsvindt, maakt het betrouwbaar. Wat mij betreft: ook veel aantrekkelijker. De wonderlijkheid zit daarin.

Wordt deze werking dan ook steeds reëler voelbaar voor wie oefent?

Je gaat dit realiseren door de greep los te laten en te wennen aan het getransformeerd worden. Je gaat overal de bedoeling in leren herkennen. Je schoolt je in een meer intuïtieve oriëntatie, een meer bewegen durven laten worden.

Het is belangrijk om dit niet te vroeg te doen. Pas als je de beweging naar de dharma hebt gemaakt, als je de bewuste intentie hebt om je te laten bewegen door de dharma, kun je dit verantwoord doen. Niet als je nog volop in karma-terrein bezig bent de dharma te benutten als reinigingskracht en versteviging, of als onderzoeksmateriaal.

Wat gebeurt er dan, als je je nog daar bevindt maar wel de intentie opvat om je gewoon te laten bewegen door het leven?

Dan laat je ook alle verwarde, nog niet gekende en niet beheerste karma tot dharmawerking worden. Je ziet niet hoe jij dat zelf maakt. Je geeft alles de ruimte om dharma te zijn, maar eigenlijk geef je jezelf een vrijbrief voor drukte en waan. Het is een risico omdat je dan niet weet waar het naartoe gaat; je weet niet wanneer je die grens over gaat. Je geest kan allerlei wegen gaan bewandelen op grond van karma, die je niet bewust meekrijgt en je weet niet wat de uitkomst daarvan is.

Je moet voldoende zicht hebben op de werking van karma en dharma om het gevaar ervan te zien, om te weten dat je karmisch vast zit en geconditioneerd bent, en om te

voelen dat de redding te vinden is in dharmaterrein. Je moet je laten informeren door de dharma, en niet eigengereid een stuk reserveren waar jij het zelf wilt bepalen.

Hoe voel je betrouwbaar genoeg dat de tijd rijp is om je te kunnen laten bewegen door de dharma?

Het is fijn als je betrouwbare begeleiding hebt. Het is fijn als je beschikt over een diep en zuiver vertrouwen. Die twee componenten vind je eigenlijk in alle spiritualiteit als basis: je eigen hart en het onderricht.

Is er ook nog waakzaamheid nodig?

Waakzaamheid is een actievere kwaliteit, maar die vóóronderstelt eerlijkheid, oprechtheid. Dit heeft weer te maken met vertrouwen en betrouwbaarheid. Maar oprechtheid is niet iets wat jij kunt veroorzaken, dat is niet aan jou - de bron van echtheid is onze verbinding met waarheid: waarheidsbesef en -liefde is de enige borg voor oprechtheid.

Zolang je karmisch ondermijnd wordt door valsheid en daardoor de mist in gaat, dan moet je daar doorheen. Pas wanneer jouw echtheid stevig genoeg wordt, is echtheid je basis om mee te gaan werken. Op grond daarvan zul je je dan ook gaan herkennen in het onderricht op een directe, betrouwbare manier, dus zonder veel projecties. Projecties zijn eigenlijk slechts bedoeld om jezelf te bevestigen en werken heel wankel, heel afhankelijk makend, als je niet oppast.

Je ziet dit in een herkenbare vorm terug bij sektes waar volgelingen zich ongezond afhankelijk maken van de goeroe. Daar is sprake van een verslaving, een betovering. Als je projecteert via de leraar, is het moeilijk om het onderscheid te maken tussen zuiverheid en belangen. In onszelf is het projecteren - een wereld, een identiteit - ook tot een verslaving, een sterke gewoonte geworden. Daarom is eerlijkheid nodig om dit te doorbreken.

Wanneer is het gebruik van een onconventioneel middel door een leraar geoorloofd? Kun je ergens aan zien of het in dienst staat van de dharma of dat het vooral hem- of haarzelf dient?

Dit is altijd een lastig thema. Je moet als leraar op zijn minst een voldoende ruim terrein van positief karma bestrijken om je wat vreemder gedrag te kunnen permitteren. In Japan heb je zenleraren die in de rosse buurt actief zijn, Ikkyu was zo'n voorbeeld. Ook de Koreaanse zenleraar Wonhyo uit de zevende eeuw opereerde op allerlei onverwachte manieren. Sommige Tibetaanse leraren gebruiken stevige en kleurrijke methodes.

Maar uiteindelijk zijn alle vormen inzetbaar natuurlijk - ze moeten alleen betrouwbaar gehanteerd worden.

Zen heeft een beetje het aura van vrijpostigheid, in het verlengde van het onconventionele: mensen op onverwachte manieren wakker schudden. Zoiets heeft

KOAN

Kuei-shan en IJzervreetster Liu

IJzervreetster Liu ging naar Kuei-shan.

Kuei-shan zei: "Zo, ouwe koe, daar ben je dan!"

Liu zei: "Morgen is er een dorpsfeest op de Taiberg, kom je ook, leraar?"

Kuei-shan ging liggen.
Liu vertrok onmiddellijk.



Kuei-shan (771-854), tijdgenoot en medeleerling van Huang-po, leerling van Pai-chang, was één van de stichters van de Kuei-yang school.

The Blue Cliff Record, koan 24
Book of Serenity, koan 60

ook risico's. Je moet zoiets alleen doen als het nodig is, dus als het je toekomt en als je het kunt hanteren.

Hoe buitennissiger de vormen die je hanteert, hoe sterker je moet zijn. Hoe dieper negatief karma je wilt verhelpen, hoe sterker je hart moet zijn.

Je moet er in elk geval geen doel op zich van maken, het heeft geen meerwaarde. Als je ertoe gebracht wordt, hoop ik dat je sterk genoeg zult zijn om het zuiver te hanteren.

Als leerling of volgeling kun je dan niets anders doen dan vertrouwen op de zuiverheid van je eigen hart om te kunnen voelen of de expressie van een leraar klopt. Want als je een leraar hebt gevonden en je geeft je aan hem of haar over, is het dan alleen nog maar kloppend wat er gebeurt?

Je gaat met een leraar een verbintenis aan, terwijl je je nog bevindt in karma-terrein. Dat is precair. De leraar moet die relatie serieus nemen en goed verzorgen. De leerling op zijn beurt moet, in het besef van de eigen rijping, de betrouwbaarheid steeds steviger toetsen. Steeds definitiever ook, en daarmee is toetsing steeds minder frequent nodig.

Dit gaat vanzelf zo. In het begin is het: ogen open, kijken, voelen, leren, de juiste houding vinden, om te kunnen beoordelen of het past, of het helpend is. Maar heb ik als beoefenaar uiteindelijk op die manier grondig getoetst en steeds opnieuw bewezen gekregen dat ik tot op het diepste niveau betrouwbaar, liefdevol en vrij word ondersteund, dan blijft er geen

enkele reden over om in deze relatie iets raars te verwachten. Als de argwaan zo is opgelost, dan kan het overgaan naar onvoorwaardelijk vertrouwen.

In een totaal natuurlijk uitgerijpte spiritualiteit hoeft er nergens een persoonlijke maatregel meer te worden genomen. Alle routes en mogelijkheden liggen dan open; dit wordt mooi geïllustreerd door de connectie die de non IJzervreetster had met haar leraar Kuei-shan. Toen hij haar eens begroette met "Ha, ben je daar weer, ouwe koe!" keerde zij zich rustig om en vervolgde haar vrije, door het leven vervulde weg.

In de tantra-tradities kunnen mensen behoorlijk moeite krijgen met de speciale samaya-geloftes [2] die zij afleggen. Deze geloftes zijn gekoppeld aan rituelen, en vormen een diepgaande verbinding met de leraar en met de traditie. Als in deze diepe identificatie een breuk ontstaat, dan kan dat heel problematisch worden voor de betreffende leerling. Er zijn grote drempels om deze geloftes los te kunnen laten - mocht dat noodzakelijk voelen - vanwege de versmelting op identiteitsniveau.

Zijn zulke diepe verbindingen op die manier nog steeds bevrijdend?

Het zijn voorbeelden van stevige upaya (heilzame middelen), een stevige invulling van spiritualiteit op een subtiel energetisch niveau. Ik heb onvoldoende zicht op het precieze gebruik ervan om daar veel over te kunnen zeggen. Feit is dat de term 'upaya' gemakkelijk gebruikt kan worden als legitimatie van allerlei wangedrag. Maar met dit materiaal en met dit onderwerp hebben we voor mijn gevoel het terrein van de eenvoud verlaten. De wijsheidsweg moet een karakter hebben van rechtstreeksheid en noodzaak, er moet niet al bij voorbaat van alles aan vast hangen. Ik geloof in het dharmakarakter van bevrijding: kaal en zuiver, de eenvoud van de oorsprong. Die werking is onpersoonlijk en universeel. Het is dezelfde grote substantie-werking die ook bij de Boeddha heeft plaatsgevonden en die overal, in alle mensen plaatsvindt. We hoeven dit niet in een cultuur te plaatsen of in een modern jasje te steken.

Niet gebonden aan tijd, cultuur of specifieke methodes, kan waarheid door iedereen worden gerealiseerd. Zodra het complex wordt gaat men opleidingen organiseren of allerlei vaardigheden ontwikkelen; dat strookt niet met het universele karakter van waarheid. Complexe geesten moeten juist bescheiden worden, en eenvoudige geesten zullen op grond van interesse en devotie hun kracht vinden. Waarheid heeft niets met scholing of cultuur te maken.

Methodes komen voort uit de waarheids-expressie van een leraar. Dit kunnen eenvoudige maar ook complexe methodes zijn.

Het gaat erom dat de weg niet per se cultuurelementen veronderstelt. Jij als beoefenaar bent niet per se gebaat bij complexiteit. Eenvoudige geesten staan dichter bij verwerkelijking dan geesten met veel lading, veel conceptualisatie en attributen. Het is een bekend gegeven dat intellectueel ingestelde personen meer moeite hebben om de werkelijkheid te herkennen dan de eenvoudiger medemensen. Alles moet toch

worden losgelaten, met name in meditatie: dat is de manier waarop onze ware aard wordt blootgelegd.

De eenvoudig toegewijde mens heeft ook veel meer directe zeggingskracht en hangt kernachtiger samen, heeft niet zo'n brede stroom nodig om de volheid te kunnen pakken. De adel van hartsbewustzijn zit hem veel meer in het niet-corrumpere van de natuurlijke aard van mens-zijn dan in het neerzetten van een stevig kloppende persoonlijkheid.

Blijft er nog een verschil over in de mate waarin eenvoud belichaamd wordt?

Uiteindelijk komt alles samen in eenvoud. Sommige mensen hebben een langer pad terug naar de eenvoud, bij anderen gaat dat directer. Door de omslachtige route die ikzelf heb afgelegd, voel ik grote waardering voor eenvoud. En zie ik het risico van complexiteit: de nietszeggendheid van het maakbare, het benoembare, het cognitieve.

De waardering voor eenvoud helpt bij het loslaten van gelaagdheid en gewichtigheid. Maar dit is niet zomaar even een receptje: het is zicht hebben op het karakter van de dharma. Dit inzicht speelt zich niet af op intellectueel niveau, het is een oerbefes van het bestaan zelf. Een component van wijsheid in ons hart, in ieder hart.

Is dit wat je bedoelt met 'de dharma begrijpen'?

'De dharma begrijpen', 'jezelf serieus nemen', 'voelen wat de bedoeling is': het verwijst allemaal naar de rechtstreekse werking van de eenvoud van het hart. Het is het onpersoonlijke bewustzijn, de innerlijke substantie die ons heel betrouwbaar helpt goed de weg te bewandelen door zijn werking via alle elementen van goedheid die we in ons dragen. We moeten alleen de valsheid, de onechtheid zien kwijt te raken, datgene waarmee je jezelf tegenhoudt: dingen belangrijk maken die niet nodig zijn, die je ondermijnen en vastzetten. De valsheid overstemt dan de signalen van je hart.

Er zijn illusiesignalen en werkelijkheidssignalen, Mara of Boeddha. Je ziet de betovering van illusie werken in jezelf. In dezelfde mate kun je het ook zien werken bij anderen.

Je weet inmiddels uit eigen ervaring hoe weinig dit oplevert en hoe je erdoor gescheiden blijft van volheid. Hoe meer je die tweepoligheid herkent, hoe liever je de volheid van de verticaliteit, van de grote pool steeds opzoekt, en hoe minder je wilt blijven hangen in het sublimeren van je kleine, op de wereld georiënteerde pool.

Wat doet ons de valse volheid van horizontaliteit sublimeren?

In het begin is er sprake van allerlei karma dat we ons toe-eigenen, condities dus waarmee we ons identificeren. Dan zijn we zo blind, dat we de illusie hebben van een ik-personage dat zich kan meten met waarheidswerking. Je hebt zelfs geen idee dat waarheidswerking wel eens reëler kan zijn dan jezelf. Naarmate je ziet dat je niet over wijsheid beschikt en dat er waarheid is die groter is dan jij, ga je die verhouding verleggen. Dan ga je onderzoeken wat waarheid is en zien dat bewustzijnswerking veel

betrouwbaarder is dan ik-werking. Dan verschuif je al je gezag naar dharmawerking, en word je een ontvangstation ervan.

In die mate waarin jij nog karmische blindheidsrestanten in je systeem hebt, koester je de illusie dat jij de dharma toestaat jou schoon te spoelen. Maar bewustzijn doet zelf voortdurend dit werk en bedient ons optimaal in alle wijsheid en liefde.

Dat is wat bewustzijn doet: bewustzijn maakt bewust, dat wil zeggen, faciliteert bewuste beleving. Bewustzijn zal alle resterende behoefte aan projectie, meting of houvast, of gevoeligheid voor irritatie en dergelijke, manifesteren om het vrij te krijgen. Daarbij werkt jouw achtergrondintentie om je te voegen naar die intrinsieke en bevrijdende werking, en die intentie is de garantie dat je niet bedrukt raakt door die zuiveringsspoeling, maar deze steeds als heilzaam ervaart. Alles wordt uiteindelijk steeds meer dharmawerking, je gaat steeds meer potentie zien.

Gaandeweg ervaar je de reflectie van de spoeling naar buiten toe niet meer als valse voeding voor het ik-materiaal. Noch het zien van het vastzitten, noch de kleinheid van een bevestiging dat de ander net zo vastzit als jijzelf, zegt iets over hoe je ermee omgaat: niet wát je waarneemt, maar hóe je waarneemt is bepalend. Het gaat om hóe je het beleeft, om het bevrijdend verlangen dat gewekt wordt: bodhicitta.

Die spoeling heeft nog steeds iets van dualiteit en proces: 'ik' word gespoeld door bewustzijn.

In de energiesfeer hebben we het over een oceaan waarin we spoelen. We zijn ademende oceaandraakjes. Dit is een vrij massief en dynamisch beeld, en in je meditatie tegelijk fijn krachtig en zuiverend. Maar geest, bewustzijn, is veel wonderlijker nog, veel verfijnder. In essentie beweegt het niet, terwijl het alles voorziet. Een alom aanwezig, ragfijn vliesachtig iets; er is geen plek waar het niet is. In alle wezens is die kracht op dit moment aanwezig, er vindt processing plaats en groei. Iedereen is bewustzijnsontvanger en wordt gewekt, nu in ditzelfde moment. Dit is zo'n levendig, zo'n onvoorstelbaar vermogen.

Je kunt nergens eruit stappen en de oorsprong aanwijzen. De verbinding zit ergens in jezelf, terwijl je er niet exclusief over beschikt. Je moet het doen met het precaire verbindingsdraadje dat we hebben, dit lichaam. Dit moeizaam biologisch-psychologisch werkstationnetje.

Kun je helemaal vrij zijn zolang je dit lichaam hebt? De Boeddha gaf aan het einde van zijn leven de levenswil volbewust op, volgens de soetra's [3]. Vóór die tijd was er dus nog sprake van een levenswil. Is dat een vorm van gebondenheid?

Nee, dat was een vrijwillig verhaal, zoals dat ook geldt voor veel zenleraren: zij kiezen zelf min of meer hun moment van sterven. Er is hier geen sprake meer van gehechtheid, maar van wijs inzicht: "Het is goed geweest". De levenswil van een boeddha komt voort uit het volgen van de universele bedoeling. Een bodhisattva kiest ervoor om ergens werkzaam te zijn, vanuit een connectie met een omgeving, die hem die specifieke vorm doet aannemen. Net zo eindigt die vorm ook ergens.

Je kunt het begrijpen als je ziet dat er geen verschil is tussen jouw vrijheid en dharmavrijheid. De bedoeling is vrij; jij bent een ontvanger maar je verschilt niet ervan. Je kunt de bedoeling niet beamen of je ertegen verzetten. Er zijn geen opties.

Daarbij: er is iets belangrijkers dan de vorm blijven manifesteren. Onze aanwezigheid in de wereld is geen heilige graal, ook al bakenen we dat snel zo af: we willen ons wel voegen naar hoe het vorm krijgt, als het maar vorm krijgt. Maar ook dat is een verenging. Het is veel meer de vraag: kom ik toe aan de taak die moet gebeuren, in welke vorm dan ook?

Dát is waarom het menselijk leven als kostbaar wordt gezien: om de bevrijdingsgelegenheid van ontwaken.

Als je bevrijd hier rondloopt, is het dualisme verdwenen. Je bent dan alleen maar instrument. Als de taak moet gebeuren door te verdwijnen, dan doe je dát. Leven en dood zijn dan niet meer verschillend. Het gaat om het onderzoeken van de realiteit van waarheid, wat betekent dat je gaat zien: waarheid is dus niet hetzelfde als de wereld, de wereld is hoogstens een verwijzing naar waarheid, een hulpmiddel om waarheid te ontdekken dankzij de pijnlijke contrastwerking tussen buiten en binnen. We zijn natuurlijk allemaal zoekende naar waarheid: iedereen heeft dat als centrale, noodzakelijke, eenvoudige opdracht, als hartsmotief.

Kun je leraar zijn als je zelf nog zoekende bent?

Dat denk ik zeker. Je kunt gradueel leraar zijn parallel aan je eigen rijpingsgraad en die van je leerlingen. De basis is oprechte interesse in waarheid en oprechtheid als persoon. Wil je een betrouwbaar leraar zijn, dan zul je het onderwerp belangrijker moeten maken dan jezelf. Jij als leraar moet niet centraal staan maar het materiaal, en in dit geval is dat waarheidsvinding. Ten tweede moet je oprecht oog hebben voor de ander, de leerling. Hoe minder rijp je bent, hoe meer dat gebied wordt gevuld door jezelf. De restructuur is dan beschikbaar voor de ander.

In de vroegrijpe, jonge leraar is de hoeveelheid blindheid misschien nog vrij groot, maar als hij of zij oprecht is, kan waarheid in de ruimte eromheen bediend worden en zo kunnen de mensen ook bediend worden. Langzaam slinkt het ik-verhaal en komt de potentie vrij.

Vraagt betrouwbaar leraarschap openheid van de jonge leraar over zijn blindheid, over waar hij staat?

Aparte maatregelen en signalen houden geen stand; vanwege het organisch karakter van oprechtheid mogen die niet te veel gezag krijgen. Leraarschap moet in elk geval vrij blijven van elke vorm van profilering. Je moet vooral investeren in de organische coherentie van jouw mens-zijn, ook al is het onrijp. Er is maar één grondhouding die in toenemende mate stabiel wordt: waarheidsliefde en waarheidsbesef. Het klinkt wel eenvoudig, maar het is wonderlijke materie. In het begin maak je van waarheid een leugen, een conditie, een object. Daar is het afwachten of je die illusie

kunt doorbreken, of waarheid jou kan onteigenen en of je je durft te onderwerpen aan de werking ervan.

Zie je het wonder en ga je er vervolgens niet mee op de loop? Er is een risico dat je vanwege de blindheid vatbaar bent voor het verkeerd hanteren van de dingen, zelfs van de dharm. Als je dit risico ziet, word je bewust terughoudend.

Oprecht geïnteresseerd in waarheid blijf je bij de gronddrijfveer: realisatie van jezelf. Alles wat je doet, is oefenen in dienst van deze realisatie. Alles is leren: hoe kan dit helpen om te bevrijden? En alleen in de mate waarin je verder kunt loslaten in dit bevrijden kun je anderen helpen - niet door doelgericht te gaan werken in een sfeer van een bonus of verdienste, dat anderen dankzij jou minder zouden hoeven lijden.

Wat je nu zegt laat zien dat door alles te hanteren in dienst van je eigen bevrijding, de omgang ermee juist belangelozer wordt. Hoe werkt dat?

In het begin werkt het frustrerend, omdat het accent zo op jezelf ligt. Je wordt je dus sterk bewust van jezelf, zoals dat gaat met alle oefenen. Tegelijkertijd verplicht het je om onpersoonlijk te worden, om de kracht te vinden om daar dan maar mee te werken. Dat maakt je betrouwbaar, veel betrouwbaarder dan een valse stevigte aan de voorkant met daarachter een gammel, nietszeggend verhaal.

Als je dit kunt voelen, kun je die conclusie definitief trekken, en heb je een kostbare opstelling, een levenshouding waar je altijd op kunt terugvallen.

Zo'n conclusie voelt als een dharmadruppel.

Er is een mooi beeld in de Lotus-soetra [4] van de dharmaregen. Deze destilleert

**“OPRECHT GEÏNTERESSEERD
IN WAARHEID BLIJF JE
BIJ DE GRONDDRIJFVEER:
REALISATIE VAN JEZELF.
ALLES WAT JE DOET, IS
OEFENEN IN DIENST VAN
DEZE REALISATIE. ALLES
IS LEREN: HOE KAN DIT
HELPEN OM TE BEVRIJDEN?
EN ALLEEN IN DE MATE
WAARIN JE VERDER KUNT
LOSLATEN IN DIT BEVRIJDEN
KUN JE ANDEREN HELPEN.”**



tot een druppel in het hart en bevrijdt ons van daaruit. Het is de superfijne regen die je helemaal doorweekt, waarover ook Suzuki roshi spreekt. Deze trekt naar binnen en kristalliseert daar tot een bewustzijnsdruppel. Die voelt heel klein, maar als je 'erin gaat zitten' verliest hij zijn omvang. Dat heeft te maken met zijn oorsprong, met zijn aard: dharmium.

De eenvoud en consistentie van de weg heeft veel te maken met het oorspronkelijk karakter van bewustzijn, van wat we zijn dus. Oorspronkelijkheid is hier niet bedoeld in de zin van terugkeren naar de bron, maar het is de aard van de dharmia: ongeboren kan het niet gecorrumpeerd worden.

Dus de dharmia ontwikkelt zich niet, het beweegt niet: het is oorspronkelijk.

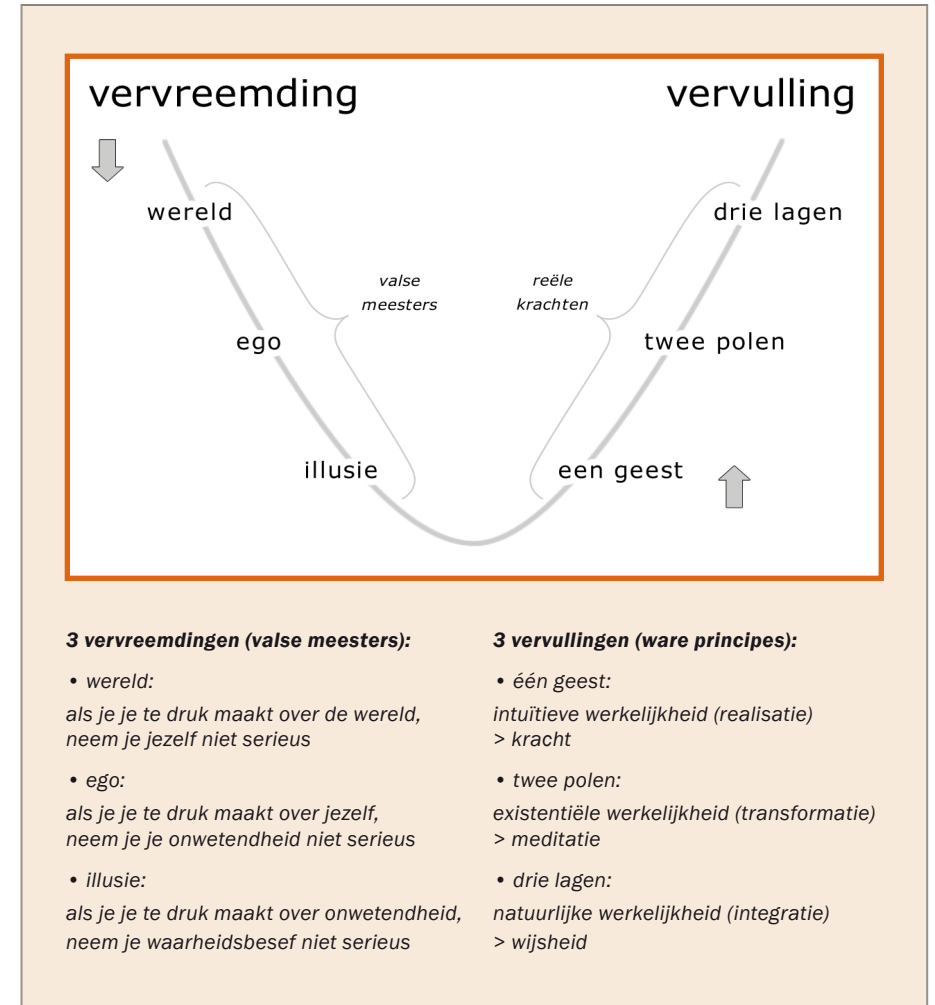
Dit je bewust zijn van die oorspronkelijkheid kun je gebruiken in meditatie. Als je je geest zo navoelt kun je een diep oorspronkelijk zuivere werking, een goedheidswerking voelen als de aard van de substantie die je bent. Het is zoals het doorwasemd laten worden door zodanigheid of waarheid [5].

Het voelt wat verschillend van het afpellen van het ik, zoals Bassui dat doet in zijn meditatie-aanwijzingen in de 'Dharma-rede over de ene geest' [zie p.18 in deze Stiltijding].

Je zou kunnen zeggen dat Bassui dit vanuit de karmakant benadert. Wat wij zojuist bespraken, was een benadering vanuit dharmawerking. Het is wel belangrijk dat je, in dharmia werkzaam, niet zo ver weg bent dat je geen oog meer hebt voor de verschijnselen waar je mee te maken hebt, dus dat je niet wegdwaalt of dissocieert. In meditatie moet de oprechte wijsheidsgeest de illusies begeleiden naar verstillig. Daarom is er in het begin even die dynamiek, dit is wat moet gebeuren: karma moet definitief gestild worden. Steeds op eenzelfde betrouwbare manier komen de verschijnselen in aanraking met diezelfde wijsheid. Hoe je het ook ervaart: als er problemen komen, vertrouw je op de werking van dharmawijsheid om het op te lossen.

In de lange leerredes komt een passage voor waarin het de Boeddha, wanneer hij in samadhi verkeert, ontgaat dat er duizenden karren met ratelende wielen voorbij komen. Toch was hij in vol bewustzijn. Hoe rijm je dat met oog hebben voor de verschijnselen in het zitten?

Als iets je ontgaat, dan bestaat het niet voor je. Er bestaat in de vormensfeer op dit moment ontzettend veel niet voor ons! (lacht) Dat mag ook. Als je vormen maar kunt laten ontstaan zodra ze aandacht vragen. Je moet het hele gebied van leegte en vorm kunnen bestrijken. Vraagt iets geen aandacht, dan hoeft je je aandacht er ook niet naar uit te laten gaan. Dat gezegd hebbend: wat bepaalt eigenlijk wat er aandacht vraagt? Misschien heeft de boer tegen de Boeddha geroepen: "Hé, kun je niet even helpen in plaats van daar wat zitten te suffen?" Blijkbaar is dat niet het gezagssignaal dat aandacht kon opvragen bij de Boeddha. Dus wat bepaalt bij ons nu wat aandacht krijgt? Dat is moeilijk.



Maar er is ook een achtergrond werkzaam intussen, de kracht van bewustzijn. Het is een heel wonderlijke rimpeling die door dat werkelijkheidsvlies trekt, een rimpeling van interactie: verschijnen en verdwijnen. Als een bries over een stil wateroppervlak, die allerlei kruisende lijnen veroorzaakt op dat oppervlak, maar eronder gebeurt eigenlijk heel weinig.

Hoe zie jij dat: is datgene waar je aandacht naar uit gaat hetzelfde als wat jou beweegt?

Het water voelt dat de wind aanwezig is, nog voordat het rimpelt. Water dat luistert naar de wind. Maar het is één substantie natuurlijk; vorm kunnen aannemen en verstillen is geen verschil. Het is dezelfde geest die werkt naar buiten in vorm en naar binnen. Het kan niet verklaard worden of in een model gegoten. Maar door het te blijven naspeuren neemt de waardering voor de wonderlijkheid ervan steeds verder toe. En wij maar denken dat de wereld zo interessant is!

Dus, verder naspeurend: werking van hartsbewustzijn is substantie van geest en hart, of werking van inzicht en devotie, van wijsheid en liefde. Die twee kanten zijn tegelijkertijd werkzaam, het is een concretere uitleg die bedoeld is om interesse te

Dharma-rede over de Ene Geest

Of u werkt of rust, houd nooit op met te proberen tot inzicht te komen in wie het is die hoort. Zelfs als uw vragen bijna onbewust wordt, zult u datgene dat hoort niet vinden, en zullen al uw inspanningen op niets uitlopen. Toch kunnen er geluiden worden gehoord, ga dus verder uzelf af te vragen tot op een nog dieper niveau.

Tenslotte zal elk spoor van zelfbewustzijn verdwijnen en zult u zich voelen als een wolkenloze lucht. Binnenin uzelf zult u geen 'ik' vinden en u zult ook niemand ontdekken die hoort. Deze Geest is als de leegte en heeft toch geen enkel plekje dat men leeg kan noemen. Deze staat wordt vaak verkeerdelijk opgevat voor Zelf-verwezenlijking, maar blijf uzelf nog intenser afvragen: "Wie is het nu die hoort?"

Als u zich steeds dieper in deze vraag inboort, u niet bewust van al het andere, zal zelfs dit gevoel van leegte verdwijnen en zult u zich van helemaal niets meer bewust zijn - een totale duisternis zal er heersen. (Houd hier niet op, maar) blijf uit alle macht vragen: "Wat is het dat hoort?"

Pas wanneer u het vragen volledig hebt uitgeput, zal de vraag openbarsten: en u zult zich nu voelen als een mens, die teruggekomen is uit de dood.

Dit is de ware bewustwording. U zult de Boeddha's van alle heelals zien van aangezicht tot aangezicht en alle Patriarchen uit verleden en heden.

Test uzelf met deze koan:

Een monnik vroeg Joshu: "Wat is de bedoeling van Bodhidharma's komst uit het Westen?"

Joshu antwoordde: "Die eik daar in de tuin."

Zou u bij deze koan de geringste twijfel hebben, dan moet u weer gaan vragen:

"Wat is het, dat hoort?"

*Uit Bassui's Dharma-rede over de Ene Geest
Volledige tekst in: De Grote Kwestie, p.221*



wekken voor verinnerlijking. Uiteindelijk is het voor verwerklijking niet zo bruikbaar om te blijven detailleren en differentiëren; het is meer didactiek van de beginfase. Voor rijpere beoefenaars is juist de eenvoud vóór alle didactiek, vóór alle woorden het meest interessant. Dat is waarnaar Bassui ook verwijst: alles wat ik zie heeft nog steeds kenmerken en krijgt weer opnieuw betekenis; ik moet me dus nóg dieper openen.

Dan kom je dus bij het loslaten van karma en toelaten van dharma.

Niks hoeven - niks hoeven is wat ons in verbinding brengt met volheid. Vreemd genoeg: alles valt weg, je krijgt alleen maar leegte voor je kiezen, er blijft niets over - en toch heeft het met volheid te maken. Als je oprecht oefent zul je voelen dat dit geen abstractie is, want je hele systeem opent zich en vindt zijn samenhang.

Wat er gebeurt is heilzaam en betrouwbaar, het is gedekt conform het onderricht en conform mijn eigen intentie, er is niks hier dat door mij wordt veroorzaakt. Dharmawerking is wat het systeem activeert. Zo weet ik dat het de totale realiteit betreft.

Vervolgens moet ik het vertrouwen bewaren dat alle effecten ten goede zijn, ook als het heftig is of stilvalt. Zo kom je in een hele intieme dialoog met waarheid terecht waarin jij jouw kleine stem uiteindelijk laat wegvallen en waarheid gewoon zijn gang kan gaan. Dit is een variant van de interne dialoog die we steeds hebben draaien tussen de kleine en grote pool in ons. De grote pool wordt waarheid, en kleine pool probeert grote pool in te nemen, als een soort laatste stuip trekking van het ik. Uiteindelijk gaat het ik de mond houden en zal de dialoog stoppen en is er alleen maar luisteren. Na een tijdje luisterend aanwezig te zijn word jij je ook daarvan weer bewust en zo vraag je je steeds wanhopiger af: waar ben ik toch mee bezig, wat zoek ik in godsnaam nog steeds?

Dus laat je weer los en verwelkomt het leven nóg definitiever.

Een sterk stuk van Bassui.



[1] Zie artikel op p.28 in deze Stiltijding

[2] Meer informatie over samaya: <https://en.wikipedia.org/wiki/Samaya>.

[3] Janssen en De Breet. *De verzameling van lange leerredes*. Rotterdam, 2001, p. 356 (De grote leerrede over het uiteindelijk nirvana)

[4] Lotus-soetra citaat: "Ik laat de dharma-regen vallen en doordrenk er de wereld mee, zodat alle wezens gebruik kunnen maken van deze enkelvoudige dharma." (Hurvitz, Leon: *Scripture of the Lotus Blossom of the Fine Dharma*. New York 2009, p. 101)

[5] Doorwaseming (Sanskriet: 'vasana', vergelijk het Nederlandse 'wasem') is een begrip uit 'De kracht van vertrouwen', een tekst van Ashvagoshā, vertaald uit het Engels door Ad van Dun: <http://stiltijdharma.nl/2016/de-kracht-van-vertrouwen/>

OUD NIEUWS

In lichte oudheid ontmoette ik
mijn grootste held - hij zei
ik zal huilen van vreugde
zodra jij mijn huid doorboort
en ons niet langer propageert
als bijzondere levenssoort

sindsdien laat mijn hart
van toewijding en verlangen
me herinneren aan die normaliteit
door alle leven te zien ademen
in oogopslag na oogopslag
bewogen waarheidswerking

zo treed ook jij mij binnen
en groeten wij elkaar volwaardig
voordat het rooster wordt verkondigd
waarmee het reinigen begint
als kaalslag rond de volheid
van ons nooit geboren bestaan

nu mettertijd blijkt dat niemand
rechtspreekt over motief of methode
zolang de stroom diep gloeiend
ieder sterfelijk weefsel smelt
buig ik des te respectvoller
voor wat ik ooit te horen kreeg.



Wonderlijke schenking

DOOR LAURA HAAST

De eerste transcendente kwaliteit (paramita) van een bodhisattva is dana: vrijgevigheid of ruimhartigheid. Als je dit bewust inbrengt in je oefenpraktijk gebeurt er van alles, zo is mij duidelijk geworden. Bij vrijgevigheid denk je misschien in eerste instantie aan materiële dingen, echter voor het openen van je hart is het belangrijk dat je ook je aandacht schenkt, je vertrouwen, je tijd en vriendelijkheid, dat je wenst te helpen op wat voor manier dan ook zonder er iets voor terug te krijgen; en dat je bereid bent je hechtingen op te geven, je verlangens, je houvast en oordelen, zodat je in staat bent om je te openen. Het is onbeperkt wat je geven kunt. Ten overvloed: het is niet de bedoeling om dit onbezonnen en tomeloos te doen. Je kunt je zelfs afvragen of dit zonder wijsheid wel meedogend is.

De aanzet voor mij om dana te beoefenen was de intentie om mijn inzet en toewijding te willen geven aan de bedoeling (van het leven). Tevens begon het mij te dagen hoe ik geregeerd word door mijn voor- en afkeuren.

Wat er gebeurde: ik besloot van werkplek te veranderen. Omdat ik lange tijd hard gewerkt had, wilde ik een rustige en prettige (hoi ikkie) werkomgeving, zodat ik wel mijn kost kon verdienen, maar ook voldoende tijd en ruimte had voor mijn ontdekkingsstocht naar waarheid. Dit bepaalde mijn keuze, maar tot mijn eigen verrassing kreeg ik precies het tegenovergestelde... Het aantal werkuren bleek overweldigend veel te zijn en bovendien zaten er nogal wat behoorlijk onaangename aspecten aan deze werkplek vast. Wat nu? Verder hoppen?

Ad spoorde mij aan om niet horizontaal te zoeken, maar rechtop te gaan staan. Met andere woorden: een andere houding te zoeken om met datgene wat de werkelijkheid aanreikte om te gaan. Het duurde even voordat het kwartje viel, maar ik ben Ad blijvend dankbaar voor dit geschenk. Mijn weg willen duwen van deze onprettige situatie, maakte plaats voor een aanvaarden ervan: "Oké, ik probeer er het beste van te maken."

Niet lang daarna werd er een extra beroep op mij gedaan: "We (het werk) zijn in een netelige situatie terecht gekomen, wil jij het oplossen?" Ik had er gemakkelijk onderuit kunnen komen, want werelds gezien was het niet terecht dat dit op mijn bordje belandde. Ik besloot de onaangenaamheid van de klus volledig terzijde te schuiven. Ook de wereldse manier van denken over wiens verantwoordelijkheid dit was, schoof ik terzijde. Wat is hier wijsheid? Hoe is deze situatie het beste gediend? Ik kwam tot de conclusie dat iedereen erbij gebaat zou zijn als ik deze taak zou oppakken.

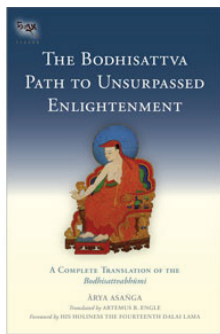
En wat mijzelf betrof: wilde ik voorheen bepaalde verantwoordelijkheden omzeilen, sinds de laatste retraite was er iets veranderd. Er was besef gekomen dat alleen ik verantwoordelijk ben voor mijn eigen leven en dat ik dus die verantwoordelijkheid ook nemen moet. Het leek wel of het universum geen tijd verspilde om me op dit punt te testen.

Het aangaan van de opdracht voelde puur als een bereidheid tot geven omwille van het geven, omwille van het dienen. Mijn voornemen was om alles zo goed mogelijk te doen en verder mijn vertrouwen aan het leven zelf te geven zodat er gebeuren kon wat er gebeuren moest, afliep onbekend. Door mijn sympathieën en antipathieën ondergeschikt te maken en door de oprechtheid van de intentie, bleek er een opening te ontstaan voor verbinding met hartskwaliteiten zoals zuiverheid en onbaatzuchtigheid. Er werd moed aangesproken, inlevingsvermogen en vertrouwen. Daarnaast voelde het ook naakt en kwetsbaar: ik weet niets, ik doe alleen mijn uiterste best. Vreemd genoeg was dat ook een prettig gevoel, het droeg een component van openheid en overgave in zich.

Nu ik geproefd heb van een andere, waardigere opstelling, vind ik het steeds minder interessant wat de uitkomst van al mijn handelen is en of het als goed of fout beoordeeld wordt. Het is duidelijk geworden dat het je laten leiden door voor- en afkeuren, betekent dat je de karmaketting om je hals laat zitten. Laat je echter deze kleinheid voor wat het is en vind je de juiste intentie, dan vallen er glimpen van andere belevingswerelden binnen. Geven blijkt geen weggeven, maar juist een verrijking voor iedereen, inclusief jezelf.

Ben je oprecht en zuiver in het geven, dan hoor je ook de bron aan waar alles ligt te wachten tot jij het eindelijk laat doorstromen. Van binnen naar buiten, op de stroom van geven en ontvangen die dezelfde stroom blijkt te zijn. Hoe mysterieus werkt het leven!





Het pad van de bodhisattva naar onovertroffen verlichting

The bodhisattva path to unsurpassed enlightenment

Arya Asanga (2e-3e eeuw n.C.)

Een bodhisattva die behoort tot de spirituele stamboom van het Grote Voertuig wekt de gedachte aan het bereiken van onovertroffen ware en complete verlichting.

De bodhisattva die deze gedachte gewekt heeft, wijdt zichzelf aan het bereiken van zijn of haar doel en dat van anderen. Degene die zich wijdt aan het bereiken van zijn doel en dat van anderen, leert hoe men kan vermijden verwickeld te raken. Degene die niet verwickeld raakt, leert hoe men kan vermijden vermoeid te raken. Degene die niet vermoeid raakt, leert hoe men zijn of haar bron van verdienste kan vermeerderen. Degene die zijn of haar bron van verdienste vermeerdert, bereikt uiteindelijk onovertroffen ware en complete verlichting.

Degene die de beoefening volgt waardoor de realisatie wordt bewerkstelligt van iemands eigen doel of dat van anderen en daarbij de methodes hanteert waardoor men verwickeling voorkomt, waardoor men vrij blijft van vermoeidheid, waardoor men zijn bron van verdienste vermeerdert en uiteindelijk streeft naar het bereiken van verlichting, wijdt zich vanaf het prilste begin volledig aan de diepgaande en uitgebreide onderwerpen. Degene die zich volledig wijdt aan deze onderwerpen zal ze zich eigen maken. Ze zich eigen gemaakt hebbend, zal men ze zowel onderwijzen aan anderen en ernaar streven om ze te bereiken door de eigen beoefening.

Wanneer men ernaar streeft om ze te bereiken, beoefent men zich op welke manier dan ook, in verhouding tot welk object dan ook, en omwille van welk doel dan ook dat men moet oefenen. Terwijl men zo voortgaat, in verhouding tot dat object en met dat motief, beoefent men elke mogelijke manier die leidt tot de verzameling van verdienste en van wijsheid. Degene die verdienste en wijsheid heeft verzameld, beoefent de methode waarmee men kan vermijden samsara de rug toe te keren. Terwijl men dit beoefent, onderneemt men de taak te vermijden dat men de mentale aandoeningen ontwikkelt tijdens het verblijf in samsara. Terwijl men dit beoefent, onderneemt men de taak te vermijden gehecht te raken aan het eigen geluk. Terwijl men dit beoefent, onderneemt men de taak te vermijden vermoeid te raken door het lijden in samsara.

Terwijl hij vermijdt om vermoeid te raken door dat lijden, vertrouwt een bodhisattva op de innerlijke en uiterlijke onderrichtselementen en wordt iemand die vergeworderd is

in alle onderrichtselementen. Eenmaal bekend met de diverse onderrichtselementen, leert men wat aan wie onderwezen moet worden en hoe dat gedaan moet worden, waardoor men iemand wordt die de wereld kent. Degene die de onderrichtselementen kent en die op deze manier de wereld kent, doet op de juiste manier recht aan de Dharma.

Degene die op deze wijze verbinding maakt met de Dharma, ontwikkelt de capaciteit om alle twijfels uit te bannen die alle levende wezens bezitten. Omdat degene die deze capaciteit bezit zijn verdienste vermeerdert door de twijfels van anderen uit te bannen, zal hij of zij de verzameling van verdienste vervolmaken. En door zijn kennis te vermeerderen, zal men eveneens de verzameling van wijsheid vervolmaken. Omdat men de twee verzamelingen vervolmaakt, zal men zich op een grondige wijze wijden aan de beoefening van meditatie over de spirituele kwaliteiten die bijdragen aan verlichting. Men zal eveneens de juiste methode kennen om vertrouwd te raken met meditatie. Degene die zichzelf op deze wijze heeft ingezet, zal zijn of haar meditatie beoefening wijden aan het bereiken van het volledige nirvana volgens het Grote Voertuig, en niet aan het bereiken van de vorm van volledig nirvana dat wordt nagestreefd volgens de voertuigen van de luisteraars [sravaka] of de solitaire ontwaakten [pratyeka].

De persoon die deze geschikte middelen bezit zal het onderricht dat wordt uitgesproken door alle boeddha's en bodhisattva's onthouden, net als het eerder gehoorde onderricht. Door de kracht van meditatie zal elk aspect van de Dharma-onderrichtingen die iemand niet eerder heeft gehoord eveneens helder worden. Degene die deze kracht van onthouden en deze helderheid van begrip bezit, zal de drie poorten van bevrijding [trimukha] beoefenen met het doel om alle vertroebelingen [kleshavarana en jneyavarana] uit te bannen. Degene die zo oefent zal iemand worden die is gevestigd in het doel om zowel zijn eigen vormen van verkeerde overtuiging en overdreven trots alsook die van anderen uit te bannen. Dit geheel vormt de beoefening van een bodhisattva die uitmuntend is in elk opzicht.



Asanga: Bodhisattvabhumi. The bodhisattva path to unsurpassed enlightenment. Vert.: Artemus B. Engle. Colorado, 2016, p.656-666



Denkgeknetter en roepgetoeter

DOOR MAURICE SCHELLING

Toen ik hoorde dat ik vader werd, wist ik niet zo goed hoe te reageren. Ik voelde een grote onzekerheid ontstaan. Die steekt wel vaker op en altijd zo onaangekondigd ;). Aan het theezakje dat hing te bengelen in de kop thee die ik op dat moment aan het drinken was, zat een etiketje met de tekst "Let this come to you". Toen ik dit las voelde ik mij gerust en vertrouwde intuïtief op het leven. Niet abstract maar levendig en groter dan ik. Hier omheen voelde ik de commentaren van: "Maurice, laat je niet zo afleiden door een tekstje op een theezakje". Laat nu uitgerekend ik door de marketing geopend worden. Bedankt reclamebureau, dat ook jullie onderhevig zijn aan iets groters ;).

Je voelt de lagen van denken, je voelt de lagen van voelen. Je denkt: hoeveel lagen kun je voelen of hoeveel lagen kunnen je denken. Stop - dit is nog maar één laag: de laag van platheid.

Maar soms word je geraakt, en dat was in mijn geval op dat moment het toelaten van iets groters dan mijzelf. Dit roept altijd de vraag op: wat is je best doen? Hard op zoek naar wat? Wat is dat geopend worden? Kun je twee keer geopend worden? Ben ik altijd al open geweest? Deze vragen kunnen een variant zijn van het denken in lagen. Wat is mijn vraag? Moet dit stukje niet verlopen van het vertellen van vader worden naar hoe alles voelt etc. Blijkbaar niet. Schrijf ik nu in vertrouwen?

Een nieuwe alinea na een geheimzinnige witte regel. Ademruimte na het tolleren van de jojo. Hervoel je Maurice, geen eigen toeren maken, maar blijf in verbinding. Altijd op de achtergrond die roepstoeter van het onderricht, die mij in het gareel houdt. Ook bij het schrijven van dit stukje.

LAAT LOS

tekst en muziek: Stiltij

♩ = 75

Chords: C, Bbdim, A7, F, G7, Am, F, G

Lyrics: Waarheid be - weegt niet, a - de - ming kleeft niet, vleesvrucht spreekt niet, laat los... Waarheid be...

The image shows a musical score for the piece 'LAAT LOS' by Maurice Schelling. It features a treble clef, a 3/4 time signature, and a tempo marking of quarter note = 75. The score is divided into two systems. The first system starts with a C major chord and a Bbdim chord. The lyrics are 'Waarheid be - weegt niet, a - de - ming kleeft niet,'. The second system starts with an A7 chord, followed by F, G7, Am, F, and G chords. The lyrics are 'vleesvrucht spreekt niet, laat los... Waarheid be...'. The score includes both a vocal line and a piano accompaniment line.

*Tjee, wat een ruimte
achterwaarts gevonden
wonderlijkheid
waakzaamheidsbel
altijd aanwezig
geklonken
weefsel.*

*Gedicht gemaakt tijdens retraite
Cortils, september 2017*

The image contains a poem titled 'Tjee, wat een ruimte' by Maurice Schelling. The poem is written in a simple, lowercase font. Below the poem is a photograph of a large, dark, textured object, possibly a piece of art or a sculpture, resting on a surface of reddish-brown soil or sand. The background of the entire page is a textured, light-colored surface.

Dharmium: wijsheid als levenshouding

DOOR AD VAN DUN

De wereld staat in brand! En jij staat te lachen.[1]

Waarom hebben we wijsheid nodig? Twee redenen zijn wellicht interessant.

Ten eerste: mijn eigen bestaan voelt niet zoals ik me dat had voorgesteld. Ik heb te maken met onrust, verwarring, afhankelijkheid, behoefte en angst. Allerlei onwenselijke of oncontroleerbare condities lijken mijn leven te dicteren. Kortom: ik zou het fijn vinden als ik de totale kwaliteit van mijn leven kon verbeteren. Wijsheid lijkt me daarbij heel bruikbaar.

Ik doe natuurlijk al levenslang mijn best om gelukkig-zijn te ervaren; al mijn middelen en vaardigheden zet ik daartoe in, heel mijn vrijheid benut ik voor dat doel. Maar blijkbaar zijn er onbekende factoren die me verhinderen deze volheid te realiseren.

De maakbaarheid van ons bestaan lijkt te stoppen bij innerlijke kwaliteiten als wijsheid, gemoedsrust of tolerantie: vertrouwen kan ik niet kopen, de eerlijkheid van een ander kan ik niet overnemen. Wat ik wél kan doen is onderzoeken hoe die gewenste kwaliteiten precies werken; wat is dat: inspiratie, authenticiteit, helderheid, gemoedsrust?

De tweede reden om wijsheid interessant te vinden heeft te maken met mijn omgeving, op kleine en grote schaal. Het houdt me bezig dat ons maatschappelijk bestel veel spanning oproept, veel ongelijkheid en conflict in zich draagt en talloze pijnlijke gevolgen heeft voor grote groepen mensen. Kortom, onze wereld lijkt niet echt te functioneren op basis van wijze en mededogende principes of structuren - en dat zou rechtvaardiger kunnen.

Omdat ik mijn leefomgeving serieus neem en graag een wezenlijke bijdrage lever aan het behoud ervan, besef ik dat een structurele vorm van hulp het meest gewenst is. Maar om die hulp te kunnen bieden moet ik 1. weten wat de feitelijke oorzaak is van de problemen, en 2. beschikken over antwoorden die werkelijk nuttig zijn en effectief vertaalbaar naar de praktijk.

Aan korte-termijn-reacties, heilzaam of onheilzaam, is er kwantitatief geen gebrek, maar hoe staat het met de kwaliteit van alle inbreng? Echte, blijvende verbetering vereist bezinning en onderzoek - en zonodig verder onderzoek, als de conclusies daarom vragen.

Is het soms een vreemd idee dat we onszelf veel grondiger moeten gaan onderzoeken, wanneer blijkt dat we grote moeite hebben met bewust, dat wil zeggen, wijs en verantwoord, in onszelf en in het leven staan, en de wereld fatsoenlijk bedienen?

Waarom kan wijsheid een effectief, praktisch middel zijn? Omdat dit het enig werkzame tegengif is tegen onwetendheid en blindheid. En laat nou dit laatste - gebrekkige visie, ontbrekend besef - nou precies de meest wezenlijke oorzaak zijn van maatschappelijke misstanden én van individueel lijden. Een oude, grove aanduiding voor die oorzaak is 'egoïsme' - maar die term werkt snel vergoelijkend ("is natuurlijk"[2]) of wordt enkel gezien als moreel of sociaal onwenselijk gedrag. Er is dus een uitgebreidere omschrijving vereist, zodat hij bruikbaar wordt als leerzame en ontvullende onderzoeks- en werkterm.

Ware overwinning is zelfoverwinning.[3]

Egoïsme (zelfzucht, eigenbelang, kleingeestigheid) is een ondermijnende aandoening, een vorm van bewustzijnsvernaauwing, een teken van onvolgroeidheid, een verdedigingsrespons, een verdovingsstaat, een degeneratieverschijnsel, een verslaving, een automatisme, een tijdelijke illusie, een overbodige maatregel want een oplosbare conditionering.

1. Een ondermijnende aandoening

Niemand kiest in vrijheid en van harte voor een instabiele en afhankelijke levenshouding waarin het je ontbreekt aan volheid en gerustheid, en waarbij je afziet van volledige ontplooiing en van open beleving en gelijkwaardige verbindingen; egoïsme gaat ten koste van mijn totaalbestaan.

2. Een vorm van bewustzijnsvernaauwing

De verkramping die deze staat veroorzaakt, verhindert me om ontspannen en in vertrouwen onbevooroordeeld te opereren; ruimere of diepere mogelijkheden en bedoelingen ontgaan me simpelweg omdat beperkte visie mij niet in staat stelt goed waar te nemen.

3. Een teken van onvolgroeidheid

Voor een deel laat ik me leiden door primitieve, haast dierlijke motieven; ik ben gefixeerd op risico's ontlopen en voordeel halen; de zintuiglijke, wereldse voorgrond domineert mijn bestaan, fysieke bevrediging dicteert mijn doen en laten in deze kinderlijke geestesstaat.

4. Een verdedigingsrespons

Afstand en scheidingsmechanismen die ik erop nahoud vrijwaren me van de moeite die communicatie, interactie en samenleven in het algemeen met zich meebrengt; zo hoef ik me niet te engageren en kan ik zelf bepalen wat ik in mijn wereldje toelaat en wat niet.

5. Een verdovingsstaat

Omdat het zo moeilijk is om alle aspecten van ons bestaan volledig toe te laten, dat wil zeggen, ze te leren kennen en ermee om te gaan - liefde, vrijheid, sterfelijkheid - laat ik me deels verdoven tegen de heftigheid en omvang ervan; allerlei vormen van compensatie gebruik ik voor dit doel.

6. Een degeneratieverschijnsel

Egoïsme is niet onze intrinsiek-menselijke staat, weerspiegelt niet ons oorspronkelijk potentieel; ik loop voortdurend het risico om mijn ware aard met al zijn kwaliteiten te negeren en te verwaarlozen; omdat ik dit in het verleden heb toegelaten, ben ik verzwakt en verward, onderhevig aan wens, woede en waan.

7. Een verslaving

Ik ben in de ban van krachten die ik niet beheers, met name de subtiele werking van mijn zintuigen heeft me in mijn macht; ik loop aan de leiband van begeertes die in allerlei vormen en op onvoorspelbare momenten bezit van me nemen; het lukt me niet om die mechanismen zonder meer los te laten.

8. Een automatisme

Gemakzucht voelt niet direct nadelig, veel elementen in mijn leven zijn gebaat bij regulering en vaste procedures; maar zonder het te beseffen maak ik ook mijn identiteit tot onderdeel van alle controle-elementen en automatisering; hierdoor verlies ik mijn bewuste aanwezigheid, ten koste van een verantwoorde, vrije weg van de dingen.

9. Een tijdelijke illusie

Mensen zijn bewustzijnsdragers: onze meest waardevolle eigenschap is een geest die kan leren en bepalen en kiezen; maar als ik deze continu werkzame wetmatigheid vergeet of zelfs vervang door een eigen context en mensbeeld, dan verkeer ik tijdelijk in illusie en dan investeer ik per saldo in allerlei overbodige of contra-productieve interesses.



10. Een overbodige maatregel, want een oplosbare conditionering

Onze geest is een machtige kracht die onderzoek, expressie en creativiteit mogelijk maakt; het is niet zo vreemd dat we daarmee aan de haal gaan, dat we erdoor overdonderd worden of dat we er zelfs een particuliere identiteit aan ontleen: zo sterk is die geest, ik kan er heel wat (waan)werkelijkheden op nahouden.

Maar naarmate ik de werking van die geest leer kennen - de onpersoonlijke, wetmatige en pure, niet-geconditioneerde werking ervan - voelt de zo dwangmatig door mij gehanteerde 'tweede werkelijkheid' van een ik-idee als hopeloos overbodig en actief ongewenst zelfs.

De echte, direct beleefde werkelijkheid is veel wonderlijker, betrouwbaarder en bruikbaar dan alles wat door mij, als agentje daarvan, aan ideeën, commentaar en maatregelen kan worden opgehoest. Nu ik dit zo navoel en verhelder, beseef ik dat mijn egoïsme uit een veelheid van krachten is voortgekomen, als een geleidelijk cumulerende droom. Maar tegelijkertijd kan ik ook begrijpen hoe deze geconstrueerde ik-geest een afgeleide versie is van de directe en volle waarheidswerking, en dat alle tijdelijke moeite of vervorming vanwege ongeluk, eenzaamheid of sterfelijkheid bedoeld zijn als leermateriaal.

Onvervuldheid, het ongelukkig-zijn met onszelf en onze omgeving, wordt ons duidelijk dankzij de kracht van innerlijkheid. Die kracht laat ons ons lijden beseffen, maar hij laat ons ook beseffen hoe alle moeite kan worden begrepen, aanvaard en opgelost uiteindelijk.

Als ik dit kan realiseren dankzij deze mij wekkende kernkracht, dankzij de innerlijke kwaliteit van mijn bewustzijn, dan heeft alle wijswording zijn doel gediend. En omgekeerd: die wijswording zal natuurlijk nooit plaatsvinden, wanneer ik me daar niet actief mee verbind.

Zou ik aan een wijs mens vragen: "Waarom heb ik wijsheid nodig?" dan heb ik kans het volgende antwoord te krijgen: "Omdat jij dit kostbare leven, dat zo onbewust door jou wordt besteed, blind en dwaas verloren laat gaan."

Blind maken we een klein en behoeftig verhaal van ons leven, zolang het ons ontbreekt aan bedoeling en context. En dwaas compenseren we alle innerlijke conflicten en vervreemding door dagelijks te investeren in uiterlijk houvast of vermaak - waarmee we inderdaad tonen hoe weinig waarde we in feite hechten aan dit bestaan.

Deze twee kanten van egoïsme (blindheid en onzinnigheid) zijn de oorzaak van onze onwaardige drukte en invulling; we dragen daarmee slechts bij aan een leefomgeving die krom trekt van conflict, behoeftigheid en belangenspel.

Er heerst een flinke portie ongezonde spanning in ons bestaan, en dat zorgt voor een continue existentiële spagaat: temidden van alle egoïsme hunkeren we naar wijsheid en liefde; in ons hart verlangen we naar rust en kracht, maar praktisch kiezen we voor

opportunistie en oneigenlijkheid; onze onmacht wekt irritatie en hebzucht, terwijl we juist dromen van geluk.

Het wijsheidsnetwerk Dharmium biedt toegang tot een open en informeel onderzoekscircuit.

Wij faciliteren ambulante, kleinschalige podia - wiskringen - om te onderzoeken hoe:

1. onwijsheid problemen in stand houdt (het oorzaak-aspect)
2. wijsheid ons in staat stelt de gewenste kwaliteit te realiseren (het oplossingsaspect).

De decennialange praktijk leert ons dat mensen beschikken over het concrete potentieel om zich bewust te worden van de dingen die hen hinderen en zicht te krijgen op datgene wat hen doet groeien. We steken daarbij in op duurzame kwaliteit van leven, en we stimuleren zelfstandige en actieve betrokkenheid.

Vertaald naar concrete deelname betekent dit: je vindt het heel uitnodigend om je bestaande potentieel aan wijsheid in de dagelijkse praktijk te gaan gebruiken, en je vindt het niet erg om jezelf kritisch te onderzoeken - wetend dat jijzelf de oplossing bent.

3 gradaties van wijsheid:

- *werelds (functioneel)*
- *existentieel (organisch)*
- *oorspronkelijk (transcendent)*



[1] Citaat van Boeddha (Byrom, Thomas: *De Dhammapada; de woorden van Boeddha*. Heemstede 1994, p. 49)

[2] *Het boeddhisme kent een zestal bestaansvormen (de zes gati) waarin wij conform onze karmische rijpheid kunnen verkeren: van onvoorstelbaar barbaars via bewust menselijk tot subliem goddelijk. Hoezo is een dierlijke bestaansvorm natuurlijker dan een goddelijke bestaansvorm? Is domheid natuurlijker dan wijsheid, slaafsheid natuurlijker dan vrijheid, lichaam natuurlijker dan geest?*

Het is onze zintuiglijke fixatie, dus onze eenzijdige identificatie met het lichaam en zijn functies, die ons doet veronderstellen dat we nogal dierlijk en daarom egoïstisch in elkaar zouden zitten. Dit achterhaald, 19e-eeuws, beperkend mensbeeld ligt aan de basis van onze actuele beschavingsnood. Daarom is het hoog tijd dat we de totaliteit van alle menselijke functies én de universaliteit ervan serieus nemen: uiterlijk én innerlijk, lichaam én geest, leven én sterven - de waardige totaliteit van alle levende wezens.

[3] Een bekende uitspraak van Morihei Ueshiba, de grondlegger van aikido.

Nieuwe aanwinsten in de Stiltij-bibliotheek

- Engle, Artemus B.: *Inner Science of Buddhist Practice; Vasubandhu's Summary of the five heaps, with commentary by Sthiramati*. Boulder 2009
- Fa-tsang: *Commentary on the Awakening of Faith (An English Translation by Dirck Vorenkamp)*. New York 2004
- Keenan, John: *The Summary of the Great Vehicle (by bodhisattva Asanga)*. Berkeley 2006
- Waldron, William: *The Buddhist Unconscious; The Alaya-vijñāna in the context of Indian Buddhist Thought*. New York 2006
- Buswell, Robert E. Jr.: *Vajrasamadhi Sutra: Wonhyo's Exposition*. New York 2007
- Park, Sung Bae: *Buddhist Faith and Sudden Enlightenment*. New York 1983
- Park, Sung Bae: *Wonhyo's commentaries on the Awakening of faith in Mahayana*. Berkeley 1979
- Ruegg, David Seyfort: *The symbiosis of Buddhism with Brahmanism/Hinduism in South Asia and of Buddhism with 'local cults' in Tibet and the Himalayan region*. Wien 2008
- Saito, Naoki: *Das Kompendium der moralischen Vollkommenheiten (Aryasura)*. Marburg 2005
- Julian in Norwich: *Love's Trinity : A Companion to Julian of Norwich*. Wilmington 2009
- Ruh, Kurt: *Meister Eckhart: Theologie - Prediger - Mystiker*. München 1989
- Rumi: *Masnawi (6 delen)*. Konya 2011
- Whitman, Walt: *Complete Poetry and Collected Prose (Hardback)*. Washington 1982
- Emerson, Ralph Waldo: *Collected Poems and Translations*. Washington 1994
- Logchenpa: *Finding Rest in the Nature of the Mind; Trilogy of Rest, Volume 1*. Boston 2017
- Waddell, Norman: *Complete Poison Blossoms from a Thicket of Thorn; The Zen Records of Hakuin Ekaku*. Berkeley 2017



Waardigheid

DOOR BRAM JUFFERMANS

De werking van leven wordt steeds dichterbij voelbaar, als een samenvallen, versmelten. De hoekigheid van maakbaarheid wordt des te pijnlijker, omdat dit vermogen mij afhoudt van de subtiliteit van volheidsbeleving. Voorheen voelde de adem tellen primair als een remedie tegen denken, afdwalen, als instrument om bij voeling en beleving te blijven. Inmiddels is het meer een toekomen aan ademruimte, verstilde adem voelen stromen in een oceaan van rust en de heilzame werking daarvan naspeuren.

Als ik niet teveel word opgesoupeerd door uiterlijke besognes, wordt de verbinding met de diepere bestaansbodem steeds duidelijker voelbaar, verschuift het ik steeds meer uit beeld, val ik steeds nauwer samen met beleving: dichtbij, geruststellend, vertrouwenwekkend.

Maar zodra ik in de wereld word uitgenodigd om kracht in te nemen, op te komen voor mijn eigen soevereiniteit, dan knapt het lijntje met innerlijkheid heel gemakkelijk en verval ik al te snel in de ja-knikkende, brave burger. Achteraf moet ik dan vaak constateren dat ik geen moment de strijd écht ben aangegaan. De strijd met mijn eigen instemmende neiging bedoel ik dan met name. Want uit angst voor deze confrontatie strijk ik mijn Bram-de-goedzak-overall strak en stem welwillend in met wat er ook gevraagd wordt. Waarom krijg ik het niet spits voor mezelf op te komen, mijn adel in te nemen, mijn rug te rechten en op te komen voor mijn belangen?



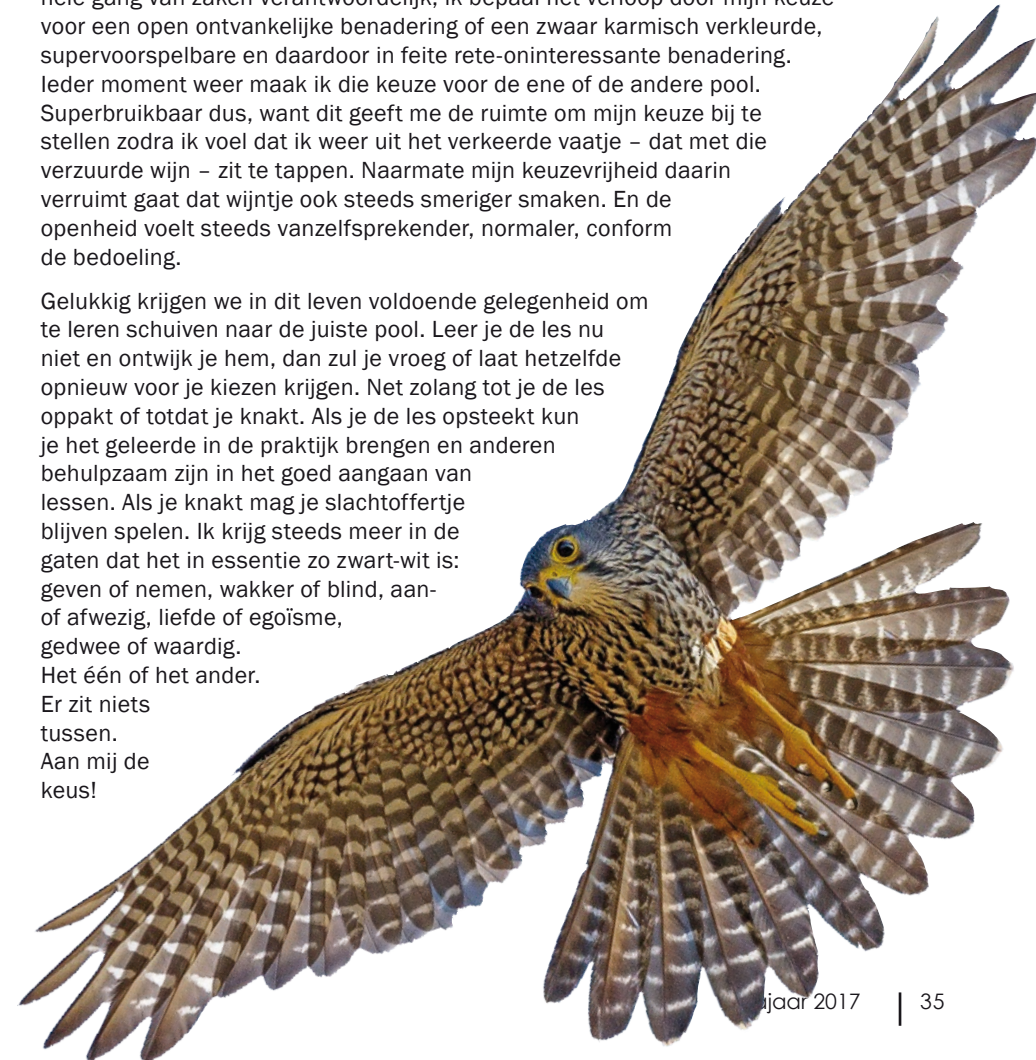
Nu ik op dit punt ben beland voel ik dat ik een groot probleem heb. Ik weet bij god niet hoe ik dit verhaal goed inneem. Terwijl me ondertussen allang duidelijk is hoeveel leed deze opstelling mezelf en anderen berokkent. Dat heeft het eerlijk kijken naar mezelf me inmiddels wel doen inzien. Maar op

het moment dat ik voel dat ik mezelf te grabbel gooi en ik er een draai aan wil geven, hapert mijn hele systeem en voel ik het raken aan mijn fundamenten. Ik heb hier decennialang op gekoerst en kan dat niet ongedaan maken door een rukje aan mijn stuur te geven.

Maar: dit laatste is de starheid van de overtuiging, want het enige wat nodig is, is een rukje aan het stuur. Een kleine koerswijziging in het begin leidt tot een heel ander eindpunt. Dat massieve zelfbeeld – inclusief onmachtgevoelens en slachtofferscenario – zet me vast met zijn dood gewicht. En zolang ik dit honoreer zink ik steeds dieper weg, stem in met dit beeld en zet het daarmee meer vast. Onontkoombaar, zegt dit beeld. Fluisteringen van Mara, zegt Boeddha.

Waarnaar luister ik, welke stem laat ik het meest invloedrijk? Blijf ik onderhevig aan dit zelfbeeld of gaat de deur open naar een vrijere opstelling en spontaner, krachtiger ingenomen authenticiteit? Wie bedient die deur? Dat doe ik toch ook. En ik bepaal ook waar ik mijn oor te luisteren leg en hoe ik luister. Ik ben voor de hele gang van zaken verantwoordelijk, ik bepaal het verloop door mijn keuze voor een open ontvankelijke benadering of een zwaar karmisch verkleurde, supervoorspelbare en daardoor in feite rete-oninteressante benadering. Ieder moment weer maak ik die keuze voor de ene of de andere pool. Superbruikbaar dus, want dit geeft me de ruimte om mijn keuze bij te stellen zodra ik voel dat ik weer uit het verkeerde vaatje – dat met die verzuurde wijn – zit te tappen. Naarmate mijn keuzevrijheid daarin verruimt gaat dat wijntje ook steeds smeriger smaken. En de openheid voelt steeds vanzelfsprekender, normaler, conform de bedoeling.

Gelukkig krijgen we in dit leven voldoende gelegenheid om te leren schuiven naar de juiste pool. Leer je de les nu niet en ontwijk je hem, dan zul je vroeg of laat hetzelfde opnieuw voor je kiezen krijgen. Net zolang tot je de les oppakt of totdat je knakt. Als je de les opsteekt kun je het geleerde in de praktijk brengen en anderen behulpzaam zijn in het goed aangaan van lessen. Als je knakt mag je slachtoffertje blijven spelen. Ik krijg steeds meer in de gaten dat het in essentie zo zwart-wit is: geven of nemen, wakker of blind, aanwezig of afwezig, liefde of egoïsme, gedwee of waardig. Het één of het ander. Er zit niets tussen. Aan mij de keus!





Tosotsu's drie blokkades

DIDACTIEK

Een koan uit de Mumonkan over onze ware aard, geconcretiseerd in onze sterfelijkheid. Verwerkelijking heet in Zen: de Grote Dood sterven, werkelijk tot leven komen, in tegenstelling tot de zinloze kleine dood. Tosotsu's vragen gaan respectievelijk over ontwaken, moeite en eindkwaliteit. Je kunt ze vertalen met: "Wat is de zuivere kracht of werking die ik ben? Wat is grote werking? Wat is open werking?"

Mumon's koan:

Meester Tou-shouai (Jap.: Tosotsu) gebruikte drie blokkades om zijn leerlingen te toetsen:

"Je baant je een weg door de duisternis van het struikgewas, vanuit het hartsmotief dat jou je ware aard doet zoeken. Welnu, eerwaarde: waar is die ware aard van je?"

"Als je je ware aard hebt gerealiseerd ben je vrij van geboorte en dood. Maar zodra [bij jouw sterven] het licht in je ogen dooft, hoe kun je dan vrij zijn?"

"Wanneer je vrij bent van geboorte en dood weet je waar je naartoe gaat. Maar als de vier elementen waaruit jij bestaat uiteen zijn gevallen, waar ga je dan naartoe?"

Mumon's commentaar:

Als jij op de juiste manier kunt laten zien dat jij deze drie vragen begrijpt, dan zul je in alle situaties een meester zijn en heel je doen en laten zal recht doen aan de Dharma. Maar heb je deze kwestie nog niet opgelost, dan zal het voedsel dat jij dagelijks schrokt jou niet in stand houden. Neem de tijd om goed te kauwen, dan zul je geen honger hoeven te lijden.

Mumon's gedicht:

*Dit ene, pure ogenblik is het licht van de eeuwigheid,
de eeuwigheid is exact hetzelfde als dit ene moment;
als jij dit feit definitief kunt doorgronden
neem je het ware zelf waar dat waarneemt.*

Commentaar van Aitken roshi:

Duhkha [sanskriet: lijden], de pijn van onervuldheid, is de universele menselijke conditie. Alle zorgen komen hieruit voort: "Waar bevinden we ons? Waar komen we vandaan? Waar gaan we naartoe?" Duisternis van het struikgewas verwijst hier naar de chaos van gevoelens en gedachten. Tosotsu neemt jou serieus en aanvaardt

jouw innerlijke adel als voertuig van verwerkelijking: "Waar is die ware aard van jou?" Zoals altijd, is antwoord te vinden in deze blokkade zelf: "Goedheid is zijn eigen beloning."

Je ware aard is niet iets dat komt en gaat; maar tegelijkertijd is er altijd en overal seniliteit en sterven. In het gewaarzijn van je ware aard ontdek je dat die niet verschilt van je sterfelijkheid.

Commentaar van Shibayama roshi:

Je ware aard doorgronden is de belangrijkste en meest elementaire ervaring in Zen; ieder van ons moet dit zelf beleven. Als je dit realiseert, heb je leven en dood overschreden en is je geest voorgoed vredig. Dan kun je vrij opereren in deze hectische wereld van ons.

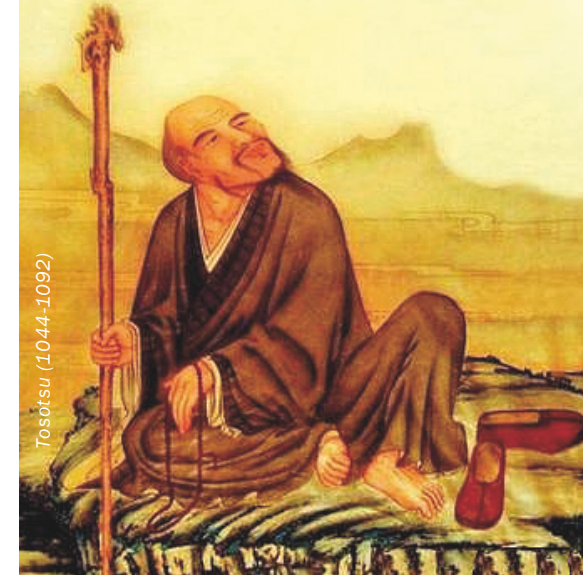
Sommigen proberen soms te verklaren dat deze ware aard onze oorspronkelijke natuur is waarmee we geboren worden; dat het dit ware Zelf is dat zich nu openbaart hier; dat het de drie werelden van verleden, heden en toekomst doordringt en het hele universum; dat het enkel dit ene vormloze ware Zelf is dat door niets wordt beperkt; of dat het de Werkelijkheid is die geen dood of leven kent.

Maar het spreekt vanzelf dat meester Tosotsu jou helemaal niet vraagt om speculatieve verklaringen. Hij wil dat jij jouw inzicht rechtstreeks en concreet toont, hier en nu. Wat jij kunt doen is de feitelijkheid uitdrukken van jouw doorzien van je ware aard ten overstaan van de meester; en wat de meester kan doen is Ja zeggen of Nee zeggen. Ben je niet gevestigd in je eigen definitieve ervaring, dan zul je dit antwoord nooit kunnen geven.

Laat lichaam en geest wegvallen; laat alle houvast los zodat je kleine zelf kan sterven. Daar is oprechte en diepe oefening voor nodig. Want ook al begrijp je deze waarheid op een verstandelijk niveau, er zullen allerlei hindernissen en illusies optreden zodra je die waarheid daadwerkelijk probeert te belichamen.

In de trainingspraktijk zal de meester niet luisteren naar conceptualisaties of filosofische argumenten. Het enige dat hem of haar tevreden stelt is het concrete feit dat jij de blokkade hebt doorbroken. Een oude meester gaf het volgende commentaar in dit gedicht:

*Het lijkt loopt hier rond,
maar waar is de mens?
Werkelijk, het is me duidelijk:
de geest is niet deze vleesvracht.*



Meester Daie kon zich niet vinden in dit gedicht omdat het een scheiding tussen geest en lichaam uitdrukte. Zijn eigen, beroemd gedicht luidt:

Dit karkas, zoals het is, is de mens.

Bewustzijn is deze vleesvracht.

De vleesvracht is onze geest.

Commentaar van Yamada roshi:

Dit is een van de beroemdste en belangrijkste koans. Ook al is er sprake van drie blokkades, uiteindelijk is er slechts één, namelijk kensho (zelfverwerkelijking).

Om Tosotsu's eerste poort te passeren moet je je ware natuur in een rechtstreekse ervaring begrijpen. Door piekeren of logisch nadenken kan dit niet ervaren worden. Om kensho te bereiken moet je zelf sterven. Je moet volledig in de koan-oefening of in het tellen van de adem of in shikantaza verzinken, of soms ook in de vraag "wat is geest?" of hoe de vraag ook luidt waarmee je op een gegeven moment oefent.

Je mag echter niet vergeten dat de concentratie op een uitwendig object je nooit tot een kensho voert. Het doel moet van binnen liggen en inhoudsloos en vormloos zijn. Wanneer je met zo'n doel werkelijk één wordt, verdwijnt het bewustzijn van 'ik', dat wil zeggen het subject of het object verdwijnt volledig. Deze toestand noemen we de 'grote dood', maar hierbij mag je niet stil blijven staan. Ga nog een stap verder. Dan breekt plotseling de leegte door en een volledig nieuwe, stralende wereld verschijnt. Dit is de ware zelfverwerkelijking. Van meester Bassui bestaat een tekst over het thema: "Wie is het die luistert?" [zie p.18 in deze Stiltijding]

In de wereld van de werkelijkheid is er niets wat 'leven' en 'dood' zou kunnen worden genoemd. Het nul-oneindige kan ontstaan noch vergaan, hoewel het onzichtbaar oneindig veel kwaliteiten en ontplooiingsmogelijkheden bezit. Met de ware zelfverwerkelijking is het probleem van leven en dood volledig opgelost en verheugen we ons voor altijd in de ware vrede van hart en geest.

Tosotsu stierf op 48-jarige leeftijd; hij liet geen opvolgers na.

Vóór zijn overlijden schreef hij:

Na achtenveertig jaar ben ik klaar met transcendentie en zintuiglijkheid.

Geen imposante heldenmoed: mijn bevrijdingsweg is sereen en vredig.

Niets te bewijzen, niets in te brengen, niet het geringste te vertellen.



Bronnen:

Aitken, Robert: *The gateless barrier; The Wu-men kuan (Mumonkan)*. New York 1990, p. 278 e.v.

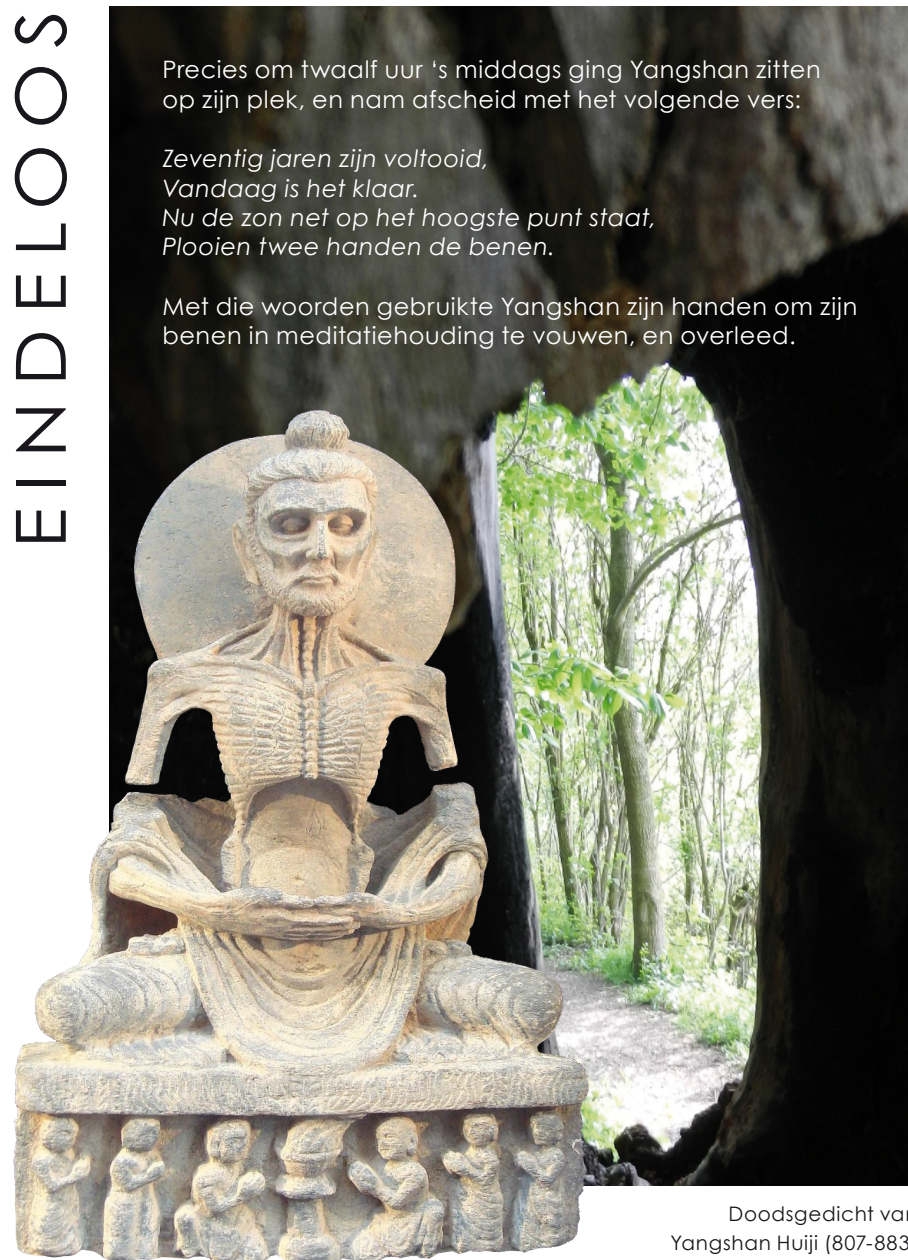
Shibayama, Zenkei: *The gateless barrier; Zen comments on the Mumonkan*. Boston 2000, p.316 e.v.

Yamada, Koun: *De poortloze poort; de klassieke koan-verzameling Mumonkan*.

Rotterdam 2010, p. 265 e.v.

Artikel van Glenn Wallis in <http://www.zendo.org.nz/forms/valleygate3.pdf>

EINDELOOS



Precies om twaalf uur 's middags ging Yangshan zitten op zijn plek, en nam afscheid met het volgende vers:

Zeventig jaren zijn voltooid,

Vandaag is het klaar.

Nu de zon net op het hoogste punt staat,

Plooïen twee handen de benen.

Met die woorden gebruikte Yangshan zijn handen om zijn benen in meditatiehouding te vouwen, en overleed.

Doodsgedicht van
Yangshan Huiji (807-883)

Stiltij publicatie



www.stiltij.nl