

Belangeloosheid en belofte

Zenboeddhisme is voor mij allereerst een contemplatieve traditie. Hoewel andere aspecten ook een belangrijke rol spelen – rituelen, huwelijks- en begrafenisceremonies, tekststudies, dharmalesen – ligt voor mij verreweg de grootste nadruk op de beoefening van contemplatie. Hier is ook een verwantschap zichtbaar van zen met de christelijke mystieke tradities. Er zou reeds een kleine geschiedenis te schrijven zijn van christelijke theologen en boeddhistische auteurs die deze overeenkomst – met mogelijke verschillen – uitgebreid beschreven hebben.¹

Overigens is contemplatie geen boeddhistische term. In het boeddhisme spreekt men van *bhavana* wat betekent ontwikkelen, cultiveren, bemesten. Een boeddhist beoogt met zijn beoefening het cultiveren van de geest. Wanneer we met betrekking tot de zenpraktijk ‘contemplatie’ gebruiken – en het daarbij behorende woord meditatie – dan is dat een westerse (christelijke) interpretatie. Maar ik denk dat daar goede gronden voor zijn.

In de christelijke mystiek is de samenhang en het onderscheid tussen meditatie en contemplatie zeer goed uitgewerkt. Op het geestelijk pad is meditatie elke wijze van beoefening die afhankelijk is van en dus begint met mijn initiatief en die ik verricht met een zeker oogmerk. In de christelijke sfeer: mondgebed, rozenkrans, liturgie, luisteren naar een preek, het lezen van een geestelijk boek – ik kan tot dit alles besluiten en deze oefeningen doen met een bepaald doel: mijzelf te brengen in een geestelijke stemming, de Heer te loven en te prijzen, mij te verenigen met het leven van Jezus, mij te verdiepen in de heilige Schrift. In zen: gaan zitten op een kussen, benen gekruist, rechte rug (zazen), concentratie op de ademhaling, koanstudie, het privé-gesprek leraar-leerling (daisan, dokusan), zingen van sutra’s, loopmeditatie (kinhin), buigen, mij houden aan de boeddhistische voorschriften – dit alles geschiedt op mijn initiatief en met een bepaalde intentie (rust, ontspanning, leren verstaan van de leer, karaktervorming, een goed mens willen zijn).

Al deze praktijken vormen de basis van het geestelijk leven en zij blijven dat, zo men wil, een leven lang. Zij zijn effectief en heilzaam. Zij hebben in de loop van de geschiedenis hun nut bewezen en doen dat tot op de dag van vandaag. Toch zijn ze slechts een onderdeel van het gehele geestelijk pad. Hoe langdurig, intensief en succesrijk de beoefening ook geschiedt, er is een stap verder te gaan. Voor de ontwikkeling van geestelijke volwassenheid is het noodzakelijk dat er op een gegeven moment bij alles wat we op dit vlak ondernemen een cesuur valt, een omkering geschiedt die alle oefeningen en de gehele houding jegens het geestelijk leven in een nieuw, duister licht plaatst. Dat nieuwe perspectief heet contemplatie. Uiteraard hoeft deze verandering zich niet per se plotseling te voltrekken, als een onverwachte breuk. Zijn komst zal meestal langzaam en geleidelijk zijn. Maar na enige tijd terugblikkend,

¹ Zie: Heinrich Dumoulin, *Östliche Meditation und Christliche Mystik*, Verlag Karl Albert, Freiburg/München, 1966. Hugo M. Enomiya Lasalle, *Zen-Buddhismus*, J.P.Bachem, Köln, 1966. Keji Nishitani, *Religion and Nothingness*, translation with an introduction by Jan van Bragt, University of California Press, Berkeley, 1983. Shizuteru Ueda, *Die Gottesgeburt in der Seele und der Durchbruch zur Gottheit*. Die mystische Anthropologie Meister Eckharts und ihre Konfrontation mit der Mystik des Zen-Buddhismus, Gütersloher Verlagshaus, Gerd Mohn, 1965. Om veder alleen nog maar de namen te noemen van Daisetz Suzuki, William Johnston, Willis Jäger, die geschreven hebben over de overeenkomsten en verschillen tussen zen en de mystici.

zal dit zeker gezien en ervaren worden als een afscheid of het overschrijden van een grens.

Contemplatie is niet gericht op waarheidsvinding in wetenschappelijke of filosofische zin, noch is haar doel de bevestiging van dogma's of leerstelling. Ook al gebruiken de mystici en de zenleraren de taal van hun tradities, zij lijken dwars door de gebruikelijke woorden en vastgelegde uitspraken heen te kijken om de diepte van een gemeenschappelijke ervaring te peilen: dit menselijk bestaan van leven en dood als een groot mysterie. Bij alles wat we weten, willen en kunnen blijft er in de werkelijkheid een onbekend groot gebied waar we onwetend zijn, waar we machteloos tegenover staan, waar we niets te willen hebben. Dit wekt de interesse van de mysticus. Hierdoor wordt hij of zij geraakt en ontstaat het verlangen steeds meer en meer in dit onkenbare gebied door te dringen en zich er door te laten verlichten. Hiervoor bedient mysticus zich van een bijzondere methode, een methodeloze methode, een manier van beoefening die geen bepaalde manier is, een 'onwijze wijze' (Ruusbroec), ook wel contemplatie genaamd. Alle manieren van weten, kunnen en willen worden gestopt. Er is geen sprake meer van eigen initiatief en elke interpretatie wordt ter zijde geschoven. Er zijn geen voorstellingen of beelden die houvast bieden. Er is geen kenbaar doel te bereiken. Ook al worden diverse vormen van meditatie beoefend, in het licht van contemplatie verdwijnt de vraag naar hun nuttigheidswaarde naar de achtergrond. Eén van de belangrijke kenmerken van contemplatie is belangeloosheid. En dat is een paradox.

Voor de weldenkende mens is deze onderneming waanzin. Maar ook binnen religieuze tradities en spirituele scholen durft men hier nauwelijks aan te denken. Integendeel, religie en spiritualiteit worden vooral beoordeeld en aangeprezen om hun nuttige functies. Ze worden ingezet ten behoeve van individuele en maatschappelijke doelen. Ze brengen troost op moeilijke momenten, roepen om vrede ten tijde van oorlog of leren het onderscheid tussen goed en kwaad. Men beoefent meditatie om tot rust te komen, een beter mens (vader, moeder, werknemer, werkgever) te worden, om meer geconcentreerd te kunnen studeren, om minder vaak woedend te worden, om een einde te maken aan de vele lastige gedachten die door het hoofd spoken. En wanneer het zo werkt, is het waar. Maar evenals bij zo vele andere zaken, religie en spiritualiteit lijken inzetbaar voor de meest tegenstrijdige doelen. Men sprenkelt wijwater over akkers, auto's en meubilair, bidt voor het slagen van een examen, een goede huwelijkspartner, de gezonde geboorte van een kind, maar met dezelfde devotie worden tanks, kanonnen en geweren gezegend. Men trekt vol goede moed en overtuigd ten strijde, want 'God staat aan onze kant'. Er is veel dood en verderf gezaaid in naam van God of Allah. Ten tijde van de Wereldoorlog II zonden Japanse zenmeesters hun studenten naar het front, want 'je mag duizend bodhisattva's doden om er honderdduizend mee te winnen'.²

Maar religie bevat meer dan de vraag naar gebruik en misbruik. De kwestie is: waar gaat religie eigenlijk over? Wat is haar kern? En is haar essentie wel bruikbaar in de gewone zin van het woord? Natuurlijk hangt dit af van hoe het hele complex religie gedefinieerd wordt. Maar de mystici, ervaringsdeskundigen op religieus gebied bij uitstek, wijzen eenstemmig op een kern van religie die alle definities en

² Brian Victoria, *Zen at War*, Weatherhill, New York/Tokyo, 1997.

omschrijvingen tart. Voor hen is religie niet ten behoeve van individuele of maatschappelijke problemen. Daar hebben we allerlei menselijke instituties voor. Onder de indruk van vergankelijkheid, van dit grootse leven in het universum waarvan het geheim niet te doorgronden is en geleid door ervaringen waarin niet langer sprake is van 'ik, wij en zij', wijzen zij erop dat er iets in de mens schuilt wat niet van de mens is of wat zich niet menselijkerwijs laat denken en verklaren. Zij spreken van een 'goddelijke vonk', 'boeddhnatuur', 'brahman', het 'Ene'. Evelyn Underhill, de moeder van de studie van de mystiek in de 20^{ste} eeuw, noemde de mystici 'pioniers in menselijkheid'.³ Al eeuwenlang betreden contemplatieve een nauwelijks in kaart gebracht gebied waar op basis van het menselijke het niet- of bovenmenselijke in het vizier komt. Zij trekken de consequentie uit een diepgelovig dogma: als God mens kan worden dan kan de mens God worden.⁴ Zij verkennen een oeroud, maar vergeten of blasfemisch beschouwd thema: de vergoddelijking van de mens.⁵ Er zit meer in ons dan een overlevingskunstenaar. Er is een godsverlangen in ons dat schreeuwt om bevrediging. En aan dat verlangen kan voldaan worden mits... – en hier begint het contemplatieve werk – mits ik bereid ben elk belang dat ik aan mijn menszijn hecht op te geven. En dit kan een verschrikkelijk moeilijke taak zijn. Het hangt ervan af in welke mate ik verkleefd ben aan mijn weten wie ik ben, aan mijn intellectuele capaciteiten, mijn wensen en verwachtingen, mijn inzichten en mijn bedoelingen met dit bestaan. Dit verlangen naar God, naar Nirwana, boeddhachap of verlichting gaat verder dan mijn belang hetzij individueel, emotioneel, relationeel, psychisch, fysiek of economisch. Het laat zich evenmin voegen naar welk maatschappelijk belang dan ook.

De zentraditie levert de nodige teksten die deze belangeloosheid onderstrepen. Zie hier een voorbeeld waar de beoefening van meditatie, hier in de vorm van buigen, gedaan wordt in een contemplatief perspectief.

Eens, toen Huangbo aan het buigen was voor een boeddhabeeld, zag Xuangzong hem en vroeg: 'Als we niets zouden moeten zoeken bij de Boeddha, niets bij de Dharma en niets bij de Sangha, wat zoek je dan met deze buigingen?'

Huangbo antwoordde: 'Zonder iets te zoeken bij de Boeddha, zonder iets te zoeken bij de Dharma, zonder iets te zoeken bij de Sangha, zo doe ik altijd mijn buigingen.'

Xuangzong zei: 'Wat is het nut van buigen?'

Huangbo sloeg hem onmiddellijk met zijn stok.

'Wat grof!' zei Xuangzong.

³ Evelyn Underhill, *Mysticism*, E.P. Dutton and Co., New York, 1961, p.414.

⁴ J. Kripal. *The Serpent's Gift*, Gnostic reflections on the study of religion, the University of Chicago Press, Chicago/London, 2007, voorasl p.59 – 89.

⁵ Norman Russell, *The doctrine of deification in Greek patristic tradition*, Oxford University Press, 2004.

‘Waar sta je in deze om te spreken over grof of fijnzinnig?’ zei Huangbo en sloeg hem opnieuw.⁶

Xuangzong, die later keizer van China zou worden, maar vanwege politieke beroeringen voorlopig onderdak had gezocht in de tempel van Huangbo (†850), zag de toen reeds beroemde zenmeester eindeloos buigingen maken. Huangbo schijnt buigen ongeveer als zijn voornaamste beoefening beschouwd te hebben. Men vertelt dat hij een litteken (‘een parel’) op zijn voorhoofd droeg omdat de huid zo vaak de grond raakte. Xuangzong wees Huangbo er fijntjes op dat al dat buigen toch gedaan diende worden zonder er iets voor terug te krijgen, zonder verwachting en zonder verdienste. Huangbo zei dat hij juist op deze wijze boog. Xuangzong vroeg toen verbaasd: ‘Maar wat heeft dat buigen dan voor nut?’ En Huangbo geeft hem een flinke tik met zijn stok. ‘Hoe durf je naar het nut van mijn beoefening te vragen? Buigen heeft niets van doen met nut en nutteloosheid. Ik buig, dat is alles.’ Xuangzong, wrijvend over een zere plek, zegt dan: ‘Wat ben jij een bruit!’ Waarop Huangbo reageert: ‘Jij met je zenblik, vanuit je zenpositie waar geen onderscheid tussen wat dan ook te vinden is, spreekt nog steeds over zacht en hard, grof en fijnzinnig!’ Einde discussie.

De taoïstische geschriften, bijvoorbeeld de Dao De Ding en de werken van Zuangzhi, zijn van grote invloed geweest op de zentraditie. Zij wijzen vaak op de rol van belangeloosheid. Zo zegt Zuangzhi in reactie op de confucianisme en anderen die zich terugtrekken in de natuur en de meest ingewikkelde oefeningen doen om een onsterfelijk leven te verkrijgen:

Zich naar de wildernis en moerassen begeven, zich ophouden in wijde vlaktes, zich ontspannen met het vangen van vissen, en alleen maar niets doen, dat is waar de geleerden van rivieren en zeeën, mensen die de wereld ontvluchten, ontspannings- en vrijetijdslieden van houden.

Blazen en puffen, uit- en inademen, oude lucht uitstoten en verse inhaleren, hangen als beren, zich uitstrekken als vogels, en alleen maar bezig zijn met lang leven, dat is waar de geleerden van de energiegeleiding, mensen die hun lichaam voeden, fans van een hoge ouderdom a la Peng Zu⁷ van houden. (...) Maar ontspannen zijn zonder rivieren en zeeën, lang leven zonder energiegeleiding, alles vergeten en daarmee alles bezitten, zo eindeloos los zijn van alles dat al het schone je volgt, dat is de weg van hemel en aarde, en de deugd van de wijze mens. (Zhuangzi, hfst. XV)⁸

En elders:

⁶ *Entangling vines*, Zen koans of the Shumon Kattoshu, translated and annotated by Thomas Yuhou Kirchner, with a foreword by Ueda Shizuteru, Tenryu-ji Institute for Philosophy and Religion, Kyoto, 2004, p.136.

⁷ Men zegt dat hij achthonderd jaar oud werd.

⁸ René Ransdorp, *Zwervend met Zhuang Zi*, Wegwijs in de taoïstische filosofie filosofie, Damon, 2007, p.215.

De ware mens van de oudheid heeft geen weet van gehechtheid aan het leven en heeft geen afschuw voor de dood. Zijn geboorte strekt hem niet tot vreugde en hij verzet zich niet tegen zijn dood. Ontspannen gaat hij, ontspannen komt hij, meer niet. Hij vergeet niet wat zijn begin geweest is en tracht niet te achterhalen wat zijn einde zal zijn. Als hij iets ontvangt, is hij verheugd, wanneer hij 't moet verliezen, geeft hij het terug. (Zhuangzi, hfst, VI)⁹

Loazi, de legendarische auteur van de Dao De Ding formuleert belangeloosheid als volgt:

*De hemel is lang en de aarde durend.
De reden waarom hemel en aarde lang en durend zijn, is dat zij niet voor zichzelf leven. Daarom kunnen zij lang leven.
Om die reden plaatst de wijze mens zijn persoon op de achtergrond, en komt zijn persoon op de voorgrond.
Hij slaat geen acht op zijn persoon, en zijn persoon blijft bewaard.
Is dat niet omdat hij geen eigenbelang heeft?
Daarom kan hij wat in zijn eigen belang is verwezenlijken.
(Laozi, hfst. 7)*

Met andere woorden, eerst als alle eigenbelang is achter gelaten, als al het persoonlijke is vergeten, krijgt dat wat echt van belang is de kans om zich te manifesteren.

Een contemplatieve deugd

Hoe kunnen we iets belangeloos doen? Dat kunnen we niet. Belangeloosheid reken ik tot de typisch contemplatieve deugden. Andere voorbeelden: 'oordeel niet', 'geen voorkeur, geen afkeur'. Ik noem deze deugden contemplatief, omdat ik weliswaar bereid ben hen te beoefenen, maar ik ben tegelijkertijd niet in staat hen ten volle te realiseren. Zij maken mij ervan bewust iets te willen, wat ik niet kan. Alleen in theorie, op een abstract niveau, bestaat belangeloosheid. Er zijn momenten van ervaringen waar het belang geen rol speelt omdat voor de duur ervan elk gevoel van 'ik' afwezig is. We noemen dit verlichtingservaringen of eenheidservaringen. Op dergelijke geestrijke ogenblikken is er geen denken aan belang of belangeloosheid. En zodra ze voorbij gegaan zijn, keert het ik weer terug en daarmee alle eigenbelang. En daarmee verliest de beoefening van belangeloosheid nooit zijn actualiteit. Het heet een contemplatieve beoefening omdat ik nooit kan weten of ik ooit wel iets puur belangeloos doe of gedaan hebt. Ik kan mij niet eens een idee vormen van belangeloosheid. Wie echter niet zozeer over het woord nadenkt, wie niet probeert zijn betekenis of bestaanswijze te vinden, maar dit woord belangeloosheid direct tot zich laat spreken en er zich erdoor laat raken, zal ontdekken hoezeer belangen een rol spelen. Het werkt als het bekende 'denk niet aan een aap!' Iedereen ziet direct een aap. Zo ook voor wie het woord belangeloosheid beschouwt. Onmiddellijk toont zich

⁹ René Ransdorp, op. cit. p.207.

hoezeer eigenbelang een rol speelt bij alles wat ik onderneem. Hetzelfde gebeurt bij het horen van ‘oordeel niet’ en ‘geen voorkeur of afkeur’. Het laat niet alleen zien hoe sterk oordelen, voorkeuren en afkeuren in mijn dagelijkse leven een rol spelen, het maakt mij duidelijk dat ik voor een normaal bestaan niet zonder kan.

Kan ik ooit belangeloos handelen? Ik niet. Ik kan het hoogstens beoefenen als een onmogelijk te bereiken ideaal. Alsof ik mij naar een eindpunt uitstrekt dat steeds wijkt. Tot ik mij zo uitgerek heb dat wat mij bindt, mijn ik, knapt. Maar zelfs als dat gebeurt, weet ik niet of dat wel mijn verdienste is.

Toch heeft de beoefening van belangeloosheid, ook al lijkt zij een onmogelijkheid, een bepaald effect. Zhuangzi wijst hierop. Zij brengt een grote vrede en rust teweeg. Want er hoeft niet iets bereikt te worden. Er is geen doel dat nagestreefd hoeft te worden. Er kan ontspanning optreden. Zorgeloosheid is het trefwoord waarmee de taoïsten lijken te leven. Elke beoefening op het geestelijk pad kan zorgeloos gedaan worden. De bekommernis om een resultaat is afwezig. Er is slechts beoefening.

Op basis van belangeloosheid is er ook een grote vrijheid. Omdat ik geen enkel belang ermee dien, noch persoonlijk, noch maatschappelijk, ben ik vrij het geestelijk pad te gaan zonder aan wie of wat verantwoording te hoeven afleggen. Vanuit spiritueel perspectief bezien, bevoordeel ik niemand en benadeel ik niemand. Natuurlijk weet ik dat de wereld en de religie (sic) – mij dit standpunt kwalijk kunnen nemen, omdat dit ruikt naar onverschilligheid. Ook al is dit moeilijk voor de wereld en sommige religieuze tradities te begrijpen, hier is iets heel anders gaande.

Vanuit mijn contemplatieve beoefening heb ik niets te zeggen over anderen en anderen hebben niets te zeggen over het contemplatieve pad dat ik ga. Contemplatie betreft uitsluitend de eerste persoon. Niemand kan mij op dit gebied iets vertellen en dat is wederzijds. Contemplatie heeft de wereld niets te bieden en de wereld niets aan de contemplatie. Contemplatie is wereldvreemd. En in deze vreemdheid, andersheid, ligt haar waarde voor de wereld.

In zoverre is belangeloosheid ook geen ethische kwestie. ‘Denk noch het goede, denk noch het kwade’ zoals Huineng, de zesde Chinese patriarch het formuleert, is wederom een voorbeeld van een aansporing tot contemplatieve deugdbeoefening.

Niet voor niets wordt dit in de zentraditie een koan genoemd. Wie werkt met dit zinnetje, wordt in een paradoxale positie geplaatst. Ik zet mijzelf in een onhoudbare spagaat. Enerzijds toont het hoezeer mijn hele leven beheerst wordt door de gedachte aan goed en kwaad, anderzijds nodigt het uit elk idee omtrent het goede en het kwade achter te laten. De Dao De Ding spreekt op vele plaatsen over ‘de ware deugd is geen deugd’. Dat is geen aansporing tot kwaad. Maar het vraagt: laat de gedachte aan deugdzaamheid varen. Wees niet trots op je deugdbeoefening. Laat je niet voorstaan op het feit dat je een goed mens ben. Houd de anderen niet voor slecht en beschouw jezelf niet als beter. Zhuangzi drijft de spot met de aanhangers van Confusius die niet ophouden te spreken over vriendelijkheid en rechtvaardigheid. Maar in feite werd er in zijn tijd alleen maar oorlog gevoerd. En de situatie is sindsdien niet veel verbeterd.

Belangeloosheid veronderstelt een louteringsweg, meer van wegstrepen dan van aanstrepen. Hoe kan het ik dat zoveel belang hecht aan zijn bestaan, zoveel tijd en energie spendeert aan welvaart en welzijn, zoveel zorgen heeft over opvoeding – om slechts enkele belangen te noemen –, hoe kan dit ik zichzelf wegcijferen, zijn

verstrekkende belangen vergeten en Gods water over Gods akker laten lopen? Hoe pejoratief dat laatste ook mogen klinken, ik lees er graag een mystieke betekenis in. Maar zolang ik belangeloosheid aanvoel als een opoffering, een ascese of als het ontlopen van verantwoordelijkheid, is er nog een lange weg te gaan. Waarschijnlijk denk ik dan nog steeds dat ik mijn eigen volmaaktheid moet ontwerpen. Ook de idee dat ik spiritueel werkzaam ben, dient achtergelaten te worden. Misschien is dit wel het ergste: de ontdekking dat de vorderingen op het geestelijk pad niet afhankelijk zijn van mijn inspanningen. Dat ik er absoluut niets aan kan doen. Maar wie dan wel? ‘God’, zingen de mystici in koor. Laat God het werk doen, zegt Johannes van het Kruis en doe zelf niets, blij ledig en in ruste. Maar God is ‘de duistere’, niemand weet hoe Hij werkt, wanneer Hij werkt en of Hij wel werkt. Hier ligt de diepere betekenis van ‘Gods water over Gods akker laten lopen’. ‘Vertrouw op de geest’, leren de zenmeesters, ‘op Andere kracht’, zeggen de Zuivere Land boeddhisten. Maar wat is geest, wat is Andere kracht? In elk geval is hier geen sprake van zelfredzaamheid. Belangeloosheid veronderstelt een mate van passiviteit, van ontvankelijkheid waarvoor een mens die uitsluitend activiteit kent, bang is. In de alledaagse wereld is het nog wel te verkroppen als er zaken zijn die ik niet kan begrijpen of niet kan repareren. Maar spirituele machteloosheid is het meest verschrikkelijke. Wie eenmaal het sterke verlangen kent naar het Ware Zelf, het Ene, het bevrijdende leven van de geest, of God, breekt het angstzweet uit als hij zijn totale onmacht begint te vermoeden. De zentraditie noemt dit het binnengaan in ‘de grote dood’. Het ik wordt kleiner en kleiner en smelt en verdunt tot niets. Een druppel verenigt zich met de oceaan. Misschien is angst voor zelfverlies, voor de nietigheid niet het enige. Wellicht is er ook de vrees voor wat er te wachten te staat, gelijktijdig met de grote dood: het grote onbekende, het grenzeloze, het mateloze, het allesomvattende.

Een goede oefening in belangeloosheid is het ritueel. Uiteraard, ik bedoel niet het ritueel dat gedaan wordt om iets te verkrijgen (mooi weer, rijke oogst, overwinning op de vijand, verzoening) of om onheil af te wenden (ziekte, dood, geweld). Voor Dogen is zazen ook een ritueel. Ook bij het ritueel gaat het mij over contemplatieve beoefening, zonder doel en zonder belang, onbaatzuchtig.

Een ritueel is een handeling in een vastgelegde vorm die voortdurend, op dezelfde tijd of op verschillende tijden, herhaald wordt. Zoals Huangbo’s buigingen. Hij maakte elke dag zijn buigingen. Hoeveel, vermelden de teksten niet. Maar gezien het litteken op zijn voorhoofd, heel veel. Wat gebeurt er als we elke dag een aantal keren ons ter aarde werpen? We beginnen allemaal met een bepaalde idee: dat is goed voor onze geest en het is goed voor ons lichaam, een antieke vorm van fitnessstraining.

Mijn leraar Genpo Roshi vertelde eens het volgende uit de tijd dat hij nog bij Maezumi Roshi studeerde in Los Angeles. De studenten hadden ontdekt dat in de Koreaanse zentraditie het gewoonte was om elke dag 108 buigingen te maken. Enthousiast begonnen de studenten dit ook te doen, elke morgen, vóór om vijf uur de eerste zazenperiode begon. Men stond er zelfs vroeger voor op. Na enige tijd meldde Genpo vol trots aan Maezumi Roshi hun nieuwe praktijk. Scherp, zoals zo vaak, reageerde hij met: ‘Beautiful! But don’t count!’

De meest gehoorde kritiek op het ritueel: op den duur gebeurt het automatisch, zonder aandacht, het wordt sleets. En dat is precies de bedoeling. Wanneer we elke dag of meerdere keren op een dag dezelfde vastgelegde vorm herhalen, buigen of een mantra zingen, treden er onvermijdelijk momenten op dat waar deze handelingen ons niets meer zeggen. Ook al zijn we enthousiast ermee begonnen, na verloop van tijd, worden ze een repeterende breuk. Ze zijn betekenisloos geworden, zinloos. Als we het ritueel alsnog doen, is dat omdat we het ons nu eenmaal voorgenomen hebben of omdat anderen het ook blijven doen. Op dit punt gekomen dient er zich een hoogtepunt van beoefening aan.

Verstandelijk gesproken zijn er genoeg redenen om met dit nietszeggend gedoe op te houden. Er is echter meer gaande dan het verstand kan bevatten. Wat gebeurt er in de geest van degene die dit ritueel gevoelloos, onnadenkend, betekenisloos uitvoert? De gelegenheid doet zich voor om een handeling te verrichten zonder dat er enig belang aan gehecht wordt. De idee is verdwenen dat ik er baat bij moet hebben, dat mijn inspanningen dienen bij te dragen aan mijn fysiek of geestelijk welzijn. Zelfs al mocht dit zo zijn, ervaar ik dat niet meer. Soms lijkt het erop dat dit ontbreken van enthousiasme mij doet denken dat ik achteruit ga in plaats van vorderingen te maken. Hier verlies het ik zijn oriëntatie, zijn doelgerichtheid. Hier vindt de loutering plaats waar het op het contemplatieve pad om te doen is. Het ik wordt gezuiverd van zijn bedoelingen, zelfs van de beste. Er blijft niets anders over dan dat ik de rituele handeling verricht: ik buig omdat ik buig. 'Zonder waarom', zou Meester Eckhart zeggen.

Dit betekent niet dat het enthousiasme of de ontroeringen die het ritueel ons kan schenken, nooit meer terug zal keren. Ongetwijfeld komt na een wat schrale periode weer een tijd van overvloed. Maar tijdens die gevoelloosheid en desoriëntatie wordt dankzij doorgaande beoefening mij iets ingewreven wat ik mijzelf niet kan leren: belangeloosheid.

Tot slot van dit gedeelte, alleen al om het leesplezier, het verhaal van Zhuangzi op zijn sterfbed. Zelfs zijn dood en begrafenis hadden voor hem geen enkel belang. En toch voelde hij zich zo rijk:

Toen Zhuang Zi's dood ophanden was en zijn leerlingen de wens uitten hem een deftige begrafenis te geven, zei Zhuang Zi: 'Ik neem hemel en aarde als mijn binnen- en buitenkist, zon en maan als het paar jadeschijven, sterren en hemellichamen als de ronde en niet-ronde parels, de tienduizend dingen als de meegegeven giften.

Is daarmee het benodigde voor mijn begrafenis niet gereed? Wat zou daar nog aan toe te voegen zijn?'

De leerlingen zeiden: 'We vrezen dat kraaien en wouwen onze meester op zullen eten.' Daarop zei Zhuang Zi: 'Wat boven de grond door kraaien en wouwen, zal onder de grond door mollen en mieren worden opgegeten.

Waarom partijdig zijn door het van de eerste af te pakken en het aan de laatste te geven?' (Zhuangzi, hfst. XXXII)¹⁰

¹⁰ René Ransdorp, op.cit., p.207.

Belofte

Contemplatie bevat een belofte, al is deze even raadselachtig als het mysterie waarop contemplatie zich richt. Zij wordt niet vervuld bij wijze van beloning, noch is zij een resultaat dat we kunnen berekenen: hoeveel jaren contemplatie zijn ervoor nodig? De belofte is niet afdwingbaar, hoe krachtig en lang ik mij ook inspan. Er is ook geen garantie. Dat alles steunt te veel op eigen werkzaamheid, verwachtingen en houvast. Contemplatie is ook geen zaak van zingeving. Natuurlijk is het aangenaam om zin te geven aan het bestaan door gezinsleven, werk, vrije tijdsbesteding, kunstgenot. Maar dat is iets anders dan het zinvolle dat mij tegemoet komt van gene zijde. Daar geef ik geen zin, maar wordt deze mij geschonken. Ik krijg zin. Leuk Nederlands, trouwens. En dat is veel meer dan ik zelf aan zingeving kan toekennen. Ik wordt overladen met een zinvolheid die ik nergens kan thuisbrengen. Zij vraagt ook niet om nadere verklaring. Zij bestaat uit overvloed, een niet te temperen vreugde, die zich niets gelegen laat aan wereldse of religieuze waarden en normen met betrekking tot wat gezond of waanzinnig is, betamelijk of onbetamelijk, rationeel of irrationeel. Beloven doen alle religies. Dat is hun aantrekkingskracht en hun mogelijke zwakte. Hun attractieve beloftes worden een zwakgebod zodra zij worden misverstaan. En de tradities zelf geven in hun onderricht maar al te vaak aanleiding tot een misverstand, wanneer zij hun beloftes verkondigen in de meest letterlijke zin. Alsof de predikers zelf de grootste moeite hebben met het spirituele principe: 'De letter doodt, de geest maakt levend.'

Boeddhisme belooft de opheffing van lijden (dukkha). Maar de Boeddha leerde geen onsterfelijkheid. Wat hij in het vooruitzicht stelde was niet het opheffen van de natuurwet. Alles is nu eenmaal vergankelijk. En daarmee is elk mens onderworpen aan geboorte, ziekte, ouderdom en dood. Ook Sakyamuni Boeddha werd oud en ziek en stierf ten slotte. Wat hij echter leerde was een andersoortig zien van deze vergankelijke werkelijkheid. Niet met het oog van 'persoonlijk lot' of met een autobiografische blik kijken naar leven en dood, maar met een non-dualistisch oog van wijsheid, een contemplatieve wijze van waarnemen, waarmee deze wereld, samsara, anders ervaren en dus anders gedacht en gewaardeerd wordt. Hierin ligt de bevrijding.

Alvorens de belofte te omschrijven zoals die in de zenbeoefening mij tegemoet treedt, wil ik graag, bij wijze van overgang, even stilstaan bij een typische christelijke toekomstvoorspelling: de verrijzenis van het lichaam. Het Nieuwe Testament vermeldt Jezus' opstanding uit de dood en dat bij het laatste oordeel de gehele mensheid zal herrijzen uit het graf. Tezamen met de incarnatie beschouw ik de verrijzenis van het lichaam als één van de meest uitzonderlijke spirituele ideeën van de mensheid. Maar wie de wederopstanding uit de dood uitsluitend biologisch en historisch (tijd-ruimtelijk) opvat, ontkracht haar werkelijke betekenis. Wie de verrijzenis echter alleen maar ziet als een geestelijk gebeuren waarin het lichaam, achtergelaten, overwonnen en overstegen wordt en de geest, eindelijk vrij gekomen van fysieke banden, onbelemmerd zweeft in de oneindige ruimte, mist het eigenlijke van de belofte. Verrijzenis is een andere zienswijze op dit als normaal ervaren of gekende sterfelijke, biologische, historische lichaam.

Verrijzenis vraagt niet om een letterlijke, maar om een symbolische wijze van verstaan.¹¹ Het letterlijke, rationele, analytische is wat verdeelt, onderscheidt, naast elkaar plaatst en daarbij de neiging vertoont deze dualiteit vast te leggen. Het symbolische denken leert wat ‘samenvalt’, verbindt, verenigt. Eerder dan distincties legt het symbool verbanden en scheidt het eenheden die vaak onbewust zijn of verdrongen. Vandaar de dringende roep van Norman O. Brown om terug te keren tot een symbolisch kennen van de werkelijkheid: de herontdekking dat alles symbolisch is: ‘Alles Vergängliches ist nur ein Gleichnis’ (Goethe).¹²

Het verrezen lichaam is symbool om aan de vergetelheid te ontrukken dat het een onverdeeld, niet individueel lichaam betreft. Dit lichaam van vlees en bloed is het lichaam van de mensheid als één lichaam. ‘We zijn leden van één lichaam’. De huid is niet alleen maar een grens, waarachter ik mij veilig denkt terug te trekken. Zij is ook een verbinding met al wat is. Het lichaam bevat de informatie over deze eenheid. Vandaar dat Jezus wat brood nam en zei: ‘Neem en eet, dit is mijn lichaam’. Of zoals de Upanishads zeggen: ‘Tat Tvam Asi – Gij zijt dat’. Of zoals de boeddhisten zeggen: ‘Dit lichaam is Boeddha-lichaam.’

De verrijzenis van het lichaam is de vergoddelijking van het lichaam. De kruisdood, de grote dood, die eraan voorafgaat, herstelt de verscheurdheid van lichaam en geest, natuur en bovennatuur, mens en god. Het geminachte, voor zondig gehouden lichaam wordt weer gezien in zijn oorspronkelijke onschuld. Verrijzenis: geest wordt vlees, het lichaam is de plaats van deze incarnatie. Deze microkosmos is macrokosmos.

Contemplatie bewerkstelligt niet een ontvluchten van maar een terugkeer naar de fysieke werkelijkheid, een afdaling in het lichaam. Daar waar het onderscheidt lichaam en geest wegvalt, waar elk idee ‘geest’ en elk denkbeeld ‘lichaam’ is gestorven, dan rijst de verheerlijking van het lichaam, niet als een abstract geloofsgegeven, maar als een ervaring. Dit lichaam verschijnt als puur leven, als erotische werkelijkheid die zich verbindt met alles wat het aanraakt. Pasen is een tantrisch feest. De belofte van de contemplatie is een fysieke aanwezigheid, die zichzelf niet hoeft te presenteren:

Daardoor wordt de dualiteit, de discrepantie tussen geest en lichaam, wereldse vorm en bovenwereldse vormloosheid teniet gedaan. Het lichaam van de verlichte wordt doorschijnend in zijn verschijning, overtuigend en inspirerend door zijn louterere aanwezigheid, terwijl elk woord en elk gebaar, en zelfs zijn zwijgen de overweldigende werkelijkheid van de Dharma communiceert. Niet door het hoorbare woord worden mensen bekeerd of getransformeerd, maar doordat wat voorbij woorden gaat en direct vloeit van de aanwezigheid van de heilige: de onhoorbare mantrische klank die ontspringt van zijn hart. Daarom wordt de volmaakte heilige ‘Muni’ genoemd, ‘de Zwijgende’.¹³

¹¹ Over het symbolisch verstaan van religie: Tjeu van den Berk, *Mystagogie, inwijding in het symbolisch bewustzijn*, Meinema, Zoetermeer, 1999, vooral p.117 – 134.

¹² Ik ben veel verschuldigd in deze aan: Norman O. Brown, *Love’s Body*, Vintage Books, New York, 1966.

¹³ Norman O. Brown, op.cit. p.266.

De belofte van de zenbeoefening ligt in dezelfde lijn. Natuurlijk, in principe verschilt deze niet wat de Boeddha voor ogen stond: de opheffing van lijden. Maar de zentraditie gebruikt een zeer bijzonder beeld. Ik ontleen het aan 'de tien plaatjes van de os'. De prentjes vertellen het verhaal van een ossenhoeder die op zoek is naar zijn os. De os staat voor de geest, boeddhaschap, verlichting, het ware zelf.¹⁴ Elk plaatje is voorzien van een commentaar en een gedicht. Het eerste plaatje toont de ossenhoeder dwalend langs velden en wegen in de hoop de os terug te vinden. Vervolgens ziet hij de sporen van de os en weet hij dat hij op de weg is (2). Dan ziet hij opeens de os, zij het nog slechts wij wijze van een glimp (3). Vervolgens gaat hij de os achterna en probeert hem te vangen (4). Heeft hij hem te pakken dan moet hij hem temmen (5). Eenmaal getemd is de os een zeer zachtmoedig dier. De hoeder kan rustig omgekeerd en fluit spelend op de rug van de os zitten. De os brengt hem gewillig naar huis (6). Thuis gekomen zit de man ontspannen voor zijn hutje te genieten van de zon. De os kan hij vergeten want hij heeft ontdekt dat de os, zijn ware zelf, hem nooit verlaten heeft (7). Vervolgens kan hij ook zichzelf vergeten, want er is eigenlijk nooit zo iemand als een ossenhoeder geweest. Vandaar de lege cirkel (8). Een landschap: een boom, een riviertje, enkele rotsen, een paar wolkjes aan de hemel. Er is alleen maar deze wereld met zijn seizoenen, zijn op- en neergang (9). En dan komt plaatje tien: het einddoel oftewel de belofte. We zien een breed lachend mannetje, kaal met baard, grote oren met ringen, ontblote borst en een dikke buik, in zijn hand een lange stok met een kalebas gevuld met wijn, op zijn rug een grote zak. Soms staat hij afgebeeld in gesprek met... een ossenhoeder op zoek naar zijn os. Het commentaar en het gedicht gaan als volgt:

De poort tot het woud is stevig op slot en de wijzen en de Boeddha's kunnen hem niet vinden. Zijn licht heeft hij diep begraven. Hij gaat niet de gebaande wegen van de oude meesters. Met een kalebas gaat hij naar de markt; zwaaiend met zijn staf, keert hij terug naar huis. Hij bezoekt vaak de wijnlokalen en de visstalletjes om de dronkaards hun ogen te openen.

Met ontblote borst en blootsvoets gaat hij naar de markt, zijn gezicht besmeurt met stof en zijn hoofd bedekt met as, maar een machtige glimlach spreidt zich van wang tot wang zonder de inspanning om wonderen te verrichten, begint elke dode boom, die hij aanraakt, te bloeien.

De man afgebeeld in plaatje tien is Hotei, de Chinese geluksgod. In het boeddhisme heet hij Maitreya, de boeddha die op het einde der tijden alsnog alle levende wezens komt bevrijden. Hotei, de goedmoedige dikzak, kennen we van het Chinese restaurant waar zijn beeld vaak staat in het raam of in de hal. Waar Hotei verschijnt, brengt hij geluk. Hij is het toonbeeld van generositeit. In de grote zak die hij met zich meedraagt zit speelgoed want hij doet niets liever dan te spelen met kinderen. Hij laat hen over zich heen klauteren of speelt verstoppertje door zich te verbergen achter zijn grote zak. Op de markt praat hij met wie hij tegenkomt, mannen en vrouwen, allemaal

¹⁴ Een mooie uitgave is van Stephanie Wada, *The Oxherder*, A zen parable illustrated, with translations by Gen P. Skamoto, George Braziller, New York, 2002.

ossenhoeders op zoek naar hun os. Hij doet dit alles met een grote vanzelfsprekendheid. Hij preekt niet, beleert niet, gedraagt zich niet als een heilige. Het commentaar zegt dat de toegang tot het woud, de plaats bij uitstek voor contemplatie, stevig op slot zit. Met ander woorden, niemand zal hem kunnen betrappen op enigerlei beoefening. De wijzen en de boeddha's kunnen hem niet vinden, want hij voldoet geenszins aan het uiterlijk van een boeddha of van een wijze. Hij onderscheidt zich in niets van andere mensen. Geen spoor van verlichting te bekennen. Hij geeft geen speciaal onderricht, want zijn aanwezigheid is niets dan onderricht. Terwijl hij niets opvallends doet, straalt zijn verschijning van vreugde en vrijheid. Hij woont in zijn buik. Zijn corpulentie toont de rijkdom van het leven en wie hem ontmoet, deelt op natuurlijke wijze in die overvloed. Men houdt hem misschien voor een dwaas, een armoedzaaier, een bedelaar. En schuddebuikend zal hij er mee instemmen. Als zwerver is hij nergens aan gebonden. Hij hoeft geen grootse daden te verrichten, geen sociale projecten op te zetten, geen spirituele scholen te stichten. Hij loopt rond, lacht, praat, kijkt je aan met pretoogjes, knikt begrijpend of verbaasd, drinkt een glas wijn of eet een broodje vis. Een echt mens onder de mensen. Zijn gestalte is uitdrukking van het leven als spel. Wie hem tegenkomt, gaat daarna lachend verder. Hij doet geen opzienbarende wonderen. Maar wat dood en dor is, komt tot leven wanneer hij het aanraakt.

Dit is de belofte die ons op de zenweg tegemoet treedt: de verlichting van het lichaam. De belofte houdt in te zijn als Hotei, een fysieke aanwezigheid van natuurlijke goedheid, speelsheid, vreugde. Nadere uitleg of verklaringen zijn overbodig. Zelfs de gedachte aan heiligheid, verlichting of wijsheid is teveel. De lichamelijke verschijning is uitdrukking van geluk en generositeit, van herwonnen onschuld, van kinderlijke liefde. Het is daarbij niet eens van belang of anderen dit herkennen. Hotei hoeft niets te terug te krijgen. Hij is alleen maar aanwezig. Wij zijn Hotei. Wij zijn die belofte.

Nico Tydeman