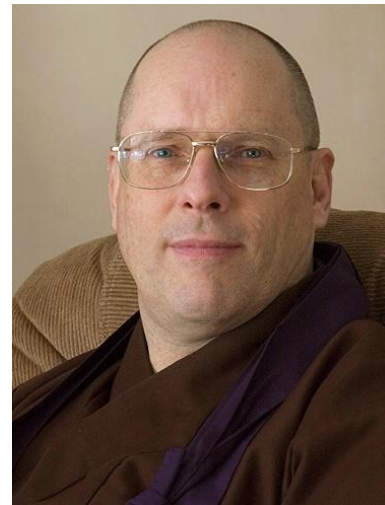


Het vat en zijn inhoud

Dit artikel is een transcriptie van een lezing gegeven door eerw. meester Haryo Young, hoofd van de OBC, tijdens een Sangha assistentenretraite in Shasta Abbey in 2017.

[Eerw. meester Haryo vraagt] “Kan iemand mij alstublieft wat water brengen?” [Een glas water wordt gebracht]. “Hmm... ik vroeg alleen om wat water, niet voor ook een glas. Geef me alstublieft wat water – in mijn hand.” (Water wordt in eerw. meester Haryo’s handen geschonken waarbij er wat gemorst wordt op de vloer). “O jee, we verspillen nogal wat, ik geef je wat terug.” [Het meeste water is al weg en er is weinig dat teruggegeven kan worden. Nadat wat opgeruimd is gaat de lezing verder.]



Nu ik jullie aandacht heb, wat ik duidelijk heb willen maken is dat zelfs het zuiverste water iets nodig heeft waarin het vervoerd kan worden. Ik heb vaak mensen horen zeggen “Ik ben spiritueel maar niet religieus” en dat ze niet geïnteresseerd zijn in de vorm, of in formaliteiten. Als de leraar van eerw. meester Jiyu niet in Soji-ji¹, het klooster waar ze over vele honderden jaren een vorm van beoefening hebben laten evolueren, had geleefd maar ergens anders, zouden ze elkaar dan nog ontmoet hebben? Zou zij dan in staat zijn geweest om de leer door te geven zoals ze dat gedaan heeft? Dat is de vraag.

Vormen helpen in het laten voortduren en het doorgeven van waar de vorm over gaat en naar verwijst: de inhoud van het vat, wat het belangrijke is. Iedereen heeft vorm, de dingen die we doen of niet doen zijn afhankelijk van onze cultuur. We stoppen voor een rood licht – dat is een vorm. We hebben ieder een bepaald kapsel, of juist niet, en dat is een vorm. Mode is een vorm. We kunnen niet ontsnappen aan vorm. En wij menselijke wezens houden van vorm, we houden van stabiliteit. We houden er niet van als de dingen onder onze voeten voortdurend veranderen. We neigen ernaar om te willen weten wat er in het verschieft ligt; we houden niet zo van verrassingen. We voelen ons niet graag misplaats; we willen er graag bijhoren en niet teveel afwijken. Vormen – hoe we dingen doen die ons vertrouwd zijn en waar we met anderen naar kunnen terugkeren – zijn behulpzaam voor dat aspect van onze humaniteit.

Vormen werken soms positief in op onze menselijke natuur – muziek kan ons inspireren en allerlei aspecten van onszelf naar boven brengen die anders onbewust zouden blijven. Vormen kunnen een inspirerende schoonheid hebben; de beker met de lotussen die erop zijn afgebeeld die ik vasthoud doen ons aan de vloeibare inhoud denken, maar we drinken niet de beker. Toch helpt het met de overdracht van wat erin zit.

Vormen kunnen tot uitdrukking brengen wat er in ons omgaat wanneer we oefenen. De Jukai ceremonies zijn daarvan een goed voorbeeld. Vooral ‘Sange’ is een krachtige ceremonie door de focus van de geest die tijdens de processie en het reciteren van de mantra’s ontstaat. We hebben

onze gevoelens van schuld, van oordeel en het steeds terugdenken aan het verleden en het zorgen maken over de toekomst naast ons neergezet; we zijn volledig met de mantra in het heden. En als de condities juist zijn, kan de kwatz [*een luide schreeuw*] in dit proces het laatste beetje ego wegblazen. De ceremonie van het ‘Het volgen van de Leefregels’ toont hoe we door kunnen gaan ongeacht wat het leven ons brengt, of dat nu een makkelijke weg is of een moeilijke klim.

Dus vormen spelen een rol. Ze zijn geen doel op zich maar behulpzame middelen. Ze wijzen naar iets voorbij henzelf, naar iets waarmee zij onlosmakelijk verbonden zijn. Maar er is ook een balans nodig en dat is het behulpzame aspect. De vorm zelf is niet iets magisch. De Boeddha waarschuwde voor riten en rituelen; hij was niet tegen rituelen maar waarschuwde voor het geloof dat rituele handelingen zelf een zuiverheid teweeg kunnen brengen zonder dat we een inspanning maken om het eigen hart en geest te zuiveren. Wat voor ons belangrijk is is *hoe* we iets doen, meer dan *wat* we doen.

In meditatie doen we niets onbedachtzaam of verstrooid. En omdat alles een vorm van meditatie is, is geen taak minder dan een andere. Alles is het werk van een Boeddha, alhoewel we neigen om hen die productiever lijken te zijn dan wijzelf te beoordelen als beter. Maar productiviteit kan een obsessie zijn, een uitdrukking van gehechtheid, vooral als het iets betreft waar we goed in zijn. Het is een afleiding van het kijken naar dat in onszelf dat onderkend moet worden en is dus als het ware een voertuig voor het ego.

Doen wat gedaan moet worden

Het is in een klooster gebruikelijk is dat wanneer iemand goed in iets is, of vakkundige kennis en ervaring heeft, hij of zij in het begin waarschijnlijk niet in een positie terecht komt waar op die kennis geleund kan worden om daarmee de kans dat het een verdere uitdrukking van het ego wordt te vermijden. Dus je moet soms stuntelend dingen doen die je zelf nooit zou uitkiezen. Eerw. meester Jiyu zei soms dat een klooster nooit te efficiënt moet zijn! En dat wijst naar het feit dat we hier niet zijn vanwege doelmatigheid; we zijn hier om aan iets te werken, namelijk onszelf. Ik heb over de jaren een aantal mensen gezien die heel goed in iets waren en erdoor afgeleid werden. Ze gingen uiteindelijk weg en verder met het werkelijk goed in iets zijn, maar niet meer als een monnik.

Dus de Sōtō-weg is eenvoudigweg mediteren gedurende de dag. Er is geen fundamenteel verschil tussen het zitten op je meditatiekussen en lopen, of de vloer vegen, of je inkomstenbelasting uitrekenen; het is niet beperkt tot eenvoudige dingen. Het is simpelweg doen wat gedaan moet worden.

We geven in onze traditie geen formele kōans² aan iemand dus er is niet dat soort van focus waar je jezelf steeds weer naar terugbrengt. Onze kōan is wat in de weg gaat staan van eenvoudigweg doen van wat gedaan moet worden, van wat in de weg gaat staan van eenvoudigweg lopen, zoals je twijfels of kritiek over anderen – dat is de ongekunstelde kōan. En die kan nogal extreem worden. Het is in het leven van iemand die mediteert niet ongebruikelijk dat hij op een punt komt waarin sommige van de dingen die in de weg staan een nogal krachtige en belemmerende

vorm aannemen: “Moet ik doorgaan?”, “Waar gaat dit allemaal over?”, “Dit brengt me niets!” Het is meestal een vorm van twijfel, of kritiek gericht op jezelf of op anderen. En dat is de kōan die op een natuurlijke wijze verschijnt maar in een meer serieuze vorm.

Dat zijn momenten die grote kansen bieden omdat ze staan voor die aspecten van je geest die je los kunt laten om te zien wat er aan de andere kant van dat loslaten is. Het kan een hele uitdaging zijn en ik kan vanuit mijn eigen ervaring zeggen dat op zijn best slechts de helft van de mensen die uitdaging aangaan omdat het zo moeilijk is: er is hier geen uitweg. Het is me verteld dat je in sommige van de tempels in het Oosten een klap krijgt als je het juiste doet, een klap krijgt als je het verkeerde doet. Wat doe je dan? Wij maken geen gebruik van dat soort kunstgrepen. We vinden dat het dagelijkse leven zelf ons uiteindelijk uitdagingen biedt: “Prima, ik moet dus dit ‘wat het ook is’ loslaten als ik mijn meditatie gaande wil houden?”. Maar dat ‘wat het ook is’ lijkt zo echt, of goed, of veelbelovend... Maar meditatie is werkelijk onvoorwaardelijk wat betreft het loslaten; vooral op het meditatiekussen wanneer er niets is wat je geacht wordt te doen. Bij actieve meditatie is dat wat minder eenvoudig maar je kan dan nog altijd het besef hebben van het niet hechten aan persoonlijke voorkeuren – wat je voor jezelf wilt – maar eenvoudigweg luisteren naar ‘wat moet ik doen?’. Dus als het ware uit de weg gaan.

Inzicht in onszelf

Wat betref het vat en zijn inhoud is de Dharma aanwezig, maar ik zie dit meer als wat zichtbaar en geschilderd is op de binnenkant van het vat – datgene wat in de sfeer ligt van wat gekend en uitgedrukt kan worden. Maar de kenbare Dharma waaraan uitdrukking geven kan worden komt van een meer fundamentele plek van begrip. Inzicht is uiteindelijk de inhoud van het vat. Het hoogste doel van onze beoefening is inzicht in onszelf – zowel in het begin van onze beoefening alsook in het eind. Inzicht dat tot verandering leidt, en verandering die tot inzicht leidt. Dit alles is een beweging naar een verdiepend inzicht in onszelf.

Voor ieder van ons is er altijd de volgende stap; iets wat we los kunnen laten, of het stoppen van het identificeren met een aspect van onszelf. In elke stap biedt de Dharma een lering om ons te helpen voort te gaan, ongeacht waar we zijn op het pad. Het wordt ‘Het Hemelse Medicijn Dat Alle Aandoeningen Geneest’ genoemd.

De Boeddha leefde voor een lange tijd en was daardoor in staat om vaak en op vele manieren en vanuit verschillende gezichtspunten te spreken over de menselijke staat. Voor het ego dat lijdt is er de lering over hoe we het leven meer vredig kunnen maken zodat het ego niet meer zoveel lijdt en we niet meer zoveel lijden voor anderen creëren. Maar als we voorbij het ego willen gaan – het ego is sowieso problematisch omdat het in een positie van ultieme geïsoleerdheid en afscheiding verkeert – is er dat wat ons uitnodigt om voorbij het ego te gaan en ons daarin leidt.

Voor hen die kwaad doen, is er de lering over het goede, dat een volgende stap is. Voor hen die het goede doen en verder willen, is er de lering die wijst naar het overstijgen van zowel het goede als het kwade.

Geïmpliceerd daarin is een beweging naar iets toe en natuurlijk stellen we ons dat voor als een soort ervaring. We kunnen het verlichting noemen, of nirvana, of het ervaren van de Waarheid; dit zijn allemaal woorden en uitdrukkingen die over dit ingebeelde iets spreken waarvan we aannemen dat we er naar toe bewegen.

Waarheid

Dus we stellen ons voor dat we iets gaan ervaren. En terwijl we dat doen houden we tegelijkertijd vast (meestal onbewust) aan het ego dat dit iets gaat ervaren. We houden daarmee de 'ik en het andere'-relatie in stand: we hebben dan een 'ervaarder' die een vanzelfsprekende 'natuurlijk is het waar'-realiteit heeft want het voelt zo echt. Deze ervaarder wilt iets anders ervaren dan wat het heeft, iets waarvan het aanneemt dat het het ultieme doel van dit alles is.

Maar het is moeilijk om een te worden met iets dat je als het 'andere' ziet, en dus gescheiden van jezelf houdt. Dus zelfs gedaan met groot vertrouwen en oprechtheid, het is beter om jezelf niet vast te zetten in een idee van de ervaarder zijn die wacht op een nieuwe ervaring. Want in werkelijkheid is het meer in de trant van dat de ervaarder verandert en niet de ervaring. Er is werking niets verkeerd aan onze pure basale ervaringen.

Als je zegt 'ik wil één worden met de waarheid' – hoe je ook dat innerlijk gevoelde ontbreken van iets wilt karakteriseren of verpersoonlijken, of die innerlijk gevoelde roep van iets, of dat gevoel van 'het is niet genoeg, er moet iets meer zijn dan dit' – , jezelf in een relatie houden met waar je naar verlangt of verwacht kan verhinderen dat iets in deze richting gebeurt.

Dat verlangen kan laten gebeuren dat kleine dingen wegvallen: kleine verlangens, kleine begeerten. Dus het kan een doel dienen. Maar uiteindelijk laat zazen niet toe dat aan wat dan ook vastgehouden wordt, zelfs niet aan verlangen. Of zelfs hoop. Misschien zeg je nu "Wat? Kan ik zelfs geen hoop hebben?" Nee, laat zelfs dat maar gaan. Dat klinkt een beetje griezelig en het is moeilijk om het los te laten, maar weet dat het een hindernis kan zijn. Hoop impliceert dat ik iets anders kan hebben dan wat ik nu heb. Dus ik hoop erop en verlang ernaar. Het impliceert dat iets fundamenteel verkeerd is, dat er iets is dat we niet hebben. Hoop voedt eenvoudigweg die illusie en die vergissing.

Dus uitdrukkingen als 'één worden met de waarheid' zijn feitelijk misleidend. Zo lang er een 'jij' in de vergelijking zit, zal de Waarheid je ontgaan. Er zal dan de scheiding zijn tussen Hemel en Aarde waar in Dōgens *Aanwijzingen bij het mediteren* naar verwezen wordt.

Maar als je de 'jij' weg laat vallen, zoals we dat inderdaad in de meditatie doen door alles los te laten, ook elk idee van een zelf – en zelfs elk idee van loslaten – dan is er geen vergelijking die opgelost moet worden, dan is er eenvoudigweg Waarlijk Zijn dat vrij is van elk gebrek. En dat is alles wat je erover kan zeggen. Als je het ook maar enig kenmerk geeft, zorgt dat ervoor dat het verdwijnt of een ding wordt, of een voorbijgaande ervaring, of een vergankelijk stukje kennis. Dit Waarlijk Zijn omvat zowel zelf als de ander omdat ze net als alle andere dingen erin verschijnen en verdwijnen; niets wordt verworpen en niets hoeft verwijderd te worden.

Het is me verteld dat in het Verre Oosten – ik ben er zelf nooit geweest – sommige kloosterlingen meditatie te moeilijk vinden en zich in hun beoefening vooral richten op zingen, en dat is natuurlijk ook een weg. Maar vanuit ons perspectief: nee, het is niet te moeilijk. Ik denk dat ze zichzelf tekort doen. En wij doen onszelf tekort als we ideeën zoals verlichting, bevrijding, nirvana, enz. zien als niet te vatten of als filosofische concepten die geen relatie met ons dagelijks leven hebben. Ik heb zelfs monniken horen zeggen “ik ben niet geïnteresseerd in dit mystieke gedoe!”. Ik zeg: “doe jezelf niet tekort! Het is dichterbij je dan je denkt!”.

Ontwaken

Waar de Boeddha naar wees was een diep inzicht in onszelf, naar meer dan wat ons leven makkelijker maakt met minder lijden. Jij kan net zoals anderen ontwaken als je bereid bent om door te gaan met de fundamentele aspecten van de beoefening die o.a. inhouden: het steeds weer terugkeren naar de meditatieve geest, het loslaten van onnodige gedachten, het doen van wat gedaan moet worden en het volgen van je hart omdat het stem geeft aan de Leefregels in je alledaagse activiteiten. Het is allemaal geen hogere wiskunde. Het is eenvoudigweg een zaak van innerlijk luisteren en ja zeggen.

We doen het echter niet in een ervaringzoekende manier. Ervaringen zoeken is onze gemeenschappelijke zwakte, en het ontlenen van betekenis en waarde voor ons leven uit ervaringen. Doe het eenvoudigweg omwille van zichzelf. ‘Oefenen omwille van het oefenen’ is hoe het soms wordt uitgedrukt. Niet als een doelgerichte activiteit. Jaag niet op ervaringen want elke ervaring moet losgelaten worden. De uitdrukking ‘verlichtingservaring’ is inderdaad misleidend. Op z’n best is ‘verlichting’ het laatste wat je loslaat, voordat je beseft dat je niets nodig hebt. Er is werkelijk geen gebrek.

In de *Surangama Soetra* vind je een boeddhistische uitleg over hoe het universum is ontstaan en het is duidelijk dat het niet gaat over hoe de planeten zijn ontstaan en dergelijke. Het gaat over hoe de wereld die wij waarnemen is ontstaan en het begint met ‘Denken brengt de denker voort’, en dan ‘the game is on’ zoals Sherlock Holmes zou zeggen!

Voor mij heeft het tot bewust besef van de waarheid komen te maken met het inzicht in de aard van onze geest. Onze geest creëert en heeft een diepgaande invloed op veel wat in de wereld bestaat. Het is het zien hoe tegenstellingen in onze geest ontstaan en hoe dat een wereld voortbrengt die inwerkt op ieder anders gecreëerde wereld. Waarheid en illusie zijn slechts één paar van tegenovergestelden waarin we verstrikt raken. Maar als we dit proces van creatie in onszelf kunnen waarnemen – het werkelijk zien door voldoende stil te zijn dat we het werkelijk zien – en weten hoe waardevol het is als we ons onthouden van dat proces, dan denk ik dat we werkelijk op waarde kunnen schatten waar de Boeddha naar wees. Ik zie dit als de essentie van wat het vat van vorm bevat en wat de bedreven wijzen waarmee vormen ons helpen, overdragen.

De Waarheid die er voor mij werkelijk toe doet is het inzicht in de wijze waarop de dingen in ons verschijnen, dus inzicht in hun voorbijgaande en kortstondige aard. En het zien daarvan verbreekt de schijnbare absoluteheid van de realiteit van de wereld om ons heen. Die realiteit wordt dan

doorzien. Daarom zegt de eerste regel van de *Dhammapada* dat alle mentale verschijnselen de geest als hun voorloper hebben; ze hebben de geest als hun baas, ze zijn door de geest gemaakt.

Alhoewel je de voorbijgaande aard van de werkelijkheid der dingen kan zien – weten –, betekent dit niet dat de dingen daarmee verdwijnen. Verschijnselen gaan niet weg. Je bent eenvoudigweg vrij van de tirannie van de schijnbare realiteit, en vrij van de realiteit van het ego die het lijden dat voortkomt uit de tegenstellingen niet kan ontsnappen wanneer we ze niet doorzien – als we niet een manier van stil zitten kunnen vinden waarin we ze gewoon zien komen en gaan.

Voortgaande oefening

Oefening bestaat dan nog altijd maar het is een beoefening ten bate van de beoefening, en de ogenschijnlijke paradox tussen de leer van ‘het fundamenteel reeds verlicht zijn’ en de noodzaak voor ‘voortgaande oefening’ is daarmee opgelost. Alledaagse werkelijkheid en karmische gevolgen bestaan nog altijd; het gevoel een zelf te zijn bestaat nog altijd, maar de realiteit van dit alles, inclusief onszelf, is voorlopig en staat niet vast, om het zo uit te drukken. Het wordt slechts als de wereld van verschijningen gezien en enkel hoe de dingen zijn. Maar je weet ook iets anders, net zoals je in een droom je kunt realiseren dat je droomt en dat er meer is (en tegelijkertijd niet meer) dan wat het oog ziet. Je wordt bewust van het feit dat je geen wervelende gedachtewolk hoeft te zijn. Je legt iets neer. Je hebt de bouwer van het huis gezien, de schepper van de werelden. Je zoekt geen waarheid en benoemt niets als misvatting; je keert terug naar een plek die je feitelijk nooit werkelijk hebt verlaten. En je hebt de gewone geest omgevormd in de Boeddhageest.

Er bestaat het alchemist proces waarin geprobeerd wordt lood om te vormen in goud; omvormen van iets basaal in iets bijzonders. Ik vraag me af of dat een soort code is voor het omvormen van de gewone geest – waarvan we de waarde niet echt waarderen en daardoor achteloos op alle mogelijke manieren gebruiken – in het inzicht dat het in werkelijkheid de Boeddhageest is. We zien het op een volledig nieuwe wijze; het is omgevormd in iets anders, niet omdat het veranderd is maar omdat we begrijpen dat het iets anders is dan wat we voorheen dachten.

Het is zonder gebrek, en tegelijkertijd is er geen prestatie waar het op kan terugvallen; het houdt er geen verworven waarheid op na. Het is meer een wegvallen van wat niet waar is dan een verkrijgen van iets dat we als waarheid kunnen bestempelen – een wegvallen van onwaarheid zonder dat er iets voor in de plaats moet komen. Een bevrijding van het gevoel van gebrek diep in onszelf.

Tenslotte kunnen we concluderen dat het vat in feite leeg is. Er is niets waar je naar kan wijzen. Misschien alleen de oerzuiverheid, de onbezoedeldheid en onschuld die reeds bestond voordat de eerste gedachte ooit verscheen en het proces van weten en vertroebeling begon.

* * * * *

Vertaald door (en ingedeeld in hoofdstukken t.b.v. de leesbaarheid)

op een scherm) door eerw. Baldwin Schreurs.

¹) Soji-ji is de Japanse tempel waar eerw. meester Jiyu-Kennett haar monnikopleiding heeft ontvangen.

²) Kōans zijn vraagstukken die niet opgelost kunnen worden met alleen maar het rationele denken.