

Saaie dwaas of meester onder meesters?

Er is een gedicht geschreven door de negende-eeuwse Chinese Zenmeester Tung-shan Liang-jie (In onze traditie bekend als Tōzan Ryōkai) en dat gedicht heet ‘De Kostbare Spiegel Samādhi’ [Japans: Hōkyō Zanmai]. Het is een belangrijk gedicht dat in Sōtō-Zentempels regelmatig wordt gereciteerd. Een klein deel daarvan dat gaat als volgt:

*“Als je dit onopvallende innerlijke werk doet lijkt je misschien een saaie dwaas,
maar als je erin volharden kan ben je een meester onder meesters.”*

Tōzan heeft het hier over meditatie, de blik naar binnen richten.

Voor iemand die nu langs zou komen en door het raam zou kijken en ons hier in de meditatieruimte zou zien zitten, die zou zich inderdaad afvragen: “Wat zijn ze aan het doen?” En na verloop van tijd zou hij zeggen: “Wat een saaie bedoeling.” Je moet wel dwaas zijn om een heel uur te verdoen met niets, terwijl er zoveel mogelijk is, vooral op een mooie dag als dit. Je kan gaan wandelen, zwemmen, fietsen, in het bos of naar de kust gaan, je kan naar muziek luisteren, een boek lezen, er is zoveel wat je kan doen. Maar wij zitten en kijken naar de muur. En we staken elke activiteit, inderdaad als een saaie dwaas. We kijken naar onszelf. Of misschien moet ik wel zeggen: we kijken voorbij onszelf naar de essentie van ons bestaan.

Het gedicht heet ‘De Kostbare Spiegel Samādhi’ en het woord *samādhi* [Sanskriet] staat voor de staat van bewustzijn dat optreedt wanneer het object van de aandacht gelijk aan het subject wordt. Met andere woorden: als het subject, diegene die aandacht geeft, gelijk wordt aan waar die aandacht aan geeft. Met andere woorden, we staan niet meer los of apart van wat ervaren wordt.

In deze traditie richten we onze aandacht niet op een specifiek object, maar eenvoudigweg op de ervaring van dit moment zoals het is. De ervaring van je lichaam, van je geest tezamen met de zintuiglijke indrukken. We laten onszelf samenvallen met de ervaring zelf. Met andere woorden, we worden de ervaring. Dan is er niet-twee, geen waarnemer en het waargenome, maar gewoon ‘dit wat is’. Wanneer we zo zitten en zoals Tozan zegt, in die oefening van de aandacht naar binnen richten de scheiding los te laten tussen ‘ik’ en ‘wat is’, dan kan je meester genoemd worden. En dan gebeurt er iets bijzonders. Want je weet wat de essentie is van het zijn, het is een dynamische activiteit, een van continue manifestatie. De manifestatie van elke keer ‘dit wat is’.

En dan zegt hij ergens anders in het gedicht: “Kijk, wanneer de houten man gaat zingen, begint een stenen vrouw te dansen”. Of je zou kunnen zeggen: “Kijk, wanneer de vogelverschrikker gaat zingen, gaat een standbeeld dansen”. Een poëtische manier om te zeggen dat de essentie van jouw zijn, deze continue manifestatie, te vinden is in alles. In de levende dingen maar ook wat wij de levenloze dingen noemen. En natuurlijk, een natuurkundige zal het hier grondig mee eens zijn want in de wetenschap weten ze al een hele tijd dat op het kleinste niveau niets stilstaat. Het resoneert, het vibreert, het komt continue in

manifestatie en het verdwijnt weer. Eén dynamische dans die gaande is. En die dans ervaar jij nu als jezelf zittend, kijkend naar een muur. Volkomen niets doen.

Laat de ander maar denken dat we saaie dwazen zijn. Met 'de Kostbare Spiegel Samādhi' zien we het hele bestaan dansen, vibreren en het maakt niet uit, de emotionele lading die de dingen kunnen hebben. We ontkennen niet dat er soms vreugde is, soms verdriet, soms pijn, soms diepe vrede. Dat is de dans van de manifestatie die continue gaande is. Die jou maakt, mij maakt, die alles maakt. Maar nooit blijvend want de werkelijkheid is vergankelijkheid. Dat maakt de dans mogelijk. Anders zou alles bevroren in een status quo en niets zou kunnen bestaan.

Dus laten we zitten. Ervaar dit moment zoals het is en laat de afstand tussen jou als waarnemer, als ervaarder, en wat je ervaart maar oplossen. Dan is er dat 'veld' van Zenmeester Hongzhi" dat zich continue vult met jou en mij en alle dingen van deze wereld, met alle dingen van het universum, steeds weer opnieuw.

* * * * *

*Eerw. Baldwin Schreurs
Zondag 21 augustus 2022*