

## Leegte (Śūnyatā)

We hebben zojuist, voorafgaand aan deze meditatie hier in de tempel, een kleine ceremonie gehad waarin we de Hartsoetra [De Soetra van Grote Wijsheid] hebben gezongen. In de Hartsoetra staat het begrip 'leegte' centraal.

Dat woord leegte [Sanskriet: *śūnyatā*] kom je veel tegen in het Mahāyāna-boeddhisme, het boeddhisme van China, Japan en Korea. En vooral in de traditie die Mādhyamika wordt genoemd en die zijn oorsprong heeft bij de Stamhouder Nāgārjuna [rond 150 – 250] die in Noord-India leefde. Hij gaf dit begrip *śūnyatā* (leegte) een gewicht in de teksten.

Het begrip 'leegte' wordt op heel veel manieren uitgelegd. Een die ik zelf heel behulpzaam vindt is dat wanneer je naar de dingen kijkt, ze op het niveau van het waarnemen waar zijn en solide lijken, op zichzelf lijken te bestaan. Maar als je dan verder als het ware inzoomt, je steeds weer een andere laag van bestaan tegenkomt.

Bijvoorbeeld: kijken we naar een houten tafel, dan zien we dat het bestaat uit een houten blad en poten, dus uit onderdelen. En elk onderdeel bestaat uit hout dat opgebouwd is uit houtvezels die weer bestaan uit cellen, die weer bestaan uit kleinere onderdeeljes. Zo kunnen we dieper en dieper kijken en steeds weer een nieuwe laag van bestaan ontdekken die ook weer verder bestaat uit diepere lagen. Uiteindelijk eindig je met kwanta en volgens de wetenschap bestaan die waarschijnlijk uit, wat in het Engels genoemd wordt, 'strings': kleine stukjes - een soort touw - die trillen. Daar is de wetenschap nu aangekomen maar meteen kan je de vraag stellen: "En waar bestaan de strings dan uit?" Dan kunnen we clever zijn en zeggen: "Het is allemaal energie", maar wat is dat dan?

Het begrip 'leegte' probeert weer te geven dat niets vast te grijpen is als een absolute werkelijkheid, als een absolute substantie. Niets staat op zichzelf. Het is opgebouwd uit steeds weer kleinere onderdeeljes. Kan je nagaan, meer dan tweeduizend jaar geleden al helemaal doordacht!

En dit geldt niet alleen [de leegte] voor wat de vormen betreft die we om ons heen zien, maar natuurlijk ook voor onszelf. En voor dat gevoel van 'ik' van ons. Kijk dieper, waar bestaat dat uit? Er is niets vast te houden wat onveranderlijk is, wat op zichzelf staat. Alles hangt met alles samen, het één brengt het andere voort. Wat is het bestaan toch iets geweldigs! Het lijkt op één niveau zo overduidelijk en grijpbaar en van de andere kant is het een ongrijpbaar mysterie. De leegte geldt ook voor de mentale vormen, de gedachten, de herinneringen, de innerlijke beelden die we hebben.

Nāgārjuna probeerde geen theorie over de fysieke werkelijkheid te ontwikkelen. En zo moeten we het begrip leegte ook niet zien, als een soort wetenschappelijke theorie. Het gaat er in het boeddhisme uiteindelijk om lijden, de oorzaak en het einde daarvan. En hoe meer we vastgrijpen aan één niveau van bestaan en we in zekere zin niet meer de leegte ervan zien, hoe meer we gaan schuren met het leven zelf. Want als het een het ander voortbrengt,

betekent dit dat het leven niet statisch is maar dynamisch, het is een proces. Het stroomt, de flow zoals ik het laats heb uitgedrukt.

Ga in een stromende rivier staan en sta stil en meteen is daar de druk die je voelt tussen jou en het stromen. Is dat niet herkenbaar? Hoe we de druk voelen als we vasthouden in lichaam en geest. We voelen ons aanspannen, fysiek en mentaal. Dus het begrip leegte probeert ons te ondersteunen in het loslaten en probeert ons ook duidelijk te maken dat we niet in een nihilisme vallen. Want een tafel is nog altijd een tafel, hout is nog altijd hout, de cellen zijn nog altijd cellen. Op hun niveau van bestaan, allemaal waar. Er zijn de kwanta en waarschijnlijk ook de strings, er is energie. Maar laat je geest niet vast gaan zitten in een theorie erover, een beeld, een overtuiging. Laat het allemaal gaan en dan is daar precies waar de leegte ons naartoe kan brengen. Een openheid, een zachtheid een natuurlijke wijsheid die voortkomt juist uit het moment zelf.

Dus nu we zo zitten, wordt stil en laat los, verzacht, ontspan. Elk niveau van bestaan is leeg en hangt daarmee samen met alle andere niveaus. Je zou kunnen zeggen, ze bestaan allemaal tegelijkertijd en geen een niveau bestaat op zichzelf.

\* \* \* \* \*

*Eerw. Baldwin Schreurs*  
*Zondag 16 oktober 2022*