

Laat geen sporen na

Ik wil deze meditatie kort inleiden met een stukje uit een oefeninstructie van Zenmeester Hongzhi (de twaalfde-eeuwse Chinese Zenmeester) en hij schrijft onder andere het volgende:

“Volgelingen van de Boeddha zwerven door de wereld terwijl zij hun geest onafgebroken ledigen en verruimen. Zonder ook maar aan het geringste restant vast te houden, kunnen zij op gepaste wijze reageren, niet gehinderd door anderen, niet verstrikt in de dingen. Als je openhartig komt en gaat, kun je vrijelijk delen, maar als je je slechts baseert op het verstand, zul je bedolven worden.

Wie louter rijpheid belichaamt kan vanzelfsprekend en op zijn gemak verkeren met de tienduizend veranderingen, zonder ze aan te raken en zonder ze te mijden. Op dat moment bezit je dezelfde substantie als de oude meesters van weleer.

Laat geen sporen na, dan zullen binnen en buiten tot één geheel versmelten, zo kalm als de lucht opklaart na de regenwolken, zo diep als vocht de herfst doordrenkt. Goede mensen hier allemaal, onthoud dit goed.”

Aldus Zenmeester Hongzhi.

“Laat geen sporen na, dan zullen binnen en buiten tot een geheel versmelten.” In andere teksten heeft hij het over de vogels die vrijelijk in de lucht vliegen en de vissen die vrijelijk het water doorkruisen. Ze laten geen sporen na; de lucht en de vogel vormen een geheel, het water en de vis vormen een geheel. Maar wij mensen houden vast aan de materiële dingen en de immateriële dingen en slepen al onze bezittingen als rolkoffertjes achter ons aan, een spoor achterlatend in de wereld, in de ander en in onszelf.

Dus kunnen we vrij als de vogel worden, vrij als de vis. Laat het rolkoffertje los. Durf je geest te ledigen en te verruimen. Houd niet vast aan ook maar het geringste restant ervan. En juist dan kan je op gepaste wijze reageren met wijsheid en mededogen. Reageren op de omstandigheid van dat moment, niet gehinderd door diezelfde omstandigheid. Dan kan je werkelijk rusten en op je gemak verkeren met hoe de dingen zijn en ze zijn steeds anders. Maar omdat je ze niet aanraakt, noch ze mijdt, kan je werkelijk zijn met vrede in je hart, openhartig komen en gaan.

Dus in deze meditatie, hoe de omstandigheid nu ook is, buiten jezelf, binnen jezelf, laat het maar gaan, laat het maar los. Laat je geest maar leeg en ruim worden. Laat jezelf vrij worden. En beweeg je ook zo door de wereld. Dan laat je geen spoor na. Dan kan de wereld ons allemaal dragen, zonder schade.

* * * * *

*Eerw. Baldwin Schreurs
Zondag 8 januari 2023*