

## Vorbij elk gebrek

Waarschijnlijk komen de meesten van ons tot de beoefening vanuit een gevoel van gebrek. Dat gebrek kan lichamelijk zijn, mentaal, het kan zich uiten in hoe we met anderen omgaan, met de wereld. Het kan een licht iets zijn, het kan een heel diepgaand iets zijn, een ernstig lichamelijk gebrek of ziekte, een mentale ziekte of aandoening. Al die dingen hebben hun invloed in hoe we naar onszelf kijken, hoe we met onszelf en anderen omgaan en met de wereld. En niet zelden zijn ze de oorzaak voor een vorm van lijden, soms een lichte vorm, soms een heel diepe vorm.

Omdat het boeddhisme een pad is naar het einde van lijden wordt er natuurlijk verwacht dat de beoefening op een of andere manier dat gebrek zal doen oplossen. In ieder geval tot zekere mate waardoor het lijden tot zekere mate gaat oplossen. Verlichting wordt dan ook vaak gezien als de staat waarin elk gebrek totaal is opgelost. De staat van een supermens zijn, zo niet lichamelijk dan zeker mentaal. Geen problemen meer te hebben met onszelf, met een ander. Perfect te kunnen functioneren. Hoe goed we ook oefenen, dit punt lijkt nooit werkelijk te komen. Het gebrek wordt misschien draagbaarder maar lost zelden helemaal op. We blijven er last van hebben en het blijft zijn invloed uitoefenen in ons dagelijks leven dus we zien dat het lijden niet verdwijnt.

Dus misschien moeten we naar de oefening op een andere manier gaan kijken. En zeker dit beeld van verlichting wat we met ons meedragen loslaten. Want voor de Boeddha was het einde van lijden niet het invullen van een gebrek, maar een diepe acceptatie van het gebrek. Een diepe acceptatie van de moeilijkheden die we ervaren in onszelf, met onszelf, met de ander. Een acceptatie die zo diep gaat dat zelfs 'het accepteren' losgelaten wordt en elk idee van gebrek en moeilijkheid.

De beoefening brengt ons tot het inzicht dat de essentie van elk gebrek dezelfde essentie is als die van onze ware natuur. Het is dezelfde essentie die in het hart van de werkelijkheid ligt, van 'alles wat is', perfect en wat wij noemen minder of niet perfect. Wanneer we dat soort termen als perfect en niet perfect, gebrek en volledig, volledig loslaten, dan is er alleen maar 'wat is' en beginnen we de vrijheid te proeven die daarin verscholen ligt. Want geen enkel gebrek houdt ons ooit gevangen. Het is onze kijk erop, onze beoordeling ervan, ons idee dat het er niet moet zijn.

Verlichting is dan ook de staat waarin dit volledig doorzien is. Dat betekent dat voor de verlichte mens er nog altijd problemen zijn die voortkomen uit het hebben van een niet perfect lichaam, een niet perfecte geest. Want niets is perfect in die zin. Ook dat is maar een beeld dat we met ons meedragen. Soms zijn we inderdaad beperkt lichamelijk, dit lichaam heeft zo'n zijn beperkingen en sommige lichamen kunnen het ene wat beter dan het andere. En zo geldt dat ook voor de geest. We zijn allemaal verschillend zoals alles verschillend is en toch is alles één in de essentie die geen perfectie of imperfectie kent, geen overdaad of tekort. 'Wat is' is de expressie in de eindeloze variatie van 'het ene'.

Kunnen we in hoe we nu zijn volledig verzachten en ontspannen? Kunnen we er een lichte glimlach naar maken? Het is goed, nu zo als het is. Er ligt niets anders op ons te wachten dan die volledige ontspanning in 'wat is'. Wanneer je werkelijk ontspant in 'wat is', zal 'wat is' je verwelkomen en als het ware zeggen: "Welkom thuis".

\* \* \* \* \*

*Eerw. Baldwin Schreurs*  
*Zondag 21 mei 2023*