

Een volledig mens worden

Ik keer zelf regelmatig terug naar de oefeninstructies van Zenmeester Hongzhi, de twaalfde-eeuwse Chinese Zenmeester en misschien wel één van grootste meesters die de Sōtō-Zen traditie heeft voortgebracht. Dōgen zelf noemt hem in de Shōbōgenzō de ‘oude boeddha’. Hongzhi als geen ander kan naar de essentie van het leven wijzen met de meest eenvoudige directe woorden en soms ook op poëtische wijze. Maar ze spreken altijd direct het hart aan en ons begrip. Ze zijn daardoor voor iedereen heel toegankelijk, wat voor een achtergrond je ook hebt.

Ik heb de tekst die ik ga voorlezen waarschijnlijk al een keer voorgelezen bij een andere inleiding, maar deze teksten kan je opnieuw en opnieuw horen en lezen. Eigenlijk zou je willen dat deze teksten zo verspreid raken dat ze ook op scholen worden onderwezen. Want zou het niet mooi zijn als we hiermee zouden kunnen opgroeien, met een diep inzicht van waar het leven werkelijk om gaat, hoe we werkelijk goed kunnen leven. Als we dit al op jonge leeftijd aangeboden krijgen, misschien, misschien krijgen we dan een keer leiders die dit inzicht belichamen en met wijsheid en mededogen kunnen leiden.

Hongzhi schrijft in één van zijn oefeninstructies:

“Om echte werkelijkheid te beoefenen hoef je slechts sereen te zitten in stilte. Heb je dit doorgrond, dan kun je niet meer veranderen door uiterlijke aanleidingen en omstandigheden. Deze lege, volledig open geest verlicht op een subtiele, waarachtige manier. Wees weids en vervuld, niet verward door grijpgrage gedachten, maak een einde aan gewoontepatronen en verwezenlijk het Zelf dat niet bezeten is van emoties. Leef niet kortzichtig maar integer, en teer niet op anderen. Zulk een rechtschapen onafhankelijke geest bezit het vermogen om niet langer ontorende situaties na te jagen. Hier kun je rusten en vind je reinheid, puurheid en duidelijkheid. Stralend en doortastend kun je je elk ogenblik omkeren, en op een harmonische, adequate manier omgaan met gebeurtenissen. [...] Als je overal volkomen helder harmonieert en de scherpe kanten verwijderd, zonder je op dogma's te baseren [...], dan kun je een volledig mens genoemd worden.”

* * * * *

*Eerw. Baldwin Schreurs
Zondag 12 november 2023*