

Wachten

in het labrynt van samsara

André van der Braak

Op het zenkussen kunnen we soms geweldige momenten van stilte ervaren. De eindeloze stroom van gedachten en gevoelens houdt even stil, een open plek licht op in ons bewustzijn, en er is vrede. En rust. Plotseling komen we oog in oog met wat je kan noemen 'de werkelijkheid-zoals-ze-is', of 'zoheid', of 'datheid', of zelfs (wat maakt mij het uit) 'het ware zelf'.

Sommige zenscholen streven ernaar om zo snel mogelijk het alledaagse getetter van je geest te overstijgen, naar de top van de berg te klimmen, en zo'n piek-ervaring te krijgen. 'Go for kensho', noem ik het altijd maar. Ik heb er ook tijdenlang net zo hard aan meegedaan. Maar nu denk ik dat zen zich niet afspeelt richting de top van die berg, maar juist in de vallei, in de schaduw van de bergen. Op het kussen bevinden we ons op die laagvlakte.

De vallei is waar ons zogenaamde alledaagse, profane leven zich afspeelt. Alles wat van de bergtoppen wordt weggespoeld komt daar terecht, alle afval en rommel. Van de top uit gezien is het allemaal nutteloos. Op het kussen dalen we steeds weer af naar die vallei, naar het moeras, naar de waardeloze rotzooi.

Ik heb veel boeddhistische topsporters en krachtpaters meegemaakt, maar mijn zenpraktijk speelt zich af in de vallei en in de schaduw. In de afgrond van de duisternis van niet-weten. In het wachten op het doorbreken van het licht, soms zelfs zonder nog te weten waarom. Mijn kussen daagt me uit om steeds dieper te durven afdalen in het labrynt van samsara, en te durven verdwalen.

De krankzinnige boodschap van de dertiende-eeuwse Japanse boeddhist Shinran, die voor mij ook in zen doorklinkt, luidt: bevrijding is mogelijk, niet omdat we wijs zijn, maar juist *omdat* we onwetend, beperkt, onvolmaakt en eindig zijn. De diepte van mijn onwetendheid ligt voorbij mijn bevattingsvermogen. Niet dat ik te weinig weet of het niet begrijp, maar omdat het uiteindelijke mysterie van de werkelijkheid ver buiten het bereik van mijn denken ligt. 'Ik' kan het niet pakken. Terugkijkend op mijn spirituele loopbaan word ik getroffen door mijn arrogantie om te denken dat ik, als ik maar genoeg mediteer, een diep inzicht in de werkelijkheid kan verwerven. Het grote Mysterie van 'zoheid' ligt voor altijd buiten het bereik van mijn grijpende handen.

En tegelijkertijd ligt het altijd binnen mijn bereik. Als ik het aandurf om te wachten en te luisteren, me open te stellen voor het Grote Mededogen dat alles doortrekt, en dat me voortdurend toeroept. Zoals zenlerares Genno Roshi het eens uitdrukte in een teisho over transmissie: 'we are all being transmitted to all the time.'

Wachten en luisteren. Afgestemd raken op de werkzaamheid van het Groot Mededogen. Shinran heeft het over het diep-horen van de roep uit de diepte. Verder is er niets wat ik kan doen. Het lijkt zo gemakkelijk. Ik hoef niet meer wijzer, beter, of volmakter te worden. Maar toen ik nog bergbeklimmer was, had ik één voordeel: ik kon het nog vermijden om een authentiek en echt mens te worden. En dat is misschien nog wel moeilijker dan de boeddhistische superheld uithangen. De

psycholoog James Hillman zegt, “de weg door de wereld is moeilijker te vinden dan de weg voorbij de wereld”. De zendo is dan niet langer een of andere afgesloten en afgescheiden ruimte, maar het alledaagse, profane leven.

Maar mijn wachten voelt niet als een ontheemd wachten. Temidden in het wachten kan ik me ook geborgen voelen in de ondersteunende kracht van het Grote Mededogen. Net zo goed als ik met niet eens kan voorstellen hoe onwetend ik eigenlijk ben, kan ik me niet voorstellen hoeveel hulp er altijd al aanwezig is. En soms dringt het tot me door. Dan word ik opeens geraakt door een waarachtig vertrouwen, vreugde, spontaniteit. Waar het vandaan komt? Ik weet het niet. Het voelt als genade, een genade zonder afzender. Ik voel dan een diep verlangen opkomen, en tegelijkertijd een diepe dankbaarheid.

Het mooiste van Shinran vind ik het onderscheid dat hij maakt tussen zelfkracht en Ander-kracht (mijn tekstverwerker maakt er steeds ‘Andre-kracht’ van ...). Wachten betekent voor mij Ander-kracht haar werk laten doen. Of dat lukt of niet is ook niet van mij afhankelijk, maar van Ander-kracht. Alles kan er zijn, alles mag er zijn, en ik mag ook volstrekt hulpeloos zijn. Op het zen kussen lukt het me niet om wat dan ook aan mezelf te verbeteren. Voor mij is het leren luisteren, wachten tot ik het Groot Mededogen hoor roepen.

*Verdwaald in het labyrint van samsara,
Wachtend op een teken van Leven
Ik span mijn oren, mijn hart, mijn essentie
Wat valt er verder nog te doen?*

André van der Braak