

Zitten in onderlinge verbondenheid: maart 2022

Grote schoonmaak in je geest. Over Zen mind, Beginner's mind.

In het begin van dit jaar sloeg ik het boek *'Zen-Begin. Eindeloos met zen beginnen'* van Shunryu Suzuki open (1976, 12). De tekst is nog even sprankelend als toen ik het voor de eerste keer, vijftientig jaar geleden, las. De Engelse titel: *'Zen Mind, Beginner's Mind'* spreekt veel meer tot de verbeelding. *'Zen Mind'* is altijd nieuw en fris, vrij van gewoontepatronen. De *'Beginner's Mind'* is leeg; oneindige ruimte. Met beginnersgeest bedoelde Suzuki ook de geest van de beatgeneratie van die tijd, die afkerig was van materialisme en ontvankelijk voor zen onderricht.

Een 'zen mind' is een geest van niet weten. Het is een spiegelende geest die de dingen direct reflecteert als in een spiegel, die de zo-heid ziet zonder de storende ruis van het ego dat er altijd iets aan toevoegt. De *'zen mind'* is tijdloos, zonder verleden, zonder toekomst. Het is de universele geest die weet dat alles stroomt en voortdurend verandert. Suzuki spreekt over de kleine geest en de grote geest. De kleine geest is de egocentrische dualistische geest, die vol met beelden en concepten zit en de grote geest is alomvattend en leeg. 'Als de kleine geest opgaat in de grote geest is er vrede' (1999, 281). Het drukt de eenheid van alle dingen uit en alles mag er zijn. Suzuki gebruikt de metafoer van een waterval die niet als een grote stroom maar in talloze dunne stromen van een enorme hoogte de diepte instort. Uit de verte lijkt het een groot gordijn, maar waterdruppels maken zich hieruit los en gaan weer terug en op de bodem aangekomen waar alle stromen en waterdruppels weer samenvloeien in de rivier, is er eenheid. Zoals we voor onze geboorte één waren met het universum en één met de grote geest en na onze geboorte hiervan zijn afgescheiden geraakt, losgekomen van de eenheid. 'We zijn denkende en voelende wezens geworden én blijven één met het universum', maar vervolgt Suzuki: 'als dat niet tot je doordringt, leef je afgescheiden van de eenheid en dat geldt voor de meeste mensen onder ons' (1976, 123). De kleine geest van het ego en van het duale denken die de geest is van 'ik' tegenover de rest, het 'I, me, mine' van de Koreaanse zenleraar Seung Sahn, maakt dat we de grote geest van eenheid niet kunnen ervaren. Om onze ware natuur te kunnen realiseren, moet ieder van ons zijn of haar eigen unieke weg vinden om die oorspronkelijke eenheid te herstellen. Door het zelf te onderzoeken (en vergeten) niet alleen op het kussen, maar door de dag heen, leren we steeds meer de werking van de kleine geest te doorzien: stap voor stap of in een flits.

In de beginjaren van het westerse boeddhisme was verlichting, satori of kensho een 'dingetje'. Het is een erfenis van Daisetz Suzuki (1870-1966). Hij maakte vooral vertalingen van teksten van de rinzai zentraditie, die in vergelijking met de soto zentraditie een grotere nadruk legt op het belang van satori en kensho. Voor veel westerlingen verkreeg zen daardoor een bijzondere aantrekkingskracht en exotische glans, die de 'verlichte' zenmeesters in wolken van mysterie omhulden.

Vijftig jaar na Daisetz Suzuki kwam in 1959 Shunryu Suzuki in Amerika aan. Hij werd als abt aangesteld van Sokoji, de Zen Tempel in San Francisco, die in 1934 was opgericht door de

Japanse gemeenschap in Amerika. Deze zachtaardige zenleraarⁱ was geworteld in de soto zentraditie van Dōgen Zenji en één van de eerste soto zenmeesters die in Amerikaⁱⁱ les gingen geven. Jonge mensen die naar de tempel kwamen, nodigde hij uit om in de vroege morgen samen met hem te gaan zitten. Japanners deden dat niet, omdat dit in Japan van oudsher aan monniken was voorbehouden. Mediteren door leken was nieuw en dit zou een typisch kenmerk worden van de boeddhistische beoefening in het westen.

Shunryu Suzuki nuanceerde het beeld over verlichting dat mede door Daisetz Suzuki in het westen was ontstaan. Toen hem een aantal maanden voor zijn dood in 1971 werd gevraagd waarom hij zo weinig nadruk had gelegd op satori en kensho, antwoordde hij: ‘Voor mensen die geen ervaring hebben met verlichting is het iets raadselachtigs en wonderbaarlijks, maar als ze het bereiken is het niets. Maar toch is het niet niets. Strikt genomen zijn er geen verlichte mensen; er is alleen maar verlichte activiteit’ (id: 62). Mensen zijn niet verlicht, maar hun handelen is verlicht. Shunryu Suzuki koppelt verlichting los van het subject, want het is niet ‘iets’, er is geen onderscheid meer, subject en object zijn één geworden en er is volledige eenheid. Verlichting komt tot uitdrukking in gedrag, in hoe je bent, in wat je doet, in hoe je spreekt.

Suzuki ging er ook speels mee om, want toen hem die vraag werd gesteld waarom hij er zo weinig aandacht aan besteedde, boog zijn vrouw zich naar de spreker toe en fluisterde: “omdat hij het niet heeft bereikt”, waarop Suzuki zich naar haar toeboog en fluisterde: “ssst, dat moet je niet zeggen, want dat mag hij niet weten”(id; 7). Toen iedereen was uitgelachen, merkte hij op: “Het is niet, dat het niet belangrijk is, maar het is niet nodig er de nadruk op te leggen”. We maken er maar beelden van, belangrijker is dat we in ons dagelijkse zitten op het kussen onze ware natuur steeds weer opnieuw tot uitdrukking brengen. We streven niks na, alles is er; in de act van zazen brengen we de boeddhanatuur tot uitdrukking.

In de rinzai zentraditie is het wel gangbaar om over kensho te praten.ⁱⁱⁱ Dat geldt overigens niet voor Maha Karuna Ch’an, die in de lin-chi (Japans rinzai) traditie wortelt. Ik kom daar later nog op terug.

De mystiek die nog steeds om verlichting en ‘verlichte’ meesters hangt heeft ertoe geleid dat leerlingen in de omgeving van deze meesters kritiekloos waren ten opzichte van het gedrag van hun leraren. Stemmen die hier aandacht voor vroegen werd het zwijgen opgelegd. Na zijn dood werd bekend dat Joshu Sasaki, hij werd 106, langer dan vijftig jaar leerlingen had misbruikt^{iv}. Misbruik van Chōgyam Trungpa en later door zijn zoon en opvolger werd goedgepraat door het misbruik ten onrechte te bestempelen als ‘crazy wisdom’. Zelfs als gedrag duidelijk aanleiding was om vragen te stellen werd er weggekeken, zelfs als er aanwijzingen waren van onethisch gedrag bleef het stil. Men wilde het niet zien. Het is in de afgelopen jaren voldoende gedocumenteerd^v. Menig leraar van de generatie uit de tweede helft van de 20^{ste} eeuw die zogenaamd verlicht was of verlicht gedrag tentoonspreidde, bleek achteraf bezig te zijn geweest met bedenkelijke misbruikpraktijken, die gedurende langere tijd niet werden geloofd dan wel werden gedoogd. In de afgelopen decennia is dat van meerdere leraren van uiteenlopende

tradities aan het licht gekomen. Feitelijk heeft de erkenning van misbruik er wel toe geleid dat er een vorm van onttovering heeft plaatsgevonden, waardoor we veel meer met de voeten op de grond zijn komen te staan ten opzichte van verlichting en verlichte leraren. Het is mensenwerk. Er zijn geen absoluut verlichte personen, die bestaan NIET; er is alleen verlicht handelen. Leraren en zenmeesters zijn gewoon mensen. De zesde patriarch Huineng (638 – 713) zegt dat al in de Platform soetra: het ene moment ben je verlicht; een volgend moment kun je in complete verwarring verkeren.

Worden wie je ten diepste bent, is een verlangen dat onze beoefening gaande houdt zonder ergens naar te streven. In zijn teisho's benadrukt Ton Lathouwers: "het is allemaal genade". Hij haalt altijd de grote Lin-Chi (Japans, Rinzai) aan, die over verlichting sprak als een paal waaraan ezels hun jeuk wegwrijven. Verlichting is niet voorbehouden aan de zen-traditie en komt overal ter wereld tot uitdrukking. Ton Lathouwers benadert verlichting als een *'Revolution of the fundamentals of the heart'* of Ashraya-Paravritti en hij heeft talloze voorbeelden uit de wereldliteratuur uit de atheïstische Sovjetliteratuur gegeven, maar hij citeert ook werk van vrouwen, zoals Clarice Lispector, María Zambrano en Anaïs Nin.^{vi} Hij zal altijd benadrukken: "De kern blijft het zitten. Je eigen beoefening is het allerbelangrijkste en de rest is bijzaak". Je blijft altijd je eigen leraar. Suzuki voelde er eigenlijk ook niets voor om na zazen te spreken (id: 61) en toch deed hij dit. Leraren wijzen alleen maar met hun vinger....naar de maan. Shunryu Suzuki bracht dat tot uitdrukking. Hij was zoals een zenmeester betaamt, als een spiegel voor zijn leerlingen, een instrument om de Dharma, het licht van de lamp, door te geven.

'Zen Mind, Beginner's Mind' wijst op de ontwaakte geest die we cultiveren in de ware beoefening, de juiste houding en het juiste begrip. Alleen maar zitten met de beginnersgeest als metafoor voor de ontwaakte geest. Klamp je niet vast aan wat je weet, maar blijf ontvankelijk: 'Voor de beginner's mind zijn er altijd eindeloos veel mogelijkheden; voor een expert maar enkele'. 'Zen mind, beginner's mind' is de poort om te schouwen in je ware natuur: 'in verwondering over wat is en die verwondering te beantwoorden met de diepste uitdrukking van je ware zelf' (id: 11). Het is de geest die de dingen ziet zoals ze zijn, die in een split second de oorspronkelijke natuur realiseert.

Iedereen is uniek en moet voor zichzelf ontdekken wat het beste werkt om de beoefening levend te houden. Iedereen moet dat voor zichzelf uitvinden. Net als de vraag stellen, wie is het die dit denkt? (hua tou) als je weer eens in de valkuil van het denken bent getuimeld. Het is met name een manier om heel praktisch het denken onder de loep te nemen. Denken dat je de hele dag door doet en weten dat dit gedachten zijn. Suzuki geeft het advies: 'Als je het boeddhisme bestudeert, dan moet je grote schoonmaak in je geest houden' (id: 145) Het is de manier om onze beoefening springlevend te houden. We zijn allemaal op weg te worden wie we ten diepste zijn, zelfs de boeddha's zijn nog altijd onderweg. Onze beoefening houdt nooit op!

Elsbeth Wolf

Literatuur:

Huston Smith en Philip Novak. Buddhism, A Concise Introduction, 2003

David Chadwick. Kromme Komkommer. Leven en zenonderricht van Shunryu Suzuki. 1999

Shunryu Suzuki: Zen Mind, Beginner's Mind, 1976.

ⁱ Op YouTube staan filmpjes van hem.

ⁱⁱ Taizan Maezumi is een andere bekende soto zenmeester, die ook transmissie in de rinzai (lin-chi in Chinees) traditie kreeg. Dōgen (1200 – 1253) is oprichter van de Japanse soto-school.

ⁱⁱⁱ Een voorbeeld is het boek: The three pillars of Zen van Philip Kapleau, dat veelvuldig op kensho ingaat.

^{iv} [Stokoude roshi Joshu Sasaki verdacht van vijftig jaar seksueel misbruik](#), Boeddhistisch Dagblad.

^v Een onthullende documentaire is [Guru in Disgrace](#), 2Doc.

^{vi} Teisho's van Ton Lathouwers zijn opgenomen en te beluisteren op de website van Maha Karuna Ch'an via [Lezen en Luisteren, Teisho's](#).