

Zitten in onderlinge verbondenheid: april 2022

'Moge de liefde leven en onze tijd omhelzen'

Tijdens de viering van 4 en 5 mei vorig jaar stonden we stil bij het feit dat we in West-Europa al 76 jaar in vrede samenleven. De oorlog in Oekraïne raakt aan de wonden die de verschrikkingen van de Tweede Wereldoorlog in onze collectieve ziel hebben achtergelaten. De huidige oorlog raakt ons directer in al onze vezels dan de oorlogen die al decennia lang in het Midden-Oosten, Syrië en Afghanistan voortwoekeren. Er speelt een grotere urgentie door de culturele en geografische nabijheid; de dreiging en gevoelens van onveiligheid zijn acuter. Toch gaat het om hetzelfde geweld en dezelfde verschrikkingen van menselijk leed en ontberingen met enorme aantallen ontheemde mensen en kinderen tot gevolg. Zo werkt het nu eenmaal. Maar er is geen verschil! We zijn allemaal mensen en we leven allemaal met dezelfde behoeften en nood aan veiligheid en vrede.

Iedereen reageert er verschillend op. Er zijn mensen die concreet en voortvarend in actie komen, die gehoor geven aan een innerlijke stem en er zijn mensen die gekweld worden door een gevoel van machteloosheid, angst of verdriet. Voor Etty Hillesum, die in 1943 in Auschwitz werd vermoord, waren de steeds strikter wordende vervolging, de razzia's en dreigende deportaties van de Joodse bevolking, aanleiding tot een radicaal en nietsontziend zelfonderzoek. Dat deed ze in relatie tot de chaotische tijd waarin ze leefde, die bij haar tot overgave en ultieme zelfopoffering leidde, niet door dit lijdzaam te ondergaan, maar als een zelfbewuste daad. Ze dook niet onder en bleef onvoorwaardelijk solidair met de mensen die geen mogelijkheid hadden om onder te kunnen duiken. Ze voelde hoe ze door een diepere werkelijkheid werd gedragen en gevoed en begon te bidden: "Als ik bid, bid ik nooit voor mezelf, altijd voor anderen, of ik houd een dolzinnige, kinderlijke of doodernstige dialoog met dat allerdiepste in me dat ik gemakshalve maar God noem." [...] "En hiermee is misschien het meest volkomen uitgedrukt mijn levensgevoel: ik rust in mijzelve. En dat mijzelve, dat allerdiepste en allerrijkste in mij waarin ik rust, dat noem ik 'God' (1981: 7). In het woord 'God' kunnen we ook onze 'ware natuur of boeddhanatuur' lezen.

In haar dagboek schrijft ze op 19 februari 1942: "De mensen, ja de mensen, maar bedenk dat je daar zelf ook onder valt." [...] "En die rottigheid van de anderen zit ook in ons. Ik zie werkelijk geen andere weg dan dat ieder van ons in zichzelf inkeert en alles in zichzelf uitroeit en vernietigt, waarvoor hij of zij meent anderen te moeten vernietigen. Ik geloof niet dat we in de buitenwereld ook maar iets kunnen verbeteren, wat we niet eerst in onszelf moeten verbeteren. En dat lijkt me de enige les van deze oorlog". [...] "Men moet wel veel in zichzelf uitrukken en uitroeien, om er een ongedeelde ruimte te laten ontstaan voor de grote gevoelens en verbondenheden". Ja, het is heel hard werken om daadwerkelijk de pijn van de ander te voelen, zoals de Avatamsaka: "Dit is de plaats van al degenen, die bereid zijn in dit lijden af te dalen, en precies diezelfde pijn te ervaren in zichzelf". 'Jouw pijn is mijn pijn.' Ze besluit met de zin: "Laten we ervan doordrongen zijn, dat iedere atoom haat die wij aan de wereld toevoegen, de wereld onherbergzamer maakt dan ze al is". Haar woorden resoneren één op één met een tekst uit een van de oudste boeddhistische geschriften uit de Dhammapada: 'Want nooit komen uitingen van haat in deze wereld tot rust door haat, maar enkel door liefde komen ze tot rust. Dat is de eeuwige wet.' In de dagelijkse werkelijkheid is ons ego een hardnekkige spelbreker en we houden dat in stand door ons gelijk te willen halen, de controle te willen houden, of ons stempel te willen drukken. Het is zwoegen, vallen

en opstaan en weer opnieuw beginnen. Als we onze innerlijke demonen niet uitroeien dan projecteren we die op anderen. De woorden van Etty Hillesum lijken op die van Shunryu Suzuki die zijn leerlingen aanmoedigt: 'een grote schoonmaak in hun geest te houden', want dat is nodig als we echt onze ware natuur willen verwerklijken en willen worden wie we ten diepste zijn. Dat lukt alleen door authentiek zelfonderzoek en te luisteren naar onze innerlijke stem en open te staan 'voor wat gezegd wil worden', waardoor liefde en compassie opbloeien en vrede in ons hart en de wereld groeien. Als we de angsten en haat in ons eigen hart niet onder ogen willen zien, zegt Etty Hillesum, dan maken we de wereld tot een onherbergzame plek. Dat is precies wat wij doen als we ons laten leiden door egocentrische bevangenheid en niet gehinderd door enige zelfreflectie, onze frustraties afreageren op onze omgeving. Het gebeurt op wereldschaal als megalomane leiders hun eigen werkelijkheid scheppen en overgaan tot wapengeklepper en vernietiging.

De gebeurtenissen op slechts enkele uren afstand leiden tot de vraag: Wat doe ik? Wat doen wij? In zijn eerste teisho van de sesshin in maart, vertelde Ton Lathouwers over de tijd dat hij bij de Koreaanse zenmeester Seungsahn verbleef. Het was in de tijd van de Vietnamoorlog en iedere avond ging Seungsahn met zijn leerlingen in meditatie zitten voor de vrede, waarbij meerdere keren de Dharani van de grote Mededogendeⁱⁱ werd geciteerd. "Never say I cannot" en "try mind", "try, try, try", waren slogans van Seungsahn. Bidden helpt! Als we niets anders kunnen doen, dan kunnen we mediteren voor de vrede en daarmee zaden van vrede planten in ons hart en in de wereld. In de meditatie verbinden we ons met alles wat leeft. Door de stilte in te gaan, worden we ontvankelijk en verbinden we ons met andere kracht die in ons en het hele universum werkzaam wordt. Als wij in beweging komen, dan beweegt alles met ons mee. Zoals een steen in een vijver rimpelingen teweegbrengt aan de oppervlakte. Of zoals ik al vaker heb genoemd, het effect van de vlinder die met haar vleugels fladdert ergens op de wereld en op een ander continent maanden later een tornado kan veroorzaken. "Never say I cannot" zelfs al zou je van alle kanten horen dat het onmogelijk is. "Zelfs al zou je er helemaal alleen voor staan", zei Masao Abe ooit tegen Ton Lathouwers, "als jij erin gelooft vanuit de diepste diepten van je hart, dan is alles altijd mogelijk." En dat geldt ook nu. Blijf zitten in de stilte! En als de hemel zwijgt dan is er alleen het oer-vertrouwen van je eigen hart. Dat kan ook het moment zijn om in actie te komen, zoals bij Florence Nightingale gebeurde. Ze ging als verpleegkundige aan het werk tijdens de Krimoorlog, omdat de erbarmelijke omstandigheden van de Britse gewonde soldaten haar diep hadden geraakt. Ze moest in actie komen! Toen de koning van Engeland haar bij de uitreiking van een onderscheiding vroeg wat haar had bewogen, antwoordde ze, een innerlijke Heilige Woede.

Niet iedereen is in staat tot een dergelijke heroïek en dat is ook niet nodig, want wij nemen allemaal onze eigen dharmaplaats in deze wereld in. Dat betekent dat we het in ons eigen leven moeten doen op de plek waar we zijn neergezet en met de talenten en beperkingen die we bij onze geboorte hebben geërfd. Daar is de plek waar we ons licht kunnen laten schijnen. En in de stilte verbinden we ons met het leed van alle anderen, zoals Kwan Yin, die luistert naar de noodkreten van de wereld. Het gaat erom dat we iets doen, hoe klein of onbeduidend het ook lijkt, alles wat we doen om licht te brengen in de wereld draagt bij en is van waarde. We weten niet wat het effect is van ons handelen en dat is maar goed ook,

maar dat het iets doet, dat is zeker. Hoe? Dat weten we niet. In de Gelofte aan de Mensheid van Hisamatsu, die we tijdens de sesshin aan het begin van iedere dag reciteren, zijn wij in de wereld om: 'onze gaven ten volle te ontplooiën, ieder volgens de eigen roeping in het leven'. Dat kan alles zijn. We kunnen erop vertrouwen dat 'het naar ons toe komt, maar dan moeten we het wel oppakken', zei Elisabeth Dinnissen. En op een dieper niveau is er altijd de weg van gebed en meditatie. Daar is groot vertrouwen voor nodig, maar het werkt. We weten niet hoe, want dat blijft een groot mysterie, maar het werkt en het raakt aan ons verlangen om het onmogelijke mogelijk te maken. Zoals Ton altijd zegt: Ga staan op een plek waar geen plaats is. Leg je niet neer bij wat is, het mag nooit stollen en blijf geloven in het onmogelijke! Wat dat ook is. Wat doe ik?

Daarom zitten we niet alleen voor onszelf, maar op het kussen verbinden wij ons met de gehele werkelijkheid. Wat doe ik? We blijven zitten en ervaren de pijn van de ander en ontwikkelen wijsheid, liefde en mededogen, die in ons gedrag en handelen tot uitdrukking komen in de directe omgeving waarin we leven. Het maakt de wereld liefdevoller. Ik besluit met twee strofen van het gedicht van Robert Rozjdestwenski *'Brief aan de dertigste eeuw'* (1968: 74 -75):

Moge de liefde werkelijkheid worden en doordrenkt zijn van licht,
klinkend over de eeuwen heen: hulde aan de liefde.
Waardoor alles ons gegeven is, lijden én vreugde,
die de tijd allang heeft doorbroken en in
één machtige opwelling naar de toekomst stroomt.

Moge de liefde leven en doordrenkt zijn van licht.
Moge de liefde leven en onze tijd omhelzen.
Laat de liefde, zuiver en deemoedig iedere dag
opnieuw weer tot mij komen, als een lied dat opstijgt uit mijn hart...

Rozjdestwenski wijst in zijn gedicht de liefde aan als de voornaamste richtinggevende kracht van het leven en van heel de geschiedenis. Alleen wat in de menselijke liefde wortelt, kan werkelijk vruchtbaar zijn (id.1968). Moge de liefde leven en onze tijd omhelzen, opdat ons licht kan schijnen en "we anderen onbewust toestemmen dat ook te doen" (1992: 128).

Elsbeth Wolf

Literatuur:

Etty Hillesum. 1981. Het Verstoorde Leven. Dagboek 1941 – 1943

Etty Hillesum. 2011. Dat onverwoestbare in mij.

Ton Lathouwers. 1968. De Sovjetliteratuur.

Marianne Williamson. 1992. Terugkeer naar Liefde.

ⁱ Zie Maha Karuna Ch'an website, Lezen en luisteren, Sutra's, [Avatamsaka sutra](#). (mahakarunachan.nl)

ⁱⁱ Zie Maha Karuna Ch'an website, Lezen en luisteren, Sutra's, [Dharani van de grote mededogende](#).