

Zitten in onderlinge verbondenheid: oktober 2022

Bodhisattva's die de stroom in zijn gegaan

Om de reikwijdte van de Chinese ch'an beoefening beter te kunnen begrijpen kan een beknopte historische schets van het boeddhisme wellicht helpen. Het historische boeddhisme begon met het ontwaken van de Boeddha onder de bodhi boom in de stad Bodh-Gayā in India ongeveer 500 BC. Na het parinirvana van de Boeddha waren er al snel zo'n 28 verschillende scholen, die alle gebaseerd waren op de Pali-canon. Eén daarvan is de theravada traditie. Ze is gegrond in Zuidoost-Azië en is de enig overgebleven school van dit vroege boeddhisme. Rond het begin van de jaartelling bloeide het mahayana boeddhisme op met nieuwe teksten en nieuwe beoefeningen. Belangrijke soetra's uit deze periode zijn de Pratyutpanna Soetra met een beschrijving van Boeddha Amitābha en het Zuivere Land en de Prajnaparamita Soetra een belangrijke brontekst van het mahayana boeddhisme.

De nieuwe teksten werden door kooplieden en monniken via handelsroutes meegenomen naar China en vertaald in het Chinees. De beoefening van het Zuivere Land boeddhisme nam een hoge vlucht en er ontstonden talloze kloosters die het '*Namo Amituo Fo*' beoefenden en tegelijk waren ingebed in de Chinese cultuur en taoïsme van die tijd. Dan ontstaat de ch'an traditie in China rond 500 AC met Bodhidharma, die bekend wordt als de eerste zenpatriarch. Hij markeert een nieuwe ontwikkeling in de beoefening van '*alleen maar zitten*':

Speciale transmissie van hart tot hart;
buiten alle teksten en woorden om,
verwijst rechtstreeks naar de hartgeest,
schouwen in de ware natuur.

Vijf zenscholen kwamen tot ontwikkeling, waarvan er twee, de Lin-Chi (Rinzai), en Ts'ao-tung (Sōtō) tot in de huidige tijd zijn blijven bestaan. Maha Karuna Ch'an behoort tot de Lin-Chi traditie. Na zijn China reis nam zenmeester Dōgen rond 1230 de sōtō traditie mee naar Japan.

In het Chinese boeddhisme zie je van oudsher dat er meerdere beoefeningen naast elkaar bestaan. Dat begon al in het vroege boeddhisme, waar het Zuivere Land boeddhisme samenging met de tao en devotie voor KwanYin. Het geldt ook voor onze eigen ch'an traditie van Maha Karuna Ch'an. Naast meditatie neemt de devotie voor Kwan Yin een belangrijke plaats in. Ze is de bodhisattva van het grote mededogen en staat op ons altaar om ons voortdurend te herinneren aan het eigen mededogen. Haar naam betekent: zij die luistert naar de noodkreten van de wereld, ze rust niet tot iedereen is gered. In de ch'an traditie leeft een diep besef van eigen en andere kracht, die elkaar wederzijds beïnvloeden. Meditatie brengt een transformatie proces op gang. Iets is werkzaam in ons en hoe dat werkt is een groot mysterie.

Ch'an meditatie is '*alleen maar zitten*'. We zitten met de drie pijlers van zen: met groot vertrouwen en geloof dat het werkt, met grote twijfel (*don't know mind*) met een geest van niet weten, waardoor we overtuigingen en meningen doorzien. Tenslotte zitten we met grote

discipline, we houden vol, ook als er niets lijkt te gebeuren. We blijven zitten met een open en ontvankelijke geest en in dit zitten ontstaat ruimte in ons. In die stilleruimte luisteren we naar wat gezegd wil worden (Jotika Hermsen). We wachten en waken in het vertrouwen dat onze beoefening niet alleen in ons, maar in het hele universum doorwerkt, zoals een steen rimpelingen in een vijver maakt. Toch streven we niets na, want we zitten zonder doel, met een onwrikbaar vertrouwen in de werking van onze geest, die tegelijk de hartgeest van het hele universum is.

In onze traditie zitten we altijd met de intentie van de eerste gelofte van de bodhisattva: Hoe talloos de levende wezens ook zijn, ik beloof ze allen te bevrijden. Dat betekent dat we niet alleen voor onszelf zitten, maar we zitten voor de verlossing van alle levende wezens, zelfs voor het kleinste grasje en plantje.

Een belangrijke soetra in onze traditie, die hiermee is verbonden is de Avatamsaka of bloemenkrans soetra, die een link met de eerste gelofte legt. Het verbeeldt ook het net van Indra, waarin we allen verbonden zijn en betekenis geeft aan onze wederzijdse onderlinge afhankelijkheid van elkaar en van alles wat is. Het is tegelijk een vangnet waar niemand uit kan vallen, zoals Ton Lathouwers altijd weer benadrukt. De soetra geeft betekenis aan de intentie waarmee we zitten. De volgende alinea uit de soetra geeft dit indringend aan:

“Het Grote Mededogen is de essentie van de meditatie,
het is haar lichaam, haar bron en haar middel
om zich in heel het universum te verspreiden.
Zonder dit grote hart van mededogen is de meditatie
hoe verheven die in andere opzichten ook mag zijn,
van geen enkele waarde.”

We zitten nooit met de intentie om er zelf beter van te worden, dat is alleen maar bijvangst. Als we dat wel zouden doen, zouden we ons afscheiden van de gehele werkelijkheid. We zitten daarom altijd met en voor de gehele werkelijkheid. En omdat we daar deel van uitmaken, komt de meditatie ons vanzelf ten goede waardoor liefde en mededogen zich in ons vanzelf ontwikkelen. De vraag is hoe we dat in ons eigen leven tot uitdrukking brengen, hoe geven we daar vorm aan? Er zijn talloze uitdagingen die ons in dit leven aanstaren, want we leven in een turbulente tijd. Er is een enorme energiecrisis, een vluchtelingen crisis, oorlogen, klimaatproblematiek. De verschillen in inkomen zijn groter dan ooit. Een recente VN-rapportage van juli gaf aan dat meer dan 1.7 miljard mensen over de gehele wereld in armoede leven, ook in Nederland. Veel mensen maken zich zorgen voor de komende winter. Wat doen wij? Wat voor een appel doet dat op ons?

We kunnen ons machteloos voelen, maar daar wordt niemand wijzer van. Wat we kunnen doen is: ‘gaan staan op een plaats waar geen plaats is’. Wat zoveel betekent als: volg de stem van je hart en doe wat je diep in je binnenste voelt wat jij moet doen, al lijkt dat onmogelijk. Doe wat in je vermogen ligt. Dat is voor iedereen anders en afhankelijk van onze constitutie, onze leeftijd en de talenten die we hebben meekregen met onze geboorte. Als we maar ons hart hierin volgen. Voor de een is dat zitten of bidden, voor de ander is dat vrijwilligerswerk

gaan doen bij het COA/ Vluchtelingen hulp of in een hospice, gevangenis of verzorgingshuis. We kunnen ons inzetten als klimaatactivist, of we zetten ons in om onze voetstap op deze wereld te verkleinen. Het gaat niet om groot of klein, maar het gaat erom dat we betrokken zijn bij wat er in de wereld waarin we leven gebeurt. Dat we luisteren naar wat gezegd wil worden en ernaar handelen als een bodhisattva die de stroom in is gegaan.

De volgende zen anekdote van David Loy gaat daar over: een leerling vroeg aan zijn meester: Wat doen alle bodhisattva'sⁱ toch voortdurend in de wereld?

De meester antwoordde: 'Adequaat reageren'.....ze doen wat nodig is. Ze volgen de stem van hun hart. Dat is de essentie van de Chinese ch'an: we zitten altijd met en voor de gehele werkelijkheid, met de intentie van de eerste gelofte van de bodhisattva en in het besef van een diepe wederzijdse verbondenheid en afhankelijkheid: We doen op deze wereld wat nodig is, wat van ons gevraagd wordt, uiteindelijk met de bedoeling om onszelf te verwerkelijken.

Elsbeth Wolf

ⁱ Bodhisattva's verzaken niet en komen altijd weer terug in de wereld totdat iedereen is verlost.