

Zitten in onderlinge verbondenheid: november 2022

Hongzhi's Stille Verlichting.

'Wat ons bewustzijn betreft leven we in een toestand van slaap. We zien maar een deel van de werkelijkheid. Toch koesteren we de illusie dat we de gehele werkelijkheid zien. We denken geboren te zijn; geestelijk gezien verkeren we in een prenatale fase: wij moeten nog geboren worden. Zijn we wel wakker, vraagt Elisabeth Dinnissenⁱ zich af en ze vervolgt: de sleutel om wakker te worden voor de gehele werkelijkheid is de stilte ingaan.' Bij Elisabeth schuiven we dan geleidelijk in de richting van een steeds grotere zelfverwerkelijking, het is de weg van de geleidelijke verlichting.

De Japanse zenmeester Dōgen ziet dat heel anders, want op het kussen brengen we onze ware natuur tot uitdrukking, die in ieder levend wezen inherent aanwezig is. Schouwen in de ware natuur, noemde Bodhidharma het. De boeddhanatuur brengen we tot uitdrukking via de poort van 'silent illumination', het begrip dat Hongzhi Zhengjue introduceerde: stille verlichting.

Hongzhi was een ch'anmeester uit de 12^{de} eeuw en de eerste die instructies gaf over silent illumination, de meditatievorm van alleen maar zitten, waarin we het wezen van onze ware natuur ervaren. Silent illumination is het gewaar zijn van de hartgeest. We zijn ons enerzijds bewust van de verlichtende levensbron in ons, zoals Hongzhi de ware natuur noemt en anderzijds spoort het aan om betrokken te zijn bij wat zich aandient en open en ontvankelijk te verkeren in onze dagelijkse omgeving die bol staat van illusies en verwarring. Keer op keer herhaalde Hongzhi dat we al verlicht zijn, maar dat gewoontepatronen de verlichtingservaring blokkeren. We moeten stoppen met het belemmeren van onze verlichting. Dat is de beoefening!

Hongzhi neemt een belangrijke plaats in in de geschiedenis van de ontwikkeling van ch'an-meditatie. Hij behoorde tot de caodong-school (tsow-dong Chinees; sōtō, Japans) en hij is de belangrijkste voorloper van Dōgen, die de geschriften van Hongzhi mee naar Japan nam. Het was een uitgebreide verzameling van teksten, die alom werden gewaardeerd om de poëtische kracht ervan. Na zijn dood verzamelden zijn leerlingen de teksten in de uitgave: '*Uitgebreid Verslag van ch'an-meester Hongzhi in 9 delen*'. In het westen is een deel van de teksten beschikbaar, waaronder de uitgave '*Cultivating the empty field*' van Taigen Dan Leightonⁱⁱ, met instructies voor meditatie. Het zijn oefeninstructies om ons bewust te worden van de verlichtende levensbron in ons. De instructies helpen om betrokken en aanwezig te zijn bij en met de omgeving waarin we leven. "Dit heldere lege veld, benadrukt Hongzhi, dat zich immanent in ieder van ons uitstrekt, kan op geen enkele manier ontwikkeld, of kunstmatig worden veredeld. We hoeven alleen maar te erkennen dat het er is en ervoor te zorgen, dat onze drukke, plaagzieke geest vol met gedachten en conditioneringen, zich niet langer mengt met onze aangeboren stralende zuiverheid."

De eerste instructie van de 56 die Hongzhi geeft is: Beoefening van de Ware Werkelijkheid. "Om de ware werkelijkheid te beoefenen hoef je alleen maar sereen te zitten in stil gewaarzijn.

Stil en sereen, voorbij alle woorden; helder en levendig, laat het zich zien. Als je dit helemaal hebt doorgrond raak je niet meer van slag door uiterlijke omstandigheden en de dingen die gebeuren. Deze lege en volkomen ontvankelijke geest verlicht alle dharmas op een subtiele, waarachtige manier. Wees ontvankelijk en volkomen vervuld en laat je niet in de war brengen door begeerte, behoeften, wensen of gedachten, maak een einde aan je gewoontepatronen en verwezenlijk het Zelf, stop met je te vereenzelvigen met je emoties en laat je er niet meer door bevangen raken.

Leef ruimdenkend, eerlijk en betrouwbaar en teer niet op anderen. Kritiseer jezelf op een vriendelijke, liefdevolle manier, zonder te oordelen. Een rechtschapen en onafhankelijke geest bezit het vermogen om onheilzame situaties te vermijden en het goede te doen. Hier rust je in zuivere puurheid. Stralend en doortastend kun je elk ogenblik alle dingen bijsturen en op een harmonische, adequate manier omgaan met de gebeurtenissen. Onbelemmerd gaat alles haar gang, wolken drijven bevallig tot aan de toppen van de bergen, het maanlicht glijdt sprankelend omlaag in de bergstromen. De hele omgeving is helder verlicht en transformeert zonder de geringste weerstand en weerspiegelt de onderlinge samenhang en verbondenheid, zoals een doos en een deksel, of pijlpunten die elkaar raken in de volle vlucht. Hongzhi verwijst hier naar de Identiteit van Veelheid en Eenheid van Shih-t'ou Hsi-ch'ien.

Ga dan verder en blijf jezelf ontwikkelen en voeden om stabiliteit te verwerven en rijpheid te belichamen. Als je dan overal volkomen helder in harmonie bent en de scherpe kanten verwijderd zonder je op dogma's te baseren, kun je een volledig mens worden genoemd, zoals dat is met de witte os of de wilde kat.ⁱⁱⁱ

Hongzhi zei: “Vele levens van misverstanden en onbegrip komen enkel door wantrouwen, obstakels en verwarring die we creëren in een scenario van isolement. Wij doen deze beoefening om ons isolement aan te pakken en ons hart liefdevol te verzorgen, dat schreeuwt van pijn vanwege de scheiding. Dan blijkt dat er niets is dat moet worden gedaan. Alles is er al.”

Hongzhi zei: “ **Wanneer de smetten der oude gewoontes** hun werking verliezen, verschijnt het oorspronkelijke licht: het zet je schedel in lichterlaaie en laat geen ruimte meer voor andere zaken. Uitgestrekt en weids, zoals lucht en water zich mengen in het herfstgetij, zoals sneeuw en maan dezelfde tint delen, zo is dit veld zonder begrenzing en zonder richting: het is één indrukwekkende entiteit, zonder rand of naad. Dan, wanneer je je naar binnen keert en alles volledig laat vallen, vindt verwerkelijking plaats. Precies op dat moment van het totale wegvallen, zijn overwegingen en gesprekken duizend, nee tienduizend kilometers ver verwijderd. Toch valt er geen principe te onderscheiden; waar kun je dan de vinger op leggen, welke uitleg zou je kunnen geven? Mensen die de bodem van de emmer hebben verloren zijn één en al vertrouwen”.

ⁱ Uit: Brugjes naar de diepte, 2011, Zr Elisabeth Dinnissen.

ⁱⁱ Taigen Dan Leighton 'Cultivating the empty field', 2000.

ⁱⁱⁱ Wit staat voor zuiverheid en verlichting. Plaatjes van de os, op het eerste plaatje heeft de os een witte bles op haar snuit, op het tiende plaatje verschijnt de witte os.