

Via de voordeur eruit, via de achterdeur naar binnen

Wanneer we een tijdlang oefenen merken we gaandeweg op dat we ons lichter en vrijer gaan voelen. We ervaren meer rust en een gevoel van ruimte en vrede in onszelf, misschien niet de gehele tijd maar wel steeds vaker. We zijn meer in staat om de dingen wat lossers te nemen en niet zo gauw meegenomen te worden met de verhalen in ons hoofd of met emoties. En als dat toch gebeurt, merken we dit steeds sneller op en herstellen we. We zijn meer open en kunnen veel van wat het leven brengt steeds beter aan. We krijgen daardoor het gevoel steviger op onze voeten te staan in het dagelijks leven. Je kan zeggen dat ons ego 'het pand' via de voordeur lijkt te hebben verlaten en dat voelt goed, soms zo goed dat we denken het doel dicht benaderd te hebben.

Toch merken we vaak op dat de innerlijke stilte en vrede niet constant aanwezig is en ook nu wijten we dat, zij het op een veel subtielere wijze als voorheen, aan iets dat buiten ons ligt; aan bijvoorbeeld een persoon die zich niet gedraagt zoals we graag zouden willen, of aan persoonlijke omstandigheden die zich niet naar onze wensen onvouwen, of aan bijvoorbeeld de situatie in de wereld die 'slechter' lijkt te worden. Onze geest is zeer bedreven om de meest subtiele verwijten te rechtvaardigen. Alhoewel ons ego door de beoefening zijn grovere kanten verloren heeft en zichzelf nu wellicht wat meer spiritueel vindt, zijn we niet vrij van lijden zolang we het ontbreken van innerlijke stilte en vrede blijven koppelen aan wat onze geest als oorzaken ziet, wat verklapt dat een egocentrisch ik actief is. Dit wil niet zeggen dat we geen vooruitgang hebben geboekt, alleen maar dat we verder moeten gaan en dieper moeten kijken.

Nirvana wordt soms omschreven als de staat van egoloosheid. Dit is niet geheel waar maar ook niet geheel onwaar. Nirvana is niet zozeer een specifieke staat maar veel meer een innerlijk 'wakker zijn' want alleen als we wakker zijn kunnen we het ego herkennen en hem als het ware de voordeur wijzen wanneer hij zich de enige werkelijke bewoner van het pand waant. Dat hij soms via de achterdeur weer naar binnen komt, hoeft geen probleem te zijn zolang we hem maar blijven herkennen voor wat hij is. We kunnen in de boeddhistische teksten lezen hoe de verpersoonlijking van het ego, Mara genoemd, de Boeddha met tussenpozen blijft bezoeken om hem te verleiden. De Boeddha herkent Mara echter steeds weer waardoor hij geen invloed op de Boeddha kan uitoefenen en hij vervolgens teleurgesteld afdruipt. Het is het herkennen van het ego dat het ego berooft van zijn macht. Wie of wat ziet en herkent het ego? Het is de egoloosheid in ons die zelf niet via de achterdeur naar binnen komt, noch via de voordeur ons kan verlaten. Hij is de enige werkelijke bewoner die inherent vredig en stil, vrij van lijden en tijdloos is.



In de tempel staat op een zijaltaar een beeldje van Mañjuśrī, zittend op een leeuw. Deze Sanskriet naam betekent 'stille zaligheid'. Mañjuśrī verpersoonlijkt Wijsheid (prajñā, inzicht). De leeuw staat symbool voor het conceptuele denken dat benoemt, wikt en weegt, oordeelt etc. en zichzelf subtiel als middel- en referentiepunt ziet. Het is dit denken dat ons ego vormt. Die geest kan, wanneer hij niet geleid wordt door wijsheid en inzicht, veel leed en schade toebrengen. Maar als hij gediensig is aan het inzicht van egoloosheid, dan kan zijn denkracht optimaal benut worden in het leven en veel goeds brengen.