

## Door loslaten zekerheid vinden

Ik heb afgelopen zondag een stukje van een voordracht voorgelezen van Zenmeester Bankei, een zeventiende-eeuwse Japanse Zenmeester die vaak zei dat iedereen 'de Ongeboren Boeddha-geest van verlichte wijsheid' heeft. Maar door eigenliefde en het kiezen van onze eigen kant transformeren we die Boeddha-geest, zetten we hem om in een vechtende geest, een jaloerse geest, een ongeduldige geest, een onverdraagzame geest.

Op maandagavond waren wat beelden [op tv] uit Brazilië na de verkiezingen daar. Een jongen Braziliaanse man kwam in beeld, hij leek me zo midden twintig. En hij was duidelijk een aanhanger van Bolsenaro. Hij vond dat Bolsenaro verloren had door fraude, hij wist het zeker! En hij vond dat het leger maar moest ingrijpen. Het was een mooie demonstratie van de gevolgen van de eigen kant kiezen en daarmee de verdraagzaamheid en het respect te verliezen voor diegenen die andersdenkend zijn, die anders over de dingen denken dan wijzelf.

In zekere zin is deze jongeman wel te begrijpen, net als heel veel mensen die nogal extreem zijn in hun denken tegenwoordig. Die de ander niet meer kunnen waarderen maar zien als een existentiële bedreiging. Je ziet het in Amerika, je ziet het in een hele hoop andere landen, die polarisatie. Het is voor een belangrijk deel terug te herleiden naar het feit dat we in een onzekere wereld leven. De uitdagingen zijn groot, economisch maar ook wat klimaat betreft, de energie, vrede, noem maar op. In Nederland is het de woningmarkt, de stikstof-problematiek die dingen stil legt.

Het is een onzekere wereld en wij mensen proberen daar wat vastigheid in te vinden, wat zekerheid. Dus grijpen we vaak terug naar een overtuiging, naar misschien een leider of een partij die beweert voor ons op te komen. In ieder geval in deze woelige wereld een houvast. We doen het eigenlijk allemaal wel tot op zekere hoogte, ons vasthouden aan die dingen die ons een klein beetje zekerheid geven. Een houvast in een roerige wereld om zo met onze angsten en onzekerheden om te kunnen gaan, want dat zit eronder.

Het boeddhisme geeft ons een andere weg om een houvast te vinden in een wereld die constant verandert. En dat is door de angst in te stappen en daarin te verzachten, te ontspannen, het volledig te accepteren voor wat het is. Onzelf volledig te accepteren voor hoe we zijn. Wanneer we stil worden in onze eigen onzekerheden en angsten, wanneer we ons durven te openen daarnaar, vinden we werkelijk een toevlucht. Vinden we iets dat onberoerd blijft in deze roerige wereld, hoe de omstandigheden ook zijn. We vinden vastigheid onder onze voeten, figuurlijk gesproken.

Maar zoals altijd in het Zenboeddhisme, hier is een paradox gaande. Want om die zekerheid te vinden - die vaste grond onder de voeten - zullen we moeten loslaten. Zullen we ons als het ware volledig moeten overgeven aan wat er nu is in onze geest, in ons lichaam. Aan de onzekerheden die er zijn in onszelf, aan de angst in onszelf. En in het hart daarvan stil te zitten, zo stil mogelijk zodat we het niet meer koppelen (onze angsten) aan een verhaal, een

overtuiging, aan een ander iets of aan een ander iemand. Dan dalen we erin af en gaan we er doorheen. En opeens is daar de zekerheid, de zekerheid in een onzekere wereld.

Het is daarom, wanneer we die toevlucht vinden, dat er opeens een vrede ervaren kan worden in onszelf, een stilte, een lichte glimlach. En dan is precies waar Bankei over spreekt waar: het is 'de Ongeboren Boeddha-geest van verlichte wijsheid' die we vinden. Die er altijd was maar die we steeds weer omzetten in een angstige geest, in een onverdraagzame geest, noem maar op. Het is een Boeddha-geest van verlichte wijsheid want die wijsheid laat zich voelen en laat zich gelden in wat we zeggen en wat we doen in een wereld die onzeker is.

Maar we hoeven niets meer vast te grijpen, we hoeven niets meer vast te houden omdat we juist door het loslaten de werkelijke zekerheid, de werkelijke toevlucht hebben gevonden. In die zin is boeddhisme waarlijk een religieuze traditie. Je zou zelfs kunnen zeggen een geloof. Want als we gaan zitten en we voelen ons onzeker, vraag dit geloof en vertrouwen dat als we in onze onzekerheid werkelijk stil blijven zitten we de vastigheid vinden, de zekerheid. Niet meteen, het duurt even.

En daarom vraagt het een beetje moed om stil te blijven zitten in deze roerige wereld.

\* \* \* \* \*

*Eerw. Baldwin Schreurs  
Woensdag 2 november 2022*