

Onvolledig en toch compleet

Zenmeester Dōgen (de grondlegger van het Sōtō-Zenboeddhisme in Japan in de 13^{de}-eeuw) schrijft in het hoofdstuk Genjōkoan in de Shōbōgenzō dat zij die een incompleet inzicht hebben in de werkelijkheid - of, zoals hij het uitdrukt, maar gedeeltelijk gevuld zijn met de Dharma - vaak menen dat ze voldoende weten. Dat ze er al zijn. Terwijl zij die een volledig inzicht hebben, - die volledig gevuld zijn met de Dharma - het gevoel blijven houden dat er iets mist, dat er iets ontbreekt.

Dit is enigszins verrassend, vooral wanneer het gezegd wordt door één van de grote Zenmeesters. Je zou zeggen: "Heeft de grote Zenmeester niet het gevoel dat er juist niets ontbreekt?" Het was Dōgen die zelf zei dat de werkelijkheid in elk moment compleet is. Waar dan dit gevoel van gebrek? Hij licht het toe door te zeggen dat wanneer je met een bootje op de oceaan bent, ver van alle land, je rondkijkt en alleen maar water ziet tot aan de horizon. De oceaan is veel groter dan wat je ziet, maar het water waarop het bootje drijft is de oceaan. We zullen eigenlijk altijd het gevoel hebben dat we maar een deel zien van de werkelijkheid, dat ons inzicht incompleet is. Dat wat ongeboren is, tijdloos en niet vergaat, is inderdaad Dat wat groter is dan dat ik ben.

Zenmeester Hongzhi (12^{de}-eeuwse Chinese meester) nodigt dan ook uit om het Veld te verkennen. Hij heeft het niet over de oceaan maar over het veld, het veld van de werkelijkheid. Niet vanuit een gevoel dat de ervaring van de werkelijkheid in dit moment, de ervaring die er is wanneer je je obsessieve aandacht voor lichaam en geest even loslaat, incompleet is. Net zoals het water onder het bootje. Het is de oceaan. Aan dat water ontbreekt niets, aan dat stukje oceaan ontbreekt niets.

Wanneer we in onze meditatie even dat tijdloze aanraken, die ruimte, die diepe vrede, is dat de Waarheid, de Werkelijkheid. Daaraan ontbreekt niets. Maar het is veel groter. Dus we exploreren, we gaan door met onze beoefening, we verdiepen ons inzicht. En net zoals de oceaan grenzeloos is, is er geen grens aan onze beoefening, qua ruimte, qua tijd.

Daarom zal een Zenmeester ook nooit zeggen dat hij verlicht is, noch zal hij zeggen dat hij niet verlicht is. En dat geldt voor ieder van ons. Niemand van ons is verlicht noch onverlicht. Diegenen die zeggen verlicht te zijn, die zijn maar half gevuld met de Dharma. Diegenen die zeggen niet verlicht te zijn, zijn maar half gevuld met de Dharma, hun inzicht is incompleet. Dus concludeert Zenmeester Dōgen: de oefening zelf, de training zelf, is een expressie van de verlichting. De verlichting die ligt voorbij verlichting en geen-verlichting."

Dus zit, verzacht en ontspan. Laat lichaam en geest even zijn voor wat ze nu zijn. Raak die stille werkelijkheid achter je gedachten en achter je zintuiglijke ervaringen even aan. Die werkelijkheid is compleet én er is eindeloos verder en dieper te gaan. De vreugde en de vrede daarin – in die werkelijkheid – is grenzeloos. Exploreer de oceaan, exploreer het Ware Veld van je Ware Natuur.

* * * * *

*Eerw. Baldwin Schreurs
Zondag 25 augustus 2024*