

Uitstappen

MAARTEN HOUTMAN

Nu een vloed van meditatiewijzen en goeroes Europa, maar ook Amerika overspoelt, wordt het duidelijk waar wij op uit zijn. Wij waren al bezig om via paranormale onderzoeken meer te weten te komen omtrent het leven na de dood, meer in het algemeen omtrent een voortzetting van het leven. Helderzienden en helderhorenden en toekomst voorspellen zijn niet alleen in opmars maar breiden zich op alle levensgebieden uit. De oude voorspellende technieken als astrologie en handlijnkunde verbleken bij deze vloedgolf van het nieuwe. Ook de vroegere theosofische dweperij met vorige levens en de Jungiaanse psychologie van het droomleven houdt zich bij voortduring en bijna uitsluitend bezig met het wordende, met de krachten die daarin werken en de wetten die er gelden. Eenzaam en schijnbaar koel staat daar de uitspraak van de Zenmeester en van de Boeddhist tegenover. Maar zelfs de zenbeoefening heeft geleidelijk aan, hier in het Westen althans, een waas van het beheersen van het leven gekregen. Voor velen is de Zenmeester de onberekenbare krachtfiguur die met bonte uitspraken en radicale slagen het leven stuk slaat en tevens modelleert.

Bij al dat geweld en de sensatie die dat wekt, is in het vergeetboek geraakt dat oorspronkelijk de doorbraak en de verlichting van de Zenmeester op iets totaal anders sloegen. Ook is vergeten dat de Zenmeester, of het nu een Rinzaï- of een Sotomeester was nooit enige belangstelling gehad heeft voor de autobiografie van zijn leerling.

Dit zou al een aanwijzing kunnen zijn, dat de hele ontwikkeling van de persoon van de monnik of de leerling voor de Zenmeester van bijzonder ondergeschikt belang is. Zeker niet van een belang dat het interessant maakt zich af te vragen of de monnik of leerling in vroegere levens zus of zo geweest is en gehandeld heeft.

Nog minder wordt bedacht dat de Zen-weg in zijn authentieke vorm wijst naar een stappen uit de kringloop van het wordende. Zen in zijn meest tegenwoordige vorm, die aangepast is aan het bewustzijn van de thans levende beoefenaars, blijft zijn achtergrond trouw waarin duidelijk sprake is van het beëindigen van de kringloop; de hele Zen-weg is daarop gebaseerd. De meesters zeggen immers dat alle ervaringen, in het bijzonder de bovenzintuiglijke, makyo zijn, illusie. Geen illusie in de zin dat het niet waar zou zijn, maar illusie in de zin dat het een oponthoud is. Een oponthoud zodra men de verschijnselen die zich voordoen op de innerlijke weg op zich zó belangrijk gaat vinden, dat men er zich steeds verder in verdiept. Men ziet die ervaringen dan niet meer als voorbijgaande tekenen, signalen die iets te zeggen hebben, maar als een soort van doel op zich.

Het stappen uit de kringloop is ook geheel en al tegen onze natuurlijke aandrift in. De zelfhandhaving gaat bij ons zo ver dat wij een leven na de dood noodzakelijk vinden om ons nu en hier niet bedreigd te voelen. Wanneer in Zen sprake is van de grote volkomen leegte, worden wij schrikachtig. Bedoeld is dan het leeg zijn aan alle gedachten en voorstellingen zoals wij die hebben. Het gevoel dat ons vergankelijk leven een uitdrukking is van iets totaal anders, komt zelden binnen ons vermoeden. Toch is dát eigenlijk waar Zen op doelt.

Een Zenmeester die dertig jaar lang niets anders deed dan het gadeslaan van zijn adem, waarna hij vele monniken en leerlingen tot vlak voor de poort bracht, blijft bij ons bestaan als een rareiteit. Het

uit de kring stappen, het volkomen leeg worden, het zichzelf vergeten, het luisteren naar het geluidloze geluid, en het woordloze woord, blijven bij ons niet meer dan woordspelingen waarmee we ons wel kunnen vermaken, maar die eigenlijk onze belangstelling niet hebben. De vaste overtuiging dat wij pas zullen kunnen zien en luisteren, waarnemen en begrijpen, wanneer we ons ontdaan hebben van alle voorstellingen 'omtrent', dat wil zeggen van al wat we vanuit het verleden opgezameld hebben, is voor ons een onbegrijpelijke en niet nastrevenswaardige zaak.

Toch is juist dit de kern van Zen. Het steeds nauwlettender onderkennen, van al hetgeen we geleerd hebben, opgetast in ons ervaringsreservoir, gecombineerd met alle kwetsuren en ongeleefde ervaringen, al het in de tijd gevangene, dát en precies dát is de grote hindaar van het werkelijk doorbreken van het inzicht. Om hieraan te willen werken moet men eerst bij zichzelf geregistreerd hebben hoezeer men nog aan alle dingen die met de voorstelling te maken hebben, gekluisterd is. Men moet de verandering van de ademhaling hebben waargenomen zodra iets ons beroerd dat onze begeerte opwekt. En daarmee is niet een of ander plat materieel object bedoeld, maar alles dat we op een of andere manier willen hebben en toevoegen aan ons bezit in kennis, in macht, in materie.

Pas vanuit dit steeds opnieuw geduldig gadeslaan, krijgen wij enigszins een beeld van de wijze waarop we in het leven te werk gaan. Daardoor groeit in ons het vermoeden dat het eigenlijke waarom het gaat daarbuiten moet zijn. Daarbuiten betekent niet in het verlengde van enige voorstelling, verlangen of wens. En alleen dit vermoeden dat in de diepste grond gebaseerd is op een vertrouwen, brengt ons tot een meer afwachtend gadeslaan, een niet gemotiveerd gadeslaan. In dit laatste gadeslaan wordt duidelijk dat wij al datgene wat wij opgezameld hebben, nu in dit leven, en misschien in vorige levens, moeten laten vallen. Dat wij bereid moeten zijn als een klein leeg pluisje in de wind van het tijdloze zonder enige zekerheid of doel meegevoerd te worden. Dat wij leven en verder gedragen worden.

En dat wij al levende een onbegrijpelijke uitdrukking zijn van een woordloze, ongrijpbare, onvoorspelbare, steeds wordende werkelijkheid, die nochtans niet in de verwerkelijking gevangen is. Een werkelijkheid die zich weliswaar in de verandering uitdrukt, maar zelf onveranderlijk is. Een werkelijkheid die buiten de kringloop van het wordende, het vergankelijke staat. Nochtans de grond is waaruit dat wordende voortkomt.

Werkelijke meditatie beoogt de mens gevoelig te maken voor deze laatste en eerste werkelijkheid. Zo'n meditatie heeft geen tijd voor alle zijsporen die op de weg naar de grote leegte voorkomen. Het voor ons volmaakt onaantrekkelijke aan deze radicale, sobere en verstilde weg is, dat zij op generlei wijze tegemoet komt aan onze nieuwsgierigheid. Dat zij alle speculaties omtrent een hiernamaals en vroegere levens afwijst als onbelangrijk. Dat zij in gaat tegen onze meest sterke aandrift van de zelfhandhaving. Dat zij geen enkel duidelijk omschreven doel kan hebben. Dat zij geen enkele zekerheid, gelukzaligheid, of bevrijding in het vooruitzicht stelt. Want echte bevrijding is bevrijding van datgene waar we juist steeds mee bezig zijn en waar we ons steeds verder in verdiepen. Het 'om niet' is voor ons vaak alleen nog maar een mooie poëtische uitdrukking, niet een onverbiddelijke wegwijzer. Kortom, de Zen- en de Vipassanameditatie zijn de duidelijkste meditatiewijzen die niet voldoen aan onze belangstelling voor een kunstmatige, speculatieve verlenging van het leven dat wij kennen. Meditatiewijzen die het '*neti-neti*', het 'niet-niet' de hoogste prioriteit toekennen. Meditatiewijzen die op geen enkele wijze spectaculair zijn, noch kunnen worden. Het stappen uit de kringloop is de ervaring van de eenling, in eenzaamheid, om niet. Voor allen die van het vergankelijke

nog het onmogelijke verlangen, namelijk dat het eigenlijk niet vergankelijk zal zijn, een meditatiewijze die uitzichtloos is.

Vraag: maar is dan alles wat gezegd wordt over Karma, reïncarnatie, lotsbestemming, gedetermineerd zijn dan allemaal helemaal onwaar? Zou dan alles wat we tot nu toe vernomen hebben op fantasie berusten?

Antwoord: datgene wat we doen heeft gevolgen, ook hetgeen anderen doen; hetgeen in de Kosmos gebeurt heeft gevolgen. Wij *zijn* van het web. Wat gebeuren moet, gebeurt. De wijze waarop het gebeurt is ons enige stukje vrije wil. Bij het welbewust uit de kring stappen, een geschenk overigens, houdt alles wat met de lotsbestemming en het Karma heeft te maken niet op. Wetmatigheden worden niet opgeheven, ze worden alleen niet *allesbeheersend*. Alles wikkelt zich af, maar wij zijn daar niet meer afhankelijk van. Wij zijn getuigen van hetgeen gebeuren moet en ook gebeurt. Wij ervaren onze oergrond, onze basis ergens anders, terwijl het worden, maar ook het vergaan zich onophoudelijk voltrekt, en wij ons er van bewust zijn. We ervaren leed en vreugde, teleurstelling en verrassing, maar wij weten dat het er moet zijn, zoals regen en wint, nacht en dag en adem er is.

Vraag: hoe komt het dat maar zo weinig mensen zich bezig houden met dit uit de kring stappen?

Antwoord: omdat het iets is dat voorbijgaat aan al hetgeen waarmee we gewoonlijk bezig zijn. Het staat loodrecht op al hetgeen we bedenken kunnen; het voldoet niet aan ons verlangen naar zekerheid, macht, beheersing en voorspelbaarheid. Het stelt al het bekende in de waagschaal. Het geeft geen uitzicht op iets wat we bereiken kunnen, noch ontdoet het ons van de ervaring van het leed. Het is op generlei wijze inpasbaar in al het bekende. Het maakt niet gelukkig, noch maakt het ons onkwetsbaar. En ons begrip van een eeuwig leven komt er niet in voor.

Vraag: maar wat drijft degene die wel bezig is met het stappen uit de kring?

Antwoord: vermoedelijk het steeds diepere besef van de herhaling. Een herhaling die pas zichtbaar is als men door de oppervlakkige verscheidenheid heen dringt. Om door deze oppervlakkige verscheidenheid door te dringen, behoeft men een rustige, getuigende, luisterende en geduldig toezienende geest. Pas in die toestand van het geduldig en stil gadeslaan wordt de herhaling onderkend.

Vraag: alles wat er gezegd is over het verlaten van de kringloop, is mijns inziens ook een speculatie. Is er enig bewijs voor?

Antwoord: een bewijs in de zin van een aanwijsbaar en meetbaar iets, nee. We kunnen alleen constateren dat diegenen die uit de kring gestapt zijn, een veel vrijere, liefdevollere, completere, helere indruk maken. Ze schijnen een soort van zorgeloosheid te bezitten die tevens een grote liefde een aandacht meebrengt.

Ze kunnen vrolijk zijn om hun eigen beperktheid. Ze houden zich niet bezig met een toekomst, die ze als volkomen onbekend, en multivariabel voelen. Ze schijnen steeds nu aanwezig te zijn, en dat nú het allerbelangrijkst te vinden. Ze nemen een ieder volledig zoals hij of zij is. Ze zijn noch verheugd noch teleurgesteld over de gang van zaken. Zij voelen leed, maar reageren het niet op een ander af. Ze zien onrecht, maar wijzen niet iemand aan. Ze voelen zich innig verbonden met het onvoorspelbare, de regen, de wind, de zon, een duizelingwekkend gaan en worden.

Vraag: komt het uit de kring willen stappen niet voort uit een grenzeloze teleurstelling?

Antwoord: wanneer men om die reden het leven zou willen verlaten, stapt men nooit uit de kring; men zoekt op enigerlei wijze genoegdoening. Men heeft nog niet de herhaling gezien. Het leed

draagt veelal het verlangen naar geluk in zich, zelden is het de boodschapper van iets anders. En dat ondanks het feit dat leed eigenlijk een signaal uit de diepte is.

Vraag: is het niet veelbetekenend dat deze hele gedachte van het uit de kringloop stappen in het Oosten geboren is? Het Oosten dat zo duidelijk het krachteloze, het niet productieve, het berustende heeft voortgebracht?

Antwoord: deze radicale ingreep in ons wereldbeeld, roept reacties op; het uit de kring stappen is een uiterst radicaal iets. Het is letterlijk het sterven, in het leven. Een eerste reactie wanneer we ermee kennis maken is die van afwijzing. Maar we staan onszelf niet toe om die afwijzing als afwijzing te erkennen, maar kleden hem in een veroordeling van het voor ons negatieve er in, de berusting, het niet meer interesse hebben, het niet meer doen, het onproductieve. Dit betekent alleen dat we ons er niet ernstig mee hebben beziggehouden. Want een ieder die zich hierin verdiept, weet wat een geweldige concentratie en niet aflatend doen, maar dan in hogere betekenis, het vereist.

Vraag: zou het werkelijk de bedoeling zijn dat wij het leven, de hele schepping moeten verlaten om de zin ervan te kunnen ervaren? Moeten wij niet juist medeschepper worden, werktuig in dat geweldige grote geheel? Is zo'n ontkenning niet een onverantwoordelijk zoeken naar eigen heil?

Antwoord: wij doen net of wij de schepping, de zin kennen. Wij zijn tevreden met onze ervaring van het leven. Alleen als het leed ons bereikt geven we niet-thuis. Dat leed moet voorkomen worden.

Wij willen altijd gelukkig doorgaan, in de wereld zoals we hem zien en ervaren. We menen nog steeds dat we de wereld kunnen beheersen, naar onze hand zetten. Ondanks het feit dat oorlogen, agressie, uitbuiting en geweld een steeds grotere macht over onze wereld krijgen.

Wij kijken niet werkelijk naar wat ons beweegt, wat ons bepaalt en regeert. Zodra we hieraan kritisch beginnen, schrompelt onze zelfgenoegzaamheid ineen. Twijfelen we aan ons begrip en onze ervaring van de schepping. Stellen we vragen naar onszelf. Merken we de beperking in herhaling in ons leven. Zien we de arrogantie en gevoelloosheid waarmee we doen en luisteren. Staan we stil bij al datgene waarvan we dachten dat we het kenden.

Maakt een grote stilte en twijfel zich van ons meester. Beginnen we opnieuw te luisteren en te kijken en weer te luisteren. We verwonderen ons over ons zijn hier op aarde, een feit, maar onbegrijpelijk. Om beter en eerbiediger te kunnen waarnemen maken we ons vanzelfsprekend leeg van al dat wat we gedacht en gevoeld hebben.

Moeizame harde arbeid. Juist omdat daarin de verwondering voor de schepping pas werkelijk gestalte krijgt. Juist omdat daarin, in dat aarzelend groeiende besef, het vermoeden van onze plaats en taak duidelijk wordt.

Door uit de kring te stappen bieden we eigenlijk geen weerstand meer aan het scheppende dat er altoos is.