

Zonder bedoeling zijn

Ik zal proberen om iets te bespreken wat eigenlijk niet besproken kan worden. Maar laat ik het toch maar proberen.

Vannacht werd ik wakker en zoals gewoonlijk beginnen de gedachten dan te malen.

Ik dacht: “Dat ken ik nou al zou goed, nou ’ns iets anders...”

En ik begon op m’n adem te letten. Dat was eigenlijk heel leuk, ik verwachtte niks, ik lette alleen op hoe die adem ging. En waar hij uitkwam vond ik ook best.

Na een poosje werd het heel rustig in me, er was niets anders dan die adem. En toen voelde ik ook energie stromen. Die was ergens bezig met de organen. Dat was blijkbaar nodig. Maar toen ik me ervan bewust werd dat de energie daar naartoe ging, werd zij geweldig sterk. Toen het op een bepaald moment voldoende was, ging het naar een ander orgaan wat blijkbaar ook een beurt moest hebben. En zo ging dat door.

Ik had voor het eerst het gevoel dat ik niet iets moest, dat ik alleen maar leefde. En dat ik me bewust was dát ik leefde, dat er een heleboel in me gebeurde wat ik tot nu toe nog nooit ervaren had.

Toen viel het me opeens in waarom ik toch altijd zo’n moeite heb gehad met het figuur van de Bodhidharma, waarvan verteld wordt dat hij de boeddhistische meditatie naar China bracht. Die man hakte iets van zichzelf af om geconcentreerd te blijven.

Dat is toch eigenlijk een gewelddadige toestand, dat ontstaan van zen... Dat is toch ongelofelijk, daar hebben we nu vandaag de dag nog last van!

Terwijl er bedoeld was dat het vrede zou brengen, bracht het van begin af aan... – als het verhaal van de Bodhidharma juist is, want het is iets waar ze niet helemaal zeker van zijn. Maar in ieder geval menen degenen die het vertellen dat het zo is gebeurd.

Ik denk dat wij zelf moeten gaan ontdekken hoe het geweld in ons is gekomen.

Als je dat echt ontdekt, dan heb je geen schuldgevoel. Want dat is onzin, je ontdekt iets wat je tot nu toe gedaan hebt. En dat is dat. Daar is niks

schuldigs aan te beleven.

Maar je gaat wel ontdekken dat als je erover praat – zelfs in een vriendschappelijk gesprek, dat ik met iemand had vanochtend – er een oude gewoonte in komt, er komt een kracht achter om het voor het voetlicht te brengen. En dan is het tegelijk verknoeid.

Dus het een hele stap als je ontdekt hoe je zelf in elkaar zit. Daar ben je niet schuldig aan, dat wil ik nogmaals heel duidelijk zeggen, dat is ontstaan. En de maatschappij om ons heen gaat steeds meer die kant op...

Dus als je dit van jezelf ontdekt, dan moet je een heel bewust leven gaan leiden. Zodat je, voor zover het jou lukt – en dat weet je niet, of het je lukt – niet in de stroom meegaat die er is. En die waarschijnlijk nog sterker wordt.

Maar belangrijk is natuurlijk dat je ontdekt dat dit in jou zit. En dat je je er alleen maar bewust van kunt worden, niets meer. Geen vergoelijking, geen beschuldiging, niks, niks, alleen maar bewust worden.

Maar je realiseert je dan ook hoe moeilijk dat is: bewustworden. Bewustworden zonder rest, bewustworden zonder een voornemen, het uit het bewustworden laten voortkomen.

Als je dat láát, is het totaal anders dan je van jezelf gewend bent. Ik zou haast willen zeggen: het is liefelijk, het is vriendelijk, het is niet uit op het bereiken van iets, het is gewoon alleen maar zijn.

Het is heel grappig, er viel mij een gesprekje te binnen met die heilige in het kamp, die ik kende. Dat hij heel vriendelijk tegen me zei: “Maarten, je bedoelt nog teveel, hè...”

Ik keek daar heel vreemd van op.

Hij zei: “Maar ik heb er vertrouwen in dat je het wel eens ontdekt.”

Dat is alles.

Dat is nu vannacht dus gebeurd.