

Myoki Zen



December 2020

De bodhisattva geloften - onze bevrijdende potentie

*Our deepest fear is not that we are inadequate.
Our deepest fear is that we are powerful beyond measure.
It is our light, not our darkness that most frightens us.
We ask ourselves 'Who am I to be brilliant, gorgeous, talented, fabulous?'
Actually, who are you not to be?
You playing small does not serve the world.
There's nothing enlightened about shrinking.
So that other people won't feel insecure around you.
We are all meant to shine as children do.
And as we let our own light shine,
we unconsciously give other people permission to do the same.
As we're liberated from our own fear,
our presence automatically liberates others.
(Gedicht Marianne Williamson, voorgedragen door Nelson Mandela in diens inauguratie)*

Ik ben het leven, de waarheid en de weg, zou Jezus gezegd hebben. Ik ben het universum, zei de boeddha. Omdat wij net als zij mensen waren, aangenomen dat zij bestaan hebben, gelden deze uitspraken ook voor ons. Vroeger leerde ik dat alleen goddelijke wezens dit konden zeggen, mijn leraar maakte me duidelijk dat dit nu voor ons allemaal geldt. De vanzelfsprekendheid waarmee hij dit zei, schokte me: je zou ervan je schoenen gaan lopen.

En zo las ik ook de tekst van Marianne Williamson, het viel me een hele tijd geleden op. Ik was getroffen door de vanzelfsprekende toon en door de grote woorden. Daar houd ik niet zo van, namelijk. En tegelijkertijd raakten de woorden een snaar. En dan vooral omdat Mandela deze woorden koos toen hij president werd. Door mijn eigen ongemak destijds heb ik het gedicht een paar jaar in de la opgeborgen. En nu is het zover, het gedicht is wat mij betreft een uitdrukking van de bodhisattva gedachte. Naast verlangen het goede te doen, met uitdrukkelijk het bijbehorende besef dat ik niet weet wat het goede doen precies inhoudt, is weet hebben van onze potentie een belangrijk element van het bodhisattva idee.

Ehhh, onze potentie? Bedoel je dit kleingeestige zelf dat zich, voortdurend vergelijkend met anderen, achtergesteld voelt? Bedoel je mijn gedachten die zich steeds richten op zaken waarop mijn reactie stevast is: concentreer je! Bedoel je dit zelf dat zich steeds genoodzaakt ziet afleiding te zoeken? En, bedoel je ook dit zelf dat zich voortdurend tekort voelt schieten daadwerkelijk verschil te maken?

Ja, precies over dit zelf heb ik het. Want, bekijk het eens vanuit het perspectief van Williamson? Wat staat ons in de weg om onze immense potentie op waarde te schatten? We dekken ons liever in dan verlicht te handelen. We hebben een voorkeur (en extra hersencapaciteit naar het schijnt) voor negatieve gebeurtenissen: zie de krant. En vervolgens weer een voorkeur de gevoelens die deze gebeurtenissen oproepen af te leiden. En deze cirkel noemde Kodo Sawaki verwarring. En in het boeddhisme heet deze cirkel de cirkel van wedergeboorte. Via de drie vergiften begeerte, haat en onwetendheid bewegen we af van verlichting, of van bevrijding of helderheid zo je wilt.

En dan dit gedicht: wat is onze kracht voorbij alle begrip? Waarover spreekt Williamson? Ik herkende in haar woorden direct de bodhisattva: het verlangen naar een bevrijd bestaan, beoefening van zazen of andere meditatievormen, het verlangen het goede te doen, niet weg te duiken bij het lijden van anderen en met een onderzoekende geest kijken naar de wereld. Het lijden op te heffen door te lijden. De kracht waarover Williamson spreekt is een zachte kracht. Het is de kracht van aanwezig zijn bij wat er ook speelt. In plaats van de realiteit aan te passen aan mijn wensen, aanvaard ik de realiteit totaal. Ik blijf er bij, wat er ook gebeurt. Ik zie lijden en ik zie bevrijding van lijden. En als ik iets beter kijk, zie ik geen lijden, geen bevrijding. Ik zie alleen dit, wat nu is, en nu, en nu.

En dit is mijn vertaling, en ik geef toe, vrije vertaling, van onze kracht voorbij alle maat. Onze kracht is de aandacht die wij aan ons leven, aan levende wezens en aan de wereld als geheel besteden. Aandacht voor mijn tekortkomingen, en ook voor mijn potentie aandacht te hebben voor wat is. Maak het niet groter, maar vooral ook niet kleiner, aandacht besteden aan een ander die lijdt, vanuit wat de ander nodig heeft (altijd even vragen als je twijfelt), is niets minder dan een uitdrukking van je bevrijdende potentie. Een moeilijke beslissing nemen waar niet iedereen blij van wordt drukt je bevrijdende potentie uit. Maar nog simpeler, koken voor jezelf en anderen, rommel opruimen, in gezelschap zeggen ik doe het wel, komt goed, maar ook een probleem aankaarten: allemaal expressie van onze enorme bevrijdende potentie. Nog preciezer: de bevrijdende potentie die wij zijn.

Het gedicht heeft een ondertoon, wat mij betreft. Het gedicht ademt vertrouwen. We kunnen vertrouwen op onze potentie. Omdat deze niet ons eigendom is, kunnen we de kracht niet kwijtraken. Helaas werkt dit zo: zorgen ontstaan wanneer wij iets hebben. Maar deze potentie zijn wij, en daardoor kunnen we haar niet verliezen. Een bodhisattva laat zijn of haar licht schijnen, en zet anderen daardoor ook aan hetzelfde te doen. Hij of zij kan niet anders.

Mij is vaak opgevallen dat na een zenweekend of sesshin mensen anders op mij reageerden dan ik normaalgesproken dacht waar te nemen. Onbekenden die ik op de weg terug naar huis tegenkwam, glimlachten naar me, of begonnen een gesprekje. Ik heb me regelmatig afgevraagd wat dit is. Ook de verbondenheid die kan ontstaan tijdens een weekend of sesshin is opmerkelijk. Zonder elkaar goed te kennen, is er blijkbaar licht uitgewisseld. Wonderbaarlijk en ook geen wonder: beoefening transformeert ons van mensen in bodhisattva's. En zo gaan we de wereld in. En er ontstaat verwarring, waardoor we weer mensen zijn geworden. In zazen heffen we verwarring op, waardoor we weer contact krijgen met de bodhisattva. En zo verder...

Martin Myoki Pol