

Oceaanzegel

1 juni 2014, door Ad van Dun,
gepubliceerd op [Stiltij-weblog](#).



Als vormen verschijnen, zeg ik niet "ik verschijn".¹

Geen sinecure, jezelf zonder houvast of invulling op de rit krijgen, vrij dansend op de golven van het leven. We neigen al snel ertoe een geschikte baai voor onze surfkunsten te zoeken, een mooi strand ter ontspanning, het juiste weer om uit te varen en geschikte bemanning voor de veelsoortige ondernemingen.

Bruikbare condities dus - maar is dit vrij dansen? Nee, dat heeft toch heel wat meer om het lijf. Voor echte vrijheid van leven zul je je om te beginnen moeten bevrijden van juist die dingen die dit soort overdadige invulling en houvast veroorzaken: je regelzucht en nalatigheid, voorkeur en afkeer, meten en oordelen, kortom, de beperkende werking van het ego-apparaat.

Volheid van beleving en lichtheid van bestaan verdraagt geen overbodige of afgeleide inbreng. Spontaniteit en hartelijkheid komen voort uit je natuurlijke, authentieke kracht van oprechte intentie en moed om je steeds opnieuw te openen. We kunnen onszelf toch niet gaan vóórkoken? Anticiperen, projecteren, strategisch sturen en manipuleren: ze bederven de smaak van het eten en verhinderen ons om toe te komen aan genieten. Wát de beloning van al die kleingeestige drukte en bemoeienis ook mag zijn, steeds zal er de geur van gemaaktheid aan kleven, een besef van zwakte en afhankelijkheid.

Is het ego-project van meet af aan niet al een bedrukkend verhaal: onwaardig in zijn herkomst en voorspelbaar in zijn uitkomst? Jezelf construeren en manegen kost niet alleen veel energie, er is ook geen enkele zinnige bedoeling in te vinden: een willekeurig en heilloos consumptieverhaal. Wát je ook ermee voor ogen hebt, je zult niemand blijvend kunnen overtuigen van de werkelijke waarde ervan - en jezelf nog het minst, omdat jij als initiator ervan het beste beseft hoe gekunsteld dit project draait.

Maar al is blind of star geloven in je eigen egoïsme een onmiskkenbaar teken van stagnatie, zodra jij zelf de pijnlijkheid van deze staat voelt en begrijpt, kun je er wél van gaan leren. De doodsheid en onafheid ervan kan ons rechtstreeks bewust maken van zijn onvruchtbare, ondermijnende werking. Wat belet je dan om een begin maken met je ontdoen van je subtiele conditioneringen: aannames, gewoontes, onechtheid, hebzucht, desinteresse - de vele soorten onrust en onvrede die samen de stotterende motor van het ik vormen?

In de wijsheidstradities wordt het ego vaak met een aap vergeleken: ongedurig springend van tak naar tak, nooit te vertrouwen met zijn vreemde nukken. Inderdaad, het kan behulpzaam zijn om je eigen kleinheid te kunnen wegzetten als zo'n apenkop; het relateert je bevangenheid, je overmoed, de druk van het ik-bestaan. Maar let op dat je niet lichtvaardig gaat worden: egoïsme oplossen is niets minder dan zelfkennis verwerven, verwerkelijking realiseren. Dat is de moeilijkste klus die een mens kan ondernemen. Ontwaken kost je je kop. Maar wie de waarde daarvan beseft heeft er veel voor over.

Een hele apenfamilie zou waarschijnlijk een nóg toepasselijker beeld zijn van ons ego. Ruwe neigingen en tics zijn als jonkies van de troep, zoals er ook allerlei verward dolende tantes en vergeten neven rondlopen in onze geest. Maar aan het hoofd van alle bedrijvigheid staat de oude apenbaas (of bazin) met zijn maniakale, dominante ik-idee.

De meest uiteenlopende procedures en instructies worden vanuit zijn burcht rondgeseind teneinde de gewenste fantoomidentiteit te onderhouden.

Al wat hier beweegt werkt volop mee in deze virtuele biotoop. Het is de kermis van samsara: de vormenoven moet voortdurend gestookt, het weefsel van de betekenisgevingsjas moet onophoudelijk gerepareerd, de zintuiglijke interactiemassage blijft permanent werkzaam.

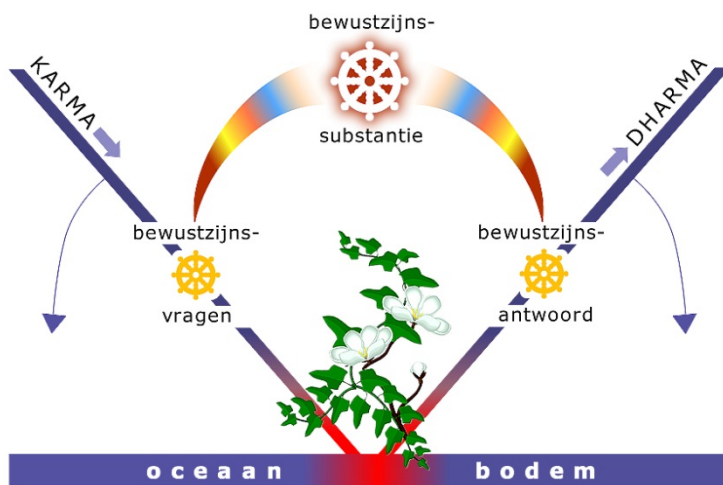


Maar zelfs deze grote jongen, die met zijn apenfamilie ieders innerlijk lastigvalt, is op zijn beurt slechts een conventionele loonslaaf. Hij wordt namelijk bezoldigd en onderhouden door de bedrieglijke Mara met zijn magazijnen vol weefmachines, woordstempels, kleefpasta, driftparfum en troostmuziek. Deze demonische geest van het schijn- en droombestaan is ons zeker niet onbekend, maar hoever zijn invloedsfeer reikt ontgaat ons volledig. Begoocheld als we zijn door de verworvenheden van onze zintuiglijke speelruimte, onderschatten we zijn god-gelijke macht. Maar bedenk: zelfs iemand als Boeddha kreeg na zes jaren van ascese en zelfonderzoek nog te maken met deze transcendente kwelgeest.

Dus nee, niet alleen maar even de dubbele blindheid van "mijn egootje" corrigeren; laat dat slechts dienen om de grootste onrust te stillen en zo je koortssymptomen beter te leren kennen. Het is zaak zo snel mogelijk de grote context helder te krijgen waarmee we als sterveling te maken hebben: de totale omvang van ons onuitputtelijk potentieel en de totale werking van de diverse conditioneringsmechanismen. Egoïsme is een wijd verbreide, existentiële aandoening, het is de bron van alle individuele kwaad en de oorzaak van alle maatschappelijke problemen. Hoe duidelijker ons de ondermijnende aard hiervan wordt, hoe sneller we een passend, meesterlijk antwoord erop zullen weten te vinden.

De kwaliteit van jouw individuele zoeken is hierin bepalend: een grondig motief op hartsniveau en een wakkere, oprechte houding. Als je hierdoor een verlangend krachtveld wordt dan zul je de bedoeling van het wijsheidsonderricht herkennen en begroeten. Wat er steeds gebeurt in die hartsontmoeting is rechtstreekse bevestiging en verlevendiging van je eigen grondidentiteit; daarom voelt onderricht zo inspirerend en bevrijdend.

Je eigen zoekhouding is de noodzakelijke, evenwaardige karmacomponent voor verbinding met de voedzame dharmacomponent van het onderricht. Beide componenten werken met dezelfde substantie: hartsbewustzijn. Zowel in je eigen hart als in dat van alle leraren stroomt diep en puur leven van binnen naar buiten, als uit een permanente scheppingsbron. Beschouw de ontmoeting van beide componenten als het samentreffen van twee fonteinen - jouw ontvankelijk gewaarzijn en de bevrijdende expressie van onderricht - die samen een onverwoestbare triomfboog vormen, een wonderlijke regenboog als vreugdevolle bezegeling van verfrissende, leven brengende dharmaregen. Eenmaal verbonden ben je geborgd: de levende dharma werkt sterker en centraler dan welke vorm van karma dan ook.



Het is een geluk dat anderen ons zijn voorgegaan op deze weg: wijze, liefdevolle mensen die via hun onderricht ons beschermen voor misstappen en ons stimuleren het eindperspectief daadwerkelijk te voltooien. Dat is van oudsher de rol van leraren: behoeden en bemoedigen. We worden behoed voor de hinderlijke gevolgen van achterliggend karma en we worden bemoedigd om het dharma-potentieel te benutten.

Wie deze diepe hartsverbinding toelaat zal de inspiratie ervan vanzelf gaan vertalen in concrete, regelmatige beoefening van meditatie en in een waardige levenshouding waarin dagelijkse toetsing heel normaal voelt. Zo worden we een nuchtere, bescheiden maar definitieve beoefenaar: iemand die bewust ervoor kiest de weg van innerlijk ontwaken in zijn totale omvang, diepte en reikwijdte te bewandelen.

Bezit je die rijpheid, dan zul je weten dat alle aspecten van dit leven hun plaats verdienen, dat er niets is dat speciaal gekoesterd of uitgesloten moet worden en dat een mens enkel dankzij deze onvoorwaardelijke opstelling tot betrouwbare conclusies kan komen. Op die manier vind je vanzelf stap voor stap de beste houding om met alles om te gaan. Zo'n natuurlijke benadering schenkt je het vertrouwen om je steeds gemakkelijker te openen, steeds directer te leren en je steeds puurder uit te drukken en in te zetten.

De basis van dit ontwaken is dagelijkse studie en meditatie, uitgevoerd met bewuste toewijding, met hart en ziel, zonder enig speciaal doel, zonder er een proces van te maken. Meditatie is plaatsnemen in de volheid van leven, je laten doorspoelen door de directe werking ervan: voelend ervaren, volledig open totaalbestaan. Daarin is er het leunen in de branding van de adem (de horizontale vereffening van alle noodzakelijke karma); en er is het zakken in de vulkaan van bewustzijn (het verticale waarheidsvuur onder de oceanbodem). Deze intieme vereniging van water en vuur is een oud symbool van scheppingsactiviteit, bron van innerlijke vitaliteit.

Wijd je oprecht aan je oefenvorm, dan zal alle geconditioneerde invulling vanzelf loslaten. Dat geeft ruimte voor directe, volle beleving van leven zelf. Niet denken maar aandacht schenken, geen beeldvorming maar beleving. Onrust en drukte lossen op, je zakt naar de bodem van het bestaan, naar de vormloze rust van serene adem. Stevig en warm, water en vuur - ongeboren, doodloze werking. Dit is wat je bent, een zeldzame vulkaanbloem.



¹ Uitspraak van Boeddha uit de Vimalakirti soetra, geciteerd in Dogen's Shobogenzo, hoofdstuk Oceanzegel Samadhi (Tanahashi, K.: Treasury of the true dharma eye, vol.1. Boston 2010, p. 380 e.v.). De term "oceanzegel samadhi" (bewustzijn beleving als oceanwerking) is al te vinden in o.a. de Avatamsaka soetra.