

# LOVE

Veel mensen denken nog steeds dat boeddhisme navelstaren betekent. Je zit op een kussentje, je kijkt naar binnen en denkt dus eigenlijk alleen maar aan jezelf. Als we niet oppassen hebben die mensen nog gelijk ook. Dan is meditatie een ontsnapping uit de harde werkelijkheid, een medicijn tegen de boze buitenwereld.

Maar dat kan niet de bedoeling zijn. Zen, of welke andere meditatiepraktijk ook, betekent niet dat je jezelf wapent tegen invloeden van buitenaf. Het betekent niet dat je een anti-aanbaklaagje rond jezelf creëert, een buffer tegen negatieve invloeden, of wat dan ook. Daar zijn ook cursussen voor hoor, u kunt het krijgen zoals u het hebben wilt. Maar niet binnen het Boeddhisme.

Zen, om maar even bij mijn eigen stiel te blijven, leidt juist tot totale kwetsbaarheid. Je wordt door zen niet ongevoelig en sterk, maar kwetsbaar en volledig open. Toen de beroemde zenmeester Joshu eens gevraagd werd wat Joshu was, kon hij niet zomaar wat zeggen. Joshu is de naam van de meester, maar het was ook de naam van het gebied waar hij woonde. De vraag ging bovendien niet over de meester en ook niet over het gebied, maar over de essentie van Joshu's zen. Hij moest in één keer alledrie benoemen, anders was hij als zenmeester geen knip voor de neus waard.

Hoe vat je die drie in één spontane actie of uitspraak? Joshu's antwoord was: Oosterpoort, Noorderpoort, Zuiderpoort, Westervoort.

Oosterpoort, Noorderpoort, Zuiderpoort, Westervoort: volledig open, aan alle kanten. Het gebied, Joshu, en Joshu's zen. Alles en iedereen gaat door die poorten naar binnen en naar buiten, geen onderscheid.

Volledig open dus, niet navelstaren of naar binnen keren. Dáárin ligt de kracht van het boeddhisme, in het realiseren van totale kwetsbaarheid en eerlijkheid. Dat is de enige remedie tegen lijden en pijn.

Dat vraagt nogal wat. Het lijkt simpel en voor de hand liggend, maar het betekent een meedogenloos kijken naar jezelf. Zonder angst om iets te ontdekken dat je eigenlijk niet wilt zien. Eerlijk zijn zonder terughoudendheid, zonder aan de randen van je geest dingen achter te houden.

Klinkt lekker heilig, maar hoe gaat dat in de praktijk? Kun je ook maar één dag helemaal eerlijk zijn? Dacht niet! Leugentjes om bestwil, onontgonnen innerlijke gebieden, mooi praterij uit angst, en al te vroege conclusies zonder daar met betrokkenen open over te communiceren – we grossieren erin. Of we nou wel of niet die veelgeroemde boeddhistische weg gaan. Dat leidt natuurlijk tot een afgescheiden zijn van anderen, van het andere dat uiteindelijk juist bij je hoort, onvervreemdbaar.

Waar eerlijkheid zoek is kan liefde niet bloeien. Da's rot, maar gelukkig menselijk. Perfectie is saai en bovendien onmogelijk. Perfectie veinzen in het boeddhisme is bovendien pervers. Dát is pas oneerlijk.

Elke keer heb je een nieuwe kans. Nóg scherper kijken, nog nietsontziender zijn voor jezelf. En maar weer vol erin en kijken waar je uitkomt. Perfect wordt het niet, maar eerlijk zijn over je oneerlijkheid is een leuk beginnetje.

Ron Sinnige, november 2007