
De geest van de Weg laten geboren worden

Kusen door Roland Yuno Rech - Grube Louise, 2008

Als men zazen begint te beoefenen, merkt men vaak bij elke zazen dat de geest discrimineert. Hij maakt onderscheid over de juiste houding, doet moeite om die te bereiken, observeert zijn gedachten, constateert hun denkbeeldig en onbestendig karakter en spant zich in om ze los te laten, hij tracht de gewone geest op te geven en de geest van de Weg te verwezenlijken. Deze manier van functioneren van de geest noemt men *shiryo*.

Shin, in het Sanskriet *citta*, is de geest die onderscheid maakt. Hij is het vertrekpunt van de geest van de Weg. Je fouten onderscheiden, dichter bij de waarheid wensen te komen, dat is het beginpunt van de boeddhageest. De vaststelling dat er lijden bestaat, dat onze manier van leven, van denken lijden schept, doet de geest van de Weg geboren worden, de geest die op zoek gaat om de Weg te beoefenen.

Maar om deze weg te verwezenlijken moeten wij boven de discriminerende geest uitstijgen door de leegheid te observeren van iedere vorm van onderscheid.

Alle polen van onze dualiteiten zijn verbonden met de constructies van ons denken. De begrippen ik, de ander, goed, kwaad, waar, fout, de Weg, de niet-Weg, satori, illusie, zijn het product van een discriminerende geest, de geest die werkt met woorden, begrippen, die maar kunnen bestaan door ze te differentiëren van andere.

Het ego zelf manifesteert zich door zich van de anderen te onderscheiden. Natuurlijk is deze onderscheiding noodzakelijk om een individu te worden, maar als je alleen volgens deze manier van denken functioneert, ontstaan er veel conflicten, spanningen en lijden tussen jezelf en de anderen, en ook inwendig, tussen je illusies en je zoektocht naar de waarheid. Als we intiem begrijpen dat al deze polen van onze dualiteiten maar bestaan in relatie tot elkaar, dat ze dus geen eigen autonoom bestaan bezitten, dan kunnen we deze tegenstellingen relativeren, de leegheid ervan, de afwezigheid van een eigen substantie inzien. Ook deze observatie is nog het product van de discriminerende geest, maar ze geeft ons de kans ons los te maken van deze manier van denken.

Door ons helemaal te concentreren op de houding van ons lichaam, op ons ademhaling, zonder aan onze gedachten te hechten, kunnen we zo een andere manier van zijn ondervinden, een andere manier van denken. Dit noemt men *hishiryo*.

De leegheid van onze mentale fabricaties observeren is *fushiryo*. Dat laat ruimte voor een andere manier van functioneren, boven denken en niet-denken uit, namelijk *hishiryo* : de geest die alle polen van alle dualiteiten omarmt, die alle scheidingen, alle tegenstellingen overstijgt, doordat hij de realiteit waarneemt die hierboven uitgaat. Dat is wat wij ervaren in de grote concentratie van zazen, in het *samadhi* van zazen, als we ophouden uitsluitend met ons hoofd te denken, maar gaan denken met ons hele lichaam.

De geest van onderscheiding heeft ons op de drempel gebracht van de Weg, maar om de poort door te kunnen gaan moeten we boven deze discriminerende geest uitstijgen. Het volstaat niet te merken dat er een juiste Weg bestaat, boven onze geest van illusies uit, wij moeten het ook

concreet ervaren en daartoe onze gewone manier van denken laten vallen.

Als lichaam en geest hun eenheid terugvinden, dan komen wij in contact met de diepe realiteit van ons bestaan, die alleen samen met alle wezens kan functioneren.

De verwerkelijkte Weg is de weg van de eenheid met alle wezens. In die zin kan de Weg niet solitair zijn. Zelfs als we hem alleen aanvatten, in onszelf, kunnen we hem maar beoefenen door onze totale eenheid met alle wezens te verwerkelijken. Daarom zei Meester Dogen: « *Ontwaken tot de geest van de Weg, tot bodaishin, betekent de gelofte doen alle wezens te helpen oversteken om naar de andere oever te gaan. Dat is de gelofte van mededogen van alle bodhisattva's. Het is de uitdrukking van de verwezenlijkte weg van het ontwaken. »*