

symposium

het hart dat weet

De religie van het denken
in de 21^{ste} eeuw

In de Symposionreeks verschijnen de teksten van symposia die door Stichting Rozenkruis worden georganiseerd. Deze bundel, deel 39 uit de Symposionreeks, bevat de teksten van het symposium dat plaatsvond op 18 juni 2016 in het conferentiecentrum Renova te Bilthoven

symposion

het hart dat weet

je hart een cirkel: middelpunt
je wereld overal: omtrek
het al in je hart: onbegrensd

colofon

bijdragen van

André van der Braak, Timothy Freke,
Hannie te Grotenhuis, Peter Huijs, Amir Smit

afbeelding omslag In het hart van de Melkweg is een leegte,
een 'niets', dat ons begrip van mens en kosmos kan verdiepen.

©businessinsider.com

omslag achter en p.76 Aquarius, een afbeelding uit *Poeticon astronomicon*,
door Hyginus, 1482

boekverzorging en druk Rozekruis Pers, Haarlem

letter Adobe's Minion pro

papier 90 grams Biotop

isbn: 978-90-6732-456-4

© 2017 Rozekruis Pers-Haarlem

Rozekruis Pers

Bakenessergracht 5

2011 JS Haarlem

(023) 532 38 52

info@rozekruispers.com

www.rozekruispers.com



symposion

het hart dat weet

het zevende symposion in de reeks
van wijsheidsstromingen,
van kennis, verdieping en openbaring

W o o r d - W a a r h e i d - L e v e n

Synthese van het eeuwige in de tijd

inhoud	
<i>inleiding</i>	7
Hannie te Grotenhuis	
de dag van 18 juni 2016	9
Peter Huijs	
Stichting Rozenkruis	
onophoudelijk ontwaken	15
André van der Braak	
Maha Karuna Ch'an, boeddhist, filosoof, hoogleraar VU	
the deep awake life	25
Timothy Freke	
auteur (<i>voordracht in het Engels</i>)	
Soefisme: de weg terug naar de bron van goddelijke liefde	39
Amir Smit	
Soefibeweging Amsterdam	
het chemisch huwelijk van hoofd en hart een antroposofische visie	51
Jaap Sijmons	
voorzitter Antroposofische Vereniging in Nederland	
<i>slotvoordracht</i>	
hommage aan de universele gnosis	71
Peter Huijs	
Stichting Rozenkruis	

inleiding

HANNIE TE GROTENHUIS

Precies zeven jaar geleden vond hier een bijzonder symposium plaats onder de titel: *Geroepen door het wereldhart*. Tijdens dat symposium in 2009 waren we met bijna 900 gasten bijeen en deden vertegenwoordigers van uiteenlopende wijsheidsstromingen een oproep aan de samenleving om de komende tijden van grote verandering met inspiratie, zingeving, heldere intuïtie en dialoog tegemoet te treden.

Nu, zeven jaar later en zes symposia over verschillende wijsheidsstromingen – die alle in bundels zijn gepubliceerd – verder, ontmoeten hier opnieuw verschillende stromingen elkaar vanuit het gemeenschappelijke vertrekpunt dat er een *Universele Gnosis* is, een innerlijk weten dat zowel kennis is als kracht, zowel geest als levende ervaring. Meister Eckhart verwoordt het zo:

'In de grond van de ziel woont een kracht die tijd noch vlees beroert; zij ontspringt aan de geest, verblijft in de geest en is geheel en al geestelijk. In deze kracht groeit en bloeit allerwegen God. Daar is een zo heerlijke vrijheid en vreugde, dat het niet in woorden uit de drukken is.'

Onze eenentwintigste eeuw en de mens die deze eeuw bevolkt, is rijper dan ooit tevoren voor een boodschap van hoop, liefde en zelfverwondering. Vandaag zal deze universele boodschap opnieuw luid klinken. We hopen dat zij in vele harten en hoofden zal resoneren en op die manier tot nieuwe inzichten en daden zal leiden.

Gnosis betekent eenvoudig 'weten', maar dan van binnen, innerlijk. Het begrip omvat het denken van het hart en de religie van het denken. Alle werkelijke wijsheidstromen kennen in hun leringen het moment dat het hoofd, het bewustzijn van de mens voor het eerst de contouren ontwaart van het kosmische leven. Het is het moment dat hij de werkelijkheid waarneemt van de nooit aflatende uitwisseling tussen zijn bekende bestaansveld en de wereld van de oorzaken, het moment dat wel omschreven wordt als het opengaan van 'het hemelse hart'. In dit zevende symposium van de wijsheidsstromingen Universele Gnosis spreken opnieuw vernieuwende denkers en ver-

tegenwoordigers vanuit de verschillende tradities en onderzoeksgebieden over hoe zij de werkelijkheid van de eenentwintigste eeuw openbreken met een boodschap van hoop, van liefde en van zelfverwerkelijking: de opgave voor de mens, nu hij zelf het nieuwe tijdperk – *the age of Aquarius* – vorm dient te geven.

In de dageraad van de naderende Aquariustijd kunnen veel mensen ruimer waarnemen. Aquarius is een luchtteken. De levensluchten van de nieuwe periode vullen zich met de grote Adem – de naam die de oude wijsheid bewaarde voor de geest van oorspronkelijk bewustzijnsvuur van de mens. Machtige spirituele vergezichten breken door – en tegelijk trekt een storm van rusteloosheid, spanning en onbegrip over onze planeet. Wij zijn zoekend en lerend en de nieuwe atmosfeer die een golf van oerpranisch licht – levend water – uitgiet in de wereldether, leren wij pas begrijpen terwijl we erin groeien. Ligt daarin misschien de reden voor het rusteloze trekken van de ziel? Zien we daarin de oorzaak van de golven in het bewustzijn? Ondergaan we daardoor passie en lijden?

Levend water is *prana*. In de ziel die in bewustzijn groeit, weerspiegelt *prana* niet alleen de glorieuze werkelijkheid van de grote Adem, maar vervult haar ook met die heerlijke kracht. Het hart laaft zich aan een teug van dat levende water, herinnert zich, en weet, en in de alchemie van de grote omzetting voegen bewustzijn, geest en lichaam zich naar de oorspronkelijke blauwdruk, die in de grote Adem bewaard bleef. In macrokosmos en microkosmos, zo boven zo beneden, is en blijft de schepping de weerspiegeling van de eerste eeuwige gedachte. En in een heilige geometrie transformeert al het lagere in het hogere.



de dag van 18 juni 2016

PETER HUIJS

S telt u zich voor dat u niet in een bepaald conferentiecentrum bent, of tenminste niet alleen, maar dat u als een spiritueel wezen met een ziel verkeert in een veld met enkele speciale eigenschappen. Een veld met een bepaalde trilling, waarin alles met elkaar samenhangt in grote harmonie. Een veld dat beweegt, dat klopt van leven, dat als *prana* om u heen golft, en omdat uw ziel eveneens leeft en klopt – ook al is het nog dankzij uw lichaam –, omdat zij volop in wisselwerking staat met het omringende veld, bent u van buitengewoon belang op deze dag. En terwijl u dit veld binnentreedt, zou het zo kunnen zijn dat u van welwillende luisteraar verandert in een actieve *unit*, om het zo maar eens te zeggen. Normaal gesproken komt u hier binnen als een zelfbewuste mens, zeer goed in staat af te wegen wat goed is en wat minder goed. Dat weten, dat bewustzijn, komt samen in en drukt zich uit via uw denken en spreken. Tegelijk herkent u in uzelf en wellicht in anderen een streven naar zingeving en naar verdieping en u heeft besloten daar vandaag vorm en invulling aan te geven. Wij zeggen u: vandaag is dat slechts een begin. Dat kan niet meer dan een opmaat zijn. Wij zeggen u ook: Achter deze dag ligt een bedoelen. Niet een bedoeling die de organisatoren erin hebben gelegd, hoewel zij hun uiterste best hebben gedaan. Nee, er ligt een intrinsieke meerwaarde in, deze dag dient een groter doel.

Dat doel kunt u zien als transformatie. Mogelijk knikt u nu: u bent bekend met dit concept. Maar wij bedoelen het vandaag anders. Enkelen van de sprekers vandaag vertegenwoordigen tegelijk een groep, een geestelijke of spirituele beweging, die in de jaren die achter ons liggen heel veel, enorm veel hebben gedaan om de verbinding met de wereld van inspiratie, van Licht en van Geest niet verloren te laten gaan. De meesten van die bewegingen vinden hun oorsprong in een geestelijke impuls die zo'n honderd jaar geleden werd ingezet. In deze context is misschien wat minder bekend de zenmeester Mahabiksu-Ashin-Jinarakkhita, die in Indonesië in

de vijftiger jaren er zorg voor droeg dat het spirituele boeddhisme en zenboeddhisme niet verloren gingen. André van der Braak staat met hart en ziel in zijn traditie. Hier in het westen wat beter bekend, zijn het mensen, grote zielen, als Rudolf Steiner, Inayat Khan, Max Heindel, Jan van Rijckenborgh. Iedereen kan over hen alles vinden – praktisch alle kennis, innerlijk zowel als uiterlijk, en alle teksten zijn vindbaar via het web.

Waar vroeger de mens die wijsheid assimileerde door lid te worden van een van deze groepen, *scant* de moderne mens deze opgeschreven wijsheid, digitaal, raast over het internet en weet – op een bepaalde manier – en geniet weer verder van het mooie weer.

Transformatie, zeiden we. Het *jaar* 2016 vertegenwoordigt het getal 9, in kabbalistische zin het mensheidsgetal. In de meest gunstige zin het getal van het idealisme van die mensheid, ook van haar kracht om idealen te verwezenlijken.

Waar komt dat ideaal vandaan?

Het kan niet komen van mensen, die iets bedacht hebben. Dan ontstaat er slechts een variatie op de chaos en ellende die we om ons heen zien.

Het kan slechts komen uit Waarheid.

Heeft u wel eens een glimp van haar glans gezien?

Wij kunnen Waarheid niet kennen. Wie kan zeggen dat hij waar is? Wij zijn voorbijgaand. Maar soms verwaardigt Waarheid zich, om, als je er niet op bedacht bent, voor een moment haar Gewaad te tonen. Nee, dat is te veel gezegd. Niet haar gewaad, nee, het is niet meer dan een sterretje, een glittertje van haar gewaad.

Zij is zo zuiver, dat het ontreddert. Het ontroert hevig, zo, dat het uw hart doet huilen. 'En zij weende bitter,' lees je wel eens in de Heilige Taal. Zo voelt het. Het is een gebied, een veld, maar wij zijn daar niet. Het dichtstbij komt de lucht, die azuren blauwheid, maar dan sereen, zeer, zeer verheven en niet te verdragen zuiver. Die zuiverheid! Een glimp van haar duurt minder dan een secondefractie, en dat is maar goed ook, want langer, wij zouden zekerlijk verzengen. Emerson zegt: 'O, zo bijzonder, je denkt dat je haar kent, maar zo gauw je dat denkt verdwijnt zij weer, net achter de horizon!' Boehme kan niets anders dan lyrisch zingen over de Sophia, de Wijsheid die Waarheid is. Van Rijckenborgh noemt haar 'bruid der eeuwen'. Haar weten is zo diep! Universele Gnosis! Haar kwaliteit is als een

glimlach en haar begrijpen zo intens omvattend, dat je wilt krimpen tot je weer een baby bent, om maar in haar omhulling te zijn. Om opnieuw te worden.

Daarom is het te doen, bij mens-zijn. Opnieuw te worden. Dat is *mens zijn* voor gevorderden.

En u zit hier vandaag als representant van deze mensheid. Onderschat u uw aanwezigheid daarom niet, geliefde vrienden, en welkom binnen in die groep.

De *dag* 18 juni is midden in de derde decade van het teken Tweelingen. Ik heb gelezen dat exact vandaag de planeet Saturnus, die vaak de vormzijde van de dingen bepaalt, vierkant staat op de planeet Neptunus, de planeet van het Godsbesef. 12 graden op de as Boogschutter-Vissen. U mag dat onmiddellijk weer vergeten, maar van belang is het volgende: een vierkant in de astrologie geeft meestal problemen aan – en die zullen zich in het wereldveld ongetwijfeld weer aandienen.

Astrofisch gezien evenwel, heeft juist deze constellatie een grote en positieve invloed op iedereen die zich bezighoudt met spiritualiteit, juist op die geestelijke groeperingen en verenigingen die zich inzetten om een Pad open te houden, die de tradities in ere houden, die zich kunnen overgeven aan rituelen (Saturnus, vorm) en hart en hoofd verheffen boven de turbulentie van de botsingen, en verlicht proberen te houden (Neptunus, godsbesef). Zou het toeval zijn?

Of ziet u ook hoe het belang van vandaag zich aftekent? De kosmische uitdaging die voor ons ligt? Beschouwt u zich vandaag als getuige, of ja, als die mensheid-representant. U brengt vandaag iets in de atmosfeer teweeg, doordat u klankbord bent. Iets dat vooruitloopt op de ontwikkeling van de samenleving, die nog volop worstelt met misleiding, onbegrip en strijd. U heeft een hart, dat werkzaam is. In dat verband is het minder belangrijk, wat uw mentale reden was om vandaag hier te zijn. Uw hart heeft u gestuurd. U werkt mede om vorm om te zetten in levende vibratie, innerlijkheid, Liefde.

Hoe kan deze wat kalende spreker dat zo stellig beweren?

Verder las ik ook, dat het elektromagnetisch veld van het hart vijftien maal krachtiger is dan het elektromagnetisch veld van de

hersenen. Van het elektromagnetisch veld van het brein wordt gezegd dat het, als je het kon zien, het effect zou hebben van een zon aan een onbewolkte hemel. Het elektromagnetisch veld van het hart is vijfduizend keer sterker. 5000! Dat is een mega-schaalvergroting; dat omvat in deze kleine vergelijking het gehele planetaire systeem – en verder, vrienden.

Door de wonderbaarlijke geaardheid van zijn cellen zet het hart flitsende en heel hoge energieën om in lagere energie, bijvoorbeeld in elektrische energie, fysieke of mechanische energie. Ononderbroken stroomt deze bio-energie in veel niveaus en gradaties naar alle delen, organen en cellen van het lichaam, ook naar uw hoofd, beïnvloedt uw en mijn denken, bewustzijn, besluiten.

Nu staan vandaag, 18 juni 2016, voor u sprekers die hun hart hebben gewijd aan het uitdragen van hogere waarheid, en die tegelijk een *vorm* representeren. De vorm van zeer gerespecteerde groepen en verenigingen.

Kunt u, wilt u, al is het maar voor een dag, hun klankbord zijn? Voor een moment, als een hart, de vibratie van deze dag transformeren, en deze het lichaam van de gehele grote mensheid inzendend?

Want hoe is het in het lichaam?

In ons hart heeft elke hartcel – en dat zijn er vele miljoenen – haar eigen hartslag. De andere lichaamscellen hebben dat niet. Weliswaar vibreren alle lichaamscellen – alles immers is energie – maar de hartslag van elke hartcel afzonderlijk is uniek. Elk van de miljoenen hartcellen klopt mee met de andere hartcellen en ze staan alle in een ononderbroken, subtiele onderlinge communicatie. En daaruit ontstaat die éne bijzondere hartslag van het hart.

De mensheid, onze verscheurde samenleving, wacht op die éne bijzondere hartslag, die wij als draaggolf van de geestelijke essentie die zich vandaag vrijmaakt de wereldether insturen. Of beter gezegd, wij doen niets, maar zij stort zich via ons uit in die wereldether. Het is de magie van gelijkgestemden, het is transformatie-energie. Wij twijfelen daar geen seconde aan.

De ziel werkt heel anders dan ons bewuste denken en zijn. Zij kent geen haast, en toch werkt zij onophoudelijk. Zij functioneert het beste, is het helderst aanwezig, in Licht. Oude volken, die dicht bij

de natuur leven, weten dat nog. Laatst, in de *Groene Amsterdammer*, een artikel van Arita Baaijens, een antropologe. Zij begrijpt maar niet – niet zo vreemd voor een wetenschapper – waarom zij nooit kan voelen dat een landschap, een berg of een beek voor die volken ‘heilig’ kan zijn. Zij schrijft: ‘De Inuit zien geen gefixeerd plaatje maar ‘lezen’ het landschap zonder er meteen iets van te vinden. De betekenis ontvouwt zich mettertijd, afhankelijk van wat ze eerder zagen en van dat wat nog gaat komen.’

Zoveel geduld heeft de schrijfster niet, zegt ze, haar denkende brein trekt conclusies als het lichaam nog volop bezig is informatie te verzamelen. Informatie die dan onbenut blijft. En ze gaat verder: ‘Maar het is de kunst om met geduld en zonder oordeel te luisteren. Dan luistert het land ook naar jou. In de weken die volgen, houd ik de bergen gezelschap in de avondschemer. Dan wandelen mijn ogen over gletsjers en volgen ze wendingen en krommingen van watervlugge riviertjes die op besneeuwde flanken ontstaan en op missie worden gestuurd naar de bewoonde wereld die voorbij deze Mongoolse verlatenheid begint. Om mij heen is alles in beweging. Het veen deint, waterstroompjes sissen, monkelen en gorgelen, wolken verschieten van kleur en de allerlaatste zonstralen bestrooien de bergtoendra rijkelijk met goudpoeder. *Animus en spiritus*. Natuurlijk! De notie dat dit land bezielt is, leeft, beweegt en zelfs ademt, brengt geen paniek teweeg. De grond zakt niet weg onder mijn voeten en er klinkt geen trompetgeschal. De schroom en weerzin die ik mijn hele volwassen leven heb gevoeld in verband met gedachten en ervaringen die niet in een wetenschappelijk kader passen – ze knappen als zeepbellen na een mooie zweefvlucht. Dit is wat de dichter Rilke heeft bedoeld met ‘het liefhebben van de vragen om zo op zekere dag, bijna ongemerkt, de antwoorden binnen te wandelen.’

Op dezelfde wijze verkeren wij nu in een veld. Ons logische denkende brein trekt al conclusies als we binnenkomen, wil pareren: dit ben ik en dat is daar, dat zijn zij. Ik parafraseer Arita nog een keer graag:

‘Wat het moderne brein zo bedreigend maakt, is niet dat systeem van kennis op zich, maar zijn invloed en macht. Hoe vaak gedraagt het zich niet als een jaloerse en bekrompen minnaar, die elke andere vorm van de wereld ervaren smooit.’

Maar hier, in dit veld, onze ziel – zij neemt alleen maar op, assimileert, probeert haar vibratie af te stemmen op wat hier heerst en gebeurt en ziet er, in grote blijde verwachting, naar uit om daaraan mede gestalte te geven.

Uw ziel weet.

Ook op dagen die kabbalistisch gezien niet negen vertegenwoordigen, is zij *altijd* de mensheid-representant, want u heeft haar van de Mens van de Grootheid gekregen.

Zij tilt het ware Al-Ene uit de vorm, de vormen die haar nu al bijna honderd jaar tot beker hebben gediend. *Gnosis* dient zich aan, doet uw hart sneller kloppen. Waarlijk denkende, wetende harten vormen de transformator, die Universele Gnosis, dat is verbinding en verantwoordelijkheid, en overstelpende Liefde uitzendt naar een mensheid zich vol verbijstering afvraagt wat er met de wereld aan de hand is.



onophoudelijk ontwaken

ANDRÉ VAN DER BRAAK

Toen ik als zeventienjarige puber mijn voorzichtige eerste schreden op het spirituele pad zette, werd ik geraakt door een prachtig boek van Jiddu Krishnamurti. *De enige revolutie* heette het, en zijn boodschap kwam erop neer dat de enige revolutie die echt de moeite waard was een revolutie in je eigen bewustzijn was, een innerlijke revolutie. Ik was meteen grenzeloos nieuwsgierig. Wat is dat, zo'n innerlijke revolutie? En hoe bereik je die?

Het boeddhisme beschrijft zo'n innerlijke revolutie als *asraya paravritti*: een omwenteling van de fundamenteën. Het is een radicaal andere manier van zien en voelen, die voorbij alle woorden en begrippen gaat. Al onze modellen, theorieën en systemen schieten tekort en dus ook alle boeddhistische modellen, hoe mooi ze ook zijn. En met name het model van het bereiken van verlichting. We kunnen verlichting nooit bereiken, want verlichting is er al. Niet als een ervaring of een inzicht, als iets wat zich binnen mijn hoofd afspeelt, maar als iets wat zich tussen ons allemaal afspeelt. Verlichting is iets wat voortdurend stroomt, wat voortdurend gaande is, wat voortdurend bezig is en al onderweg is maar alleen: we zien het niet.

De vraag is dus niet, hoe word ik verlicht? Maar: waarom zie ik niet wat zo *obvious* is? Omdat we met ons denken zo verkokerd zijn, dat we ons maar blijven verzetten tegen het idee dat het er al lang is. De innerlijke revolutie betekent dat we afstand doen van die verkokering zodat wat voortdurend al gaande is, onbelemmerd aan het licht komt. Dat is verlichting; het aan het licht komen van wat al gaande is.

Zen is het Japanse woord voor *chan*, en dat Chinese *chan* is weer de vertaling van het Indiase *djāna* en die woorden betekenen allemaal hetzelfde, namelijk meditatie. In veel boeken lezen we dat deze boeddhistische school een weg biedt tot een dergelijke radicale transformatie van ons bewustzijn – namelijk de weg van de meditatie. Door veel in meditatie te zitten, zo lijkt de chanbenadering te zijn, kunnen we door de beperkingen van ons alledaagse bewustzijn heen breken en een radicaal andere staat van geest realiseren.

Er bestaan prachtige verhalen over Chinese en Japanse zenmeesters

die na jarenlang vergeefs mediteren plotseling zo'n transformatie doormaken, waarin de gehele wereld plotseling in een radicaal ander licht verschijnt. Maar hoe moeten we zo'n transformatie begrijpen? En hoe bereik je zo'n transformatie? In de chantraditie is daar veel over geschreven.

De revolutie van een keukenhulpje

Een van de belangrijkste momenten in de vorming van die Chinese chantraditie vond volgens de overlevering plaats in de loop van de zevende eeuw, zo rond 660. Toen liet een jong en ongeletterd keukenhulpje in een Chinees klooster een gedicht op een muur schrijven dat de gebruikelijke boeddhistische visie op verlichting totaal onderuithaalde. De hoofdmonnik van het klooster had een gedicht geschreven waarin het bewustzijn als een met stof bedekte spiegel werd voorgesteld. De boeddhistische beoefening bestond er dan uit om de spiegel voortdurend te poetsen en stofvrij te houden. Met andere woorden: door ons bewustzijn voortdurend te schonen van beperkende verlangens, gehechtheden, en verkeerde ideeën kunnen we een zuiver, verlicht bewustzijn realiseren.

Het keukenhulpje maakte korte metten met deze benadering. Het bewustzijn is helemaal geen spiegel, zo liet hij optekenen, dus waar zou zich dan stof kunnen verzamelen? En wat zou er dan geschoond moeten worden? De voortdurende poging om denkbeeldig stof van een denkbeeldige spiegel te verwijderen houdt ons gevangen in onwetendheid. We worden pas vrij als we ons realiseren hoe absurd die poging is.

16

Plotselinge verlichting

Het jonge keukenhulpje werd later een beroemd chanmeester. Na zijn dood werd hij postuum uitgeroepen tot de zesde zenpatriarch, Huineng (638-713). Zijn visie op chan werd opgetekend in de Platformsoetra, en stond bekend als de benadering van 'plotselinge verlichting', in tegenstelling tot de benadering van de hoofdmonnik die als 'geleidelijke verlichting' werd omschreven. Alle chanscholen van vandaag baseren zich op Huinengs benadering van plotselinge verlichting. Maar wat is plotselinge verlichting nu precies? Het is verleidelijk om het te interpreteren als een plotselinge, radicale ommekeer in het bewustzijn, waarbij illusie plaatsmaakt voor inzicht. Maar een dergelijke interpretatie zou Huineng verwerpen. Die houdt namelijk

het vooroordeel in stand dat we nog niet vrij zijn, en dat we die vrijheid in de toekomst moeten realiseren. Laten we daarom de term 'plotselinge verlichting' aan een nader onderzoek onderwerpen.

De Chinese term is *dunwu*, waarbij *dun* als plotseling wordt vertaald, en *wu* als verlichting.

Maar *dun* zou je ook kunnen vertalen met 'onmiddellijk' (in de dubbele betekenis van 'meteen' en 'zonder middel'). En *wu* kun je vertalen als 'ontwaken', in de zin van wakker worden uit een droom. Onmiddellijk ontwaken verwijst dan naar wakker worden uit een droom, zonder middel of methode. Vanuit de droom is er geen enkel middel dat tot ontwaken kan leiden. Sterker nog, iedere strategie om wakker te worden uit de droom leidt slechts tot het verder uitspinnen van de droom. Misschien hebt u die ervaring weleens gehad, dat de wekker 's morgens gaat en dat u zich half dromend realiseert dat u zou moeten opstaan en dat u in de droom allerlei aanstalten maakt om op te staan en uiteindelijk verslaapt u zich. Binnen de droom kunt u niet proberen te ontwaken. Wakker worden is direct en onmiddellijk. Er bestaat geen weg naartoe. Of zoals een recent overleden vaderlands denker het uitdrukte: je gaat het pas zien als je het doorhebt.

Dat levert een paradox op voor de zenleraar: hoe onderricht je een dergelijke plotselinge verlichting? Hoe omzeil je het gevaar dat de leerling stiekem blijft hopen dat hij of zij een of andere bijzondere staat van bewustzijn dient te realiseren?

In de Platformsoetra bekritiseert Huineng allerlei boeddhistische meditatiepraktijken die geassocieerd zijn met de geleidelijke benadering: stilzitten, introspectie, de geest leegmaken, al die praktijken gebruiken meditatieve concentratie als een middel om een doel te bereiken, namelijk een transformatie van het bewustzijn, gezien als doel in de toekomst. Huineng geeft een radicaal nieuwe omschrijving van meditatie – en hier volgt een citaat uit de Platformsoetra: 'In mijn benadering vormen concentratie en wijsheid de basis. Wees nooit zo dom om concentratie en wijsheid als twee verschillende zaken te zien. Concentratie en wijsheid zijn één, niet twee. Concentratie is zelf de essentie van wijsheid, en wijsheid is het functioneren van concentratie. Ze komen gelijktijdig voor. Concentratie en wijsheid zijn met elkaar verbonden zoals een lamp en haar licht. De lamp is de bron van het licht, en het licht is er dankzij het functioneren van de lamp.' (Huineng, Platformsoetra)

17

Rechtdoorzee-bewustzijn

Als meditatie en concentratie er niet toe dienen om via het cultiveren van concentratie wijsheid te verwerven, wat betekent het dan om te mediteren? En waartoe mediteren we dan? Huineng omschrijft meditatie als het beoefenen van *straightforward mind* en die heb ik in het Nederlands vertaald met: 'rechtdoorzee-bewustzijn'. Dit is een bewustzijn dat nergens aan gehecht is, nergens op gericht is, en nergens verblijft.

Wat betekent het om een bewustzijn te beoefenen dat nergens verblijft? Huineng beschrijft het als het vrijelijk laten stromen van de ononderbroken natuurlijke opeenvolging van de verschillende gedachten die zich voordoen, zonder in te grijpen, en zonder die gedachten op te pakken en ze een 'thuis' te geven.

Het beoefenen van een dergelijk bewustzijn dat nergens verblijft, is niet gebonden aan een bepaalde vorm, zoals een meditatiehouding, een plaats, of een bepaalde tijdsduur. Een dergelijke beoefening heeft geen begin en geen einde. Ze is onophoudelijk. Het is ook geen beoefening die tot een bepaald resultaat leidt en waarvan men kan zeggen of ze geslaagd of mislukt is.

Non-denken

Huineng brengt deze beoefening ook in verband met een andere sleutelterm: non-denken. Hij omschrijft die als 'niet denken te midden van gedachten'. Nu komen we bij het paradoxale gedeelte van de zen. Hij benadrukt dat het er niet om gaat om gedachten te onderdrukken, of vrij van gedachten te worden. Toch is het al dan niet aanwezig zijn van gedachten vaak een stiekem criterium van beoefenaars om hun meditatie te beoordelen. Als meditatieleraar spreek ik veel zenstudenten en die komen dan soms in een gesprek zich bij mij beklagen: mediteren lukt niet want ik heb al die gedachten, en dan moet ik steeds weer uitleggen: dat is niet erg. Dat geeft niet. Een gedachtenarm bewustzijn wordt vaak hoger ingeschat dan een met gedachten gevuld bewustzijn. Maar dit is niet de rechtdoorzee-benadering van Huineng. De gedachtestroom is een natuurlijk verschijnsel, dat niet hoeft te worden ingedamd.

Onophoudelijk ontwaken

De ultieme consequentie van Huinengs plotselinge benadering is dat ontwaken niet een specifieke gebeurtenis kan zijn die in de tijd

plaatsvindt. Want dat maakt het afhankelijk van de causale keten van voorafgaande gebeurtenissen. Daarom trekt Huineng de radicale consequentie: ontwaken is iets dat al onophoudelijk plaatsvindt in ons bewustzijn. Ons normale, alledaagse, rechtdoorzee-bewustzijn is een onophoudelijk ontwakend bewustzijn.

Dat ontwaken is voortdurend reeds gaande – maar we zien het niet. Het komt niet in de vorm, het wordt niet manifest. Het komt niet aan het licht.

De uitdaging van de gehele chantraditie is om steeds nieuwe manieren te vinden om dat onophoudelijk ontwaken van het bewustzijn aan het licht te laten komen. Via woorden, via stilte, via schreeuwen. Verhalen staan vol met ongebruikelijke tactieken van de zenmeester om de leerling toch tot dat onophoudelijk ontwaken te brengen. De chanverhalen zijn stuk voor stuk getuigenissen van ontmoetingen waarin dit lukte, op een unieke, niet herhaalbare manier. Die verhalen kunnen inspireren, maar geven tegelijkertijd geen enkel houvast. Er valt geen enkele methode aan te ontlenuen.

Ik zal toch een verhaal uit die zentraditie met u delen, er zijn er vele. Er was een beroemd zenmeester die jarenlang op welke vraag er dan ook gesteld werd, maar één antwoord gaf. Namelijk, [de spreker steekt zijn wijsvinger op]. Dus wat men hem ook vroeg (wat is verlichting? waar gaat zen over?), het antwoord was die wijsvinger. Dat kun je natuurlijk met van alles associëren: blijf in het moment, blijf bij jezelf, enzovoort. Er zijn allerlei interpretaties mogelijk, maar hij gaf er nooit een interpretatie van. Zijn naaste leerling, die hem veertig jaar meemaakte als assistent, raakte diep doordrongen van dit onderricht van de meester, dus toen andere leerlingen hem gingen vragen: waar gaat verlichting over, deed hij hetzelfde. Dit kwam de meester ter ore, en hij liet zijn assistent bij zich komen, en hij zei: 'Je hebt nu al veertig jaar bij mij gestudeerd, heb jij nu een beeld wat de essentie van zen is?' De leerling stak zijn vinger op en de meester pakte vliegensvlug een mes en sneed zijn vinger eraf. De leerling kromp ineen van de pijn en sprong op en neer en het bloed spoot overal rond natuurlijk. Hij rende naar de deur op zoek naar een manier om zijn pijn te lenigen en vlak voordat hij de deur uit zou gaan riep de meester zijn naam nog een keer. Hij keerde zich om... en bereikte de verlichting. Dat is het verhaal. Prachtig verhaal natuurlijk en ik ga het niet bederven door pogingen om dat van een uitleg te voorzien. En probeert u dit ook niet thuis, want het gaat

om een unieke niet herhaalbare strategie, om op de een of andere manier te ontwaken tot dit wat nu gaande is.

We kunnen in de zentraditie dus veel verhalen vinden die proberen om dit iets dichterbij te brengen. Maar ook onze eigen westerse traditie kent die verhalen. Ik wil u een van die beelden meegeven van onze eigen Meister Eckhart, die vandaag al eerder ter sprake is gekomen. De ontmoeting tussen Meister Eckhart en zen is een van mijn passies, waar ik veel mee bezig ben. En die mij voortdurend treft en raakt om te zien welke parallellen te vinden zijn.

Meister Eckharts godsgeboorte in de ziel

Onze westerse traditie kent haar eigen verhalen. Bijvoorbeeld die van de dertiende-eeuwse dominicaanse prediker en mysticus Meister Eckhart. Beelden uit onze eigen traditie kunnen helpen om iets te benoemen wat we wel aanvoelen en ervaren, maar waar we geen woorden voor hebben. Soms zijn de boeddhistische woorden dan toch te ver weg.

Tijdens een serie preken die Meister Eckhart hield rond Kerstmis, zei hij dat de geboorte van Christus niet een eenmalig proces was, een eenmalige gebeurtenis die tweeduizend jaar geleden plaatsvond. Die geboorte van de zoon van God vindt eigenlijk continu plaats in de diepste grond van onze ziel. Er is van moment tot moment sprake van een voortdurende godsgeboorte in de ziel. Die is voortdurend gaande, maar we zien het niet. God stort zich voortdurend via zijn zoon in ons uit. Hij baart zijn zoon voortdurend in ons. Maar wij zijn bezig met andere dingen. Wij hebben daar geen tijd voor. Wij hebben het te druk.

Daarom spreekt Eckhart over het belang van een houding van gelatenheid: ophouden met doen, ophouden met willen, leeg worden. Maar niet leeg worden als een doel op zich. Nee, je moet juist leeg worden, zodat die volheid, die voortdurende geboorte van God, in je ziel aan het licht kan komen. En dat kan pas als je leeg wordt van wat je zelf allemaal wilt en vindt en voelt. Als je leeg wordt, kan die voortdurende geboorte van de zoon van God zich vrijuit manifesteren. U ziet hier hoe de verschillende tradities elkaar onderling verder kunnen belichten en verlichten. Van Huineng kunnen we leren dat de leegte waar Meister Eckhart over spreekt niet noodzakelijkerwijs een leegte is waarbij we niet meer denken, of helemaal leeg worden van gedachten, maar dat het erom gaat niet te denken te

midden van gedachten – een ander soort leegte dus. En van Meister Eckhart kunnen we leren dat de boeddhistische nadruk op leegte en leeg worden niet een doel op zich is maar ook dient om een volheid aan het licht te laten komen. Het wordt in het boeddhisme en vooral in de zen niet altijd benadrukt, daar wordt niet over gesproken, maar die volheid is wel degelijk aanwezig. Dat wordt in termen als ‘boeddhanatuur’ of ‘zo-heid’ aan het licht gebracht en ik denk dat de manier waarop Meister Eckhart die beelden gebruikt ons kan helpen om meer oog te krijgen voor die volheid, waarvan men in de zentraditie zegt: ja, daar gaan we niet over spreken, daarover moeten we zwijgen.

Meister Eckhart zegt voortdurend dat die godsgeboorte in de ziel niet in woorden te vatten is. Je ziet hem voortdurend worstelen: hoe kan ik een woord, een beeld gebruiken dat landt bij mijn gehoor – hij predikte voor nonnen – en dat helpt om iets bij hen te laten stromen? Eckhart was ook filosoof en hij wist heel goed dat hij eigenlijk niets kon zeggen over dit mysterie – en toch moest hij er steeds weer over spreken. Zoals wij er vandaag steeds weer over moeten spreken, al was het maar om voortdurend misverstanden op te helderen. De filosoof Wittgenstein zei eens dat filosofie alleen maar bedoeld is om misverstanden op te helderen. Wanneer de knopen in je denken zijn ontward, kan alles weer stromen, kan je hart opengaan en heb je de filosofie niet meer nodig.

Van ervaring naar diep vertrouwen

Het gaat niet om ervaring, maar om een heel diep vertrouwen. Een van de concepten waar spirituele zoekers erg gehecht aan kunnen raken, is dat ze verwachten dat die innerlijke ommekeer, waar we het over hebben, zich in hun leven zal manifesteren als een heel bijzondere ervaring. Plotseling voelt alles anders, niets is meer hetzelfde. Dat kan. Maar het hoeft niet zo te gebeuren.

Eckharts beeld van de voortdurende godsgeboorte in de ziel en dat van verlichting als een gebeuren dat altijd al in ons gaande is, kan ons helpen om minder bezig te zijn met bijzondere ervaringen. In een zengrap stormt een leerling de kamer van de meester binnen en zegt: ‘Meester, ik heb net de totale verlichting ervaren! Ik zag een wit licht, alles was één, en mijn ik viel helemaal weg.’ De meester glimlacht en zegt: ‘Maak je geen zorgen, dat gaat vanzelf wel weer over...’ Omdat Eckhart een mysticus wordt genoemd, zou je verwachten

dat hij veel over spirituele ervaringen spreekt. Maar als je zijn preken leest, heeft hij het daar eigenlijk nooit over. Hij spreekt over de godsgeboorte en dat die aan het licht komt. Maar dat hoeft je niet perse te voelen. Het hoeft niet een bepaalde gedaante aan te nemen. Je kunt niet zeggen: dat voelt zo en zo. Die godsgeboorte is sowieso al gaande, of je het nu ervaart of niet. In die zin gaat het niet om wat je ervaart, maar om een heel diep, grondeloos vertrouwen, een hartsvertrouwen waarvanuit we ervaren en accepteren en omarmen dat het zo is. En dan komt er een eind aan het zoeken naar een bepaalde ervaring, een specifiek inzicht. Er ontstaat een heel diepe ontspanning, waarin we beseffen: het is écht niet aan mij. Dan kunnen we een diepe innerlijke ommekeer ondergaan: niet mijn wil, maar Uw wil geschiede. Waarbij we voor die 'U' kunnen invullen wat we maar willen: God, verlichting, boeddhanatuur, het leven. Dan word je als het ware een voertuig, een werktuig waardoorheen het leven zijn werking heeft. Het is niet aan onszelf om te bepalen wat die werking is, en op welke plekje we die werking moeten uitoefenen. Soms kan het zelfs lijken alsof we op een plek worden neergezet. Door wie? Dat is de verkeerde vraag. Het is niet aan ons.

De stilte ingaan

Kun je iets doen om een dergelijke innerlijke revolutie dichterbij te brengen? Ja en nee. Dit is de grootste paradox van de spirituele weg. Enerzijds is er niets dat je kunt doen. Anderzijds zijn er vele verschillende spirituele wegen. Ik wil graag iets meer vertellen over wat een van mijn wegen is, namelijk 'de stilte ingaan'.

Met de Maha Karuna Chan zijn we regelmatig vijf dagen lang te gast in het Limburgse kloosterdorp Steyl, om er onder leiding van Ton Lathouwers 'de stilte in te gaan'. Ik houd van deze term, omdat ze niet zo boeddhistisch beladen is als de term 'meditatie', laat staan de term 'zenmeditatie'. Die termen roepen meteen allerlei beelden op van een moeizame worsteling om het denken tot zwijgen te brengen, allerlei onbegrijpelijke zenraadsels op te lossen, en zo een of andere ultieme verlichting te bereiken. Maar 'de stilte ingaan' is een praktijk die in alle religieuze tradities voorkomt.

Hoe ga je nu de stilte in? Je gaat zitten, zoals u nu al zit, natuurlijk, met een rechte rug, ontspannen. Je laat je armen ontspannen afhangen vanaf de schouders. De vingers van de linkerhand rusten in die van de rechterhand, in de schoot. Duimtoppen raken elkaar zacht-

jes. De ademhaling gaat natuurlijk, zoals het vanzelf komt. De ogen zijn dicht, of geloken. De gong wordt geslagen, drie keer. En dan ga je de stilte in. Dat betekent dat je ophoudt met 'aan de slag' te gaan met gedachten en gevoelens die opkomen. Ze hoeven niet ingezet te worden voor een of ander project. De aandacht is niet op iets in het bijzonder gericht. Sommige mensen volgen hun inademing en uitademing, omdat ze daar rustiger van worden. Dat kan. Maar je kunt je ook wijden aan het beoefenen van een 'vrij zwevende aandacht', zoals Freud dat noemde: een algehele aandachtigheid die zich niet vernauwt tot een bepaald object van aandacht.

Op deze manier sta je de stilte toe om tot je te komen. Gedachten en gevoelens blijven voorbijkomen, ze stromen in en uit ons bewustzijn. Maar op de een of andere manier vinden ze hun natuurlijke ritme. Er is ook ruimte tussen die gedachten. En in die ruimte komt iets aan het licht dat eigenlijk altijd al actief is. In de zen traditie wordt dit wel 'boeddhanatuur' genoemd, of 'zuivere geest'. Maar je kunt het ook 'godsgeboorte' noemen, of 'Brahman'. Misschien is de meest neutrale benaming wel 'licht'.

Dat lijkt een heel vredig proces. De reis naar het licht, wie wil dat niet? Maar op die reis naar het licht komt ook juist alles wat duister is naar boven. Spanningen, frustraties, irritaties, pijn, verdriet, wanhoop: het lijkt wel of ze allemaal uitvergroot worden. Onze eigen pijn, maar ook de pijn van de ander, en de machteloosheid die we daarbij kunnen voelen. Ze nemen hun plek in de stilte in, en daarvoor wordt er op heel subtiele wijze iets getransformeerd.

Een dergelijk proces van transformatie onttrekt zich vaak aan de bewuste ervaring. Het vindt plaats 'onder de motorkap' of 'onder de radar'. Ik gebruik weleens de metafoer van de tektonische platen die diep onder het aardoppervlak voortdurend in beweging zijn. Ik ben geen geoloog, maar heb begrepen dat deze tektonische platen heel langzaam bewegen, schijnbaar zonder enig effect. Maar dan opeens is er een aardbeving of een tsunami. Zo is het ook met het zitten in de stilte. Lange tijd kan het lijken alsof er niets gebeurt. Maar dan opeens kan er een heftige gemoedsbeweging zijn, een emotionele uitbarsting, een indringend inzicht, of zelfs een spirituele ervaring. Schijnbaar vanuit het niets.

Maar dat hoeft niet te gebeuren. De zenmeester Dogen heeft een mooie metafoer. Iemand die een uur buiten in de mist heeft gewandeld, komt helemaal doorweekt thuis. Zijn huisgenoten vragen hem

wat er gebeurd is. Heeft het geregend? Is hij in het water gevallen? Maar hij zegt: 'Er is helemaal niets gebeurd. Ik heb niets bijzonders meegemaakt.' Maar hij is wel doorweekt.

Een genade zonder afzender

De innerlijke ommekeer blijft een mysterie dat niet valt te doorgronden. Eigenlijk is het enige wat je kunt doen er hartstochtelijk naar verlangen dat het opengaat, dat het gaat stromen. *Bodhicitta* heet dat in het boeddhisme: de geest, of beter gezegd het hart, dat gericht is naar die ommekeer en dat ernaar verlangt dat alles opengaat. Als we spirituele beoefening met die oprechtheid doen, dan kan er iets gebeuren. Er is een mooi christelijk gebed: 'Laat een nieuw hart in mij geboren worden.' Er kan een nieuw hart in ons geboren worden, waardoor we opeens op een heel andere manier in het leven staan. Niet omdat we iets bepaalds gedaan hebben. Niet omdat we een bepaald inzicht hebben. Het wordt ons geschonken.

Bij iedere bewuste poging om ons bewustzijn te verruimen, te ontwikkelen, te ontplooien of te transformeren, verzanden we in een geleidelijke benadering van verlichting, waarin het bereiken van een bijzondere bewustzijnstoestand tot doel wordt gemaakt. We blijven dan steken in de droom. En toch moeten we iets ondernemen en moeten we iets beoefenen. De twintigste-eeuwse Japanse zenhervormer Hisamatsu (1889-1980) drukte het kernachtig uit:

'Wat je ook doet, het werkt niet. Wat ga jij nu doen?'

André van der Braak is verbonden aan de faculteit der Godgeleerdheid van de VU als hoogleraar Boeddhistische filosofie in dialoog met andere levensbeschouwelijke tradities.

