

## Jiun roshi over de twee waarheden

*Toespraak uit de dai-sesshin van augustus 2017*



Goedemorgen.

Meester Shuzan hield een stok omhoog en zei: Leerlingen, als jullie dit een stok noemen, dan zijn jullie aan de naam gebonden. Als jullie dit géén stok noemen, dan loochenen jullie het feit. Zeg me eens, hoe noemen jullie dit?.

Een typisch zen-verhaaltje. Als je het een stok noemt, zit je fout; als je het níet een stok noemt, zit je ook fout. Als je naar zen-verhalen kijkt, dan zie je dat er heel vaak van dit soort paradoxen in zitten. En zolang we proberen die te begrijpen, komen we er niet uit. Dan zitten we in de problemen. Zolang we verblijven in de toestand van het onderscheid tussen ik en ander, kunnen we niet anders dan zo'n verhaaltje alleen maar als een paradox zien.

Waarom wordt er zo vaak in paradoxen gesproken? Weten al die zenmeesters het zelf misschien ook niet, en roepen ze maar wat? Zelfs meester Joshu, de beroemde zenmeester van de koan Mu, brengt ons in verwarring. Op de vraag of een hond de boeddhanatuur heeft, zegt hij de ene keer Mu, dat is een ontkenning, en de andere keer U, dat is een bevestiging. Wat moeten we daarmee?

Al die antwoorden hebben toch hun oorsprong in de werkelijkheid. Omdat de werkelijkheid twee aspecten heeft: een relatief aspect en een absoluut aspect. Daarom hebben we het in het boeddhisme en in zen vaak over de twee waarheden. De relatieve waarheid en de absolute waarheid. Je moet alleen niet denken dat dit twee gescheiden waarheden zijn. Het zijn aspecten, verschillende kanten van één en dezelfde waarheid.

Als we beginnen met de zenoefening, en ook daarna, zitten we meestal helemaal in de relatieve waarheid. We leven in de wereld van geluk en ongeluk, verdriet, verlangen en lijden, en in het verlengde daarvan oefenen we om gelukkiger te zijn of minder ontevreden. Maar als we eenzijdig vastzitten aan deze relatieve wereld, dan zetten we die dingen tegenover elkaar. Dan is er geluk, met altijd daarbij ongeluk. Dan is er tevredenheid tegenover ontevredenheid. En het is voor ons dan óf het één, óf het ander. Óf we zijn gelukkig, of we zijn ongelukkig. En omdat we dat zo verdelen, oefenen we om gelukkig te zijn.



© Karin van der Molen, zie [www.karinvandermolen.nl](http://www.karinvandermolen.nl)

Het kan zijn dat we al iets hebben opgevangen over de leer van de Boeddha en dat we daaruit hebben opgemaakt dat het er in de zen-oefening eigenlijk om gaat het ongeluk en het lijden te laten verdwijnen. Of sterker nog, we vatten de leer van de Boeddha zo op dat alles eigenlijk één pot nat is, dat niets echt bestaat, dat alles eigenlijk een illusie is, want alles is immers leeg. En van daaruit denken we dat het allemaal niet uitmaakt, dus dat het erom gaat dat we leren ons volkomen onverschillig op te stellen. Als je bevrijd bent, dan kan er geen verdriet zijn. Zo draven we door vanuit een foute interpretatie van de leer van de Boeddha. Pijn, verdriet, alles is illusie.

Als dat zo was, zou dat bijvoorbeeld betekenen dat de Boeddha tegen iemand die kiespijn heeft, zou zeggen Joh, schei uit, dat is een illusie, die kiespijn, die pijn is niet echt. Of denk je dat er volgens de Boeddha geen verdriet is als je een geliefde verliest? Denk je dat de Boeddha zelf, als je hem heel hard in zijn arm zou knijpen, geen pijn zou hebben? Dat hij daar zou zitten als een heilige, onaantastbaar, alsof er niets aan de hand was? Natuurlijk zou er pijn zijn. Maar de vraag is: zou de Boeddha daaronder geleden hebben? Zou de Boeddha lijden onder verdriet, zo erg dat hij niet meer zou kunnen doen wat hij moet doen? De Boeddha realiseerde zich dat het leven, met al zijn ups en downs, met alles wat erbij hoort, regen én zonneschijn, geleefd kan worden zonder dukkha, zonder ontevredenheid, zonder lijden. Dát heeft hij onderwezen in de leer van de vier edele waarheden. En als je die teksten van hem daarover leest, dan zou je kunnen zeggen dat hij die leer heeft aangeboden als een

relatieve waarheid. Daarmee heeft hij zijn leer voor iedereen toegankelijk gemaakt. Hij heeft voor ons de deur naar de oefening opengezet.

Maar als je nu kijkt naar de Hartsoetra, dan zie je daar hoe diezelfde leer van de Boeddha als absolute waarheid wordt gebracht. Daar staat: Avalokiteshvara zag in dat er géén lijden is, dat er géén oorzaak van lijden is, geen eind aan lijden en geen weg die leidt naar het einde van lijden. Tsss... niet alleen die zenmeesters spreken in paradoxen, ook de Boeddha en Avalokiteshvara spreken elkaar tegen. De een zegt: er is lijden, en baseert zelfs zijn hele leer daarop, en de ander zegt: er is geen lijden.

Beiden spreken de waarheid. Maar ze bekijken de waarheid vanuit verschillende hoeken. In de vier edele waarheden spreekt de Boeddha in termen van het relatieve en in de Hartsoetra spreekt Avalokiteshvara in termen van het absolute. Maar alles wat de Boeddha onderwees, komt voort uit zijn realisatie van zowel het relatieve als het absolute. Hij heeft de relatieve wereld als een absolute, als een universele werkelijkheid gerealiseerd.<sup>1</sup>



© Karin van der Molen

De twee aspecten van de werkelijkheid worden heel vaak vergeleken met de oceaan en haar golven. Als je langs het strand loopt, zie je hele verschillende golven. Er zijn hoge golven en lage golven, er zijn golven met een hele lange slag en met een hele korte. Golven met veel en

---

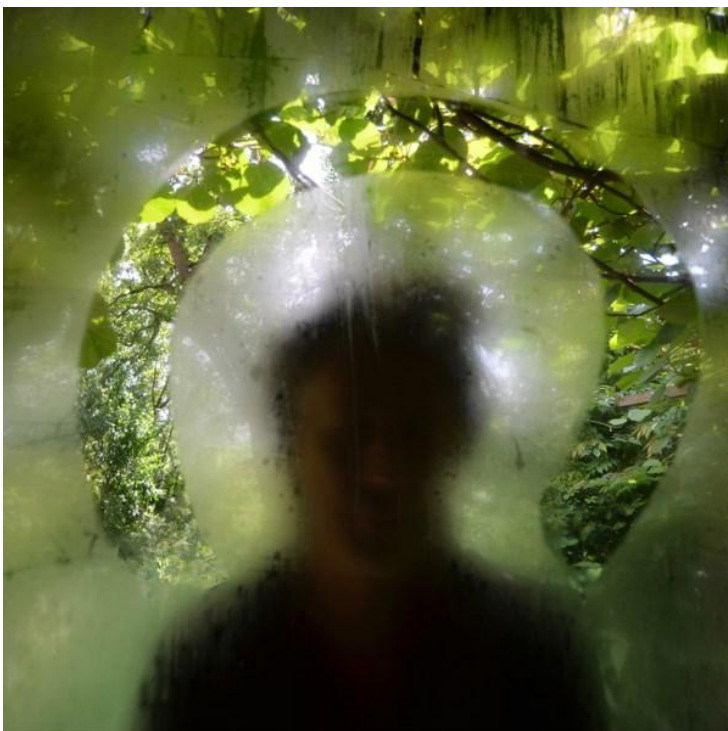
<sup>1</sup> In zen wordt met realisatie een directe ervaring aangeduid van het absolute aspect van de werkelijkheid: het aspect zonder onderscheid tussen ik en ander, mooi en lelijk, gelukkig en ongelukkig...

met weinig schuim. Maar welke vorm die golf ook heeft, alle golven bestaan uit water. Het leven van de golf kan niet gescheiden worden van het leven van het water. Als de golf zich niet realiseert dat ze water is, dan zal ze inderdaad denken dat ze hoog is, of kort, of schuimig, en zelfs dat er een einde komt aan haar bestaan. Dan ziet ze het strand aankomen en de angst begint omhoog te komen. Oooh... ik ga sterven. Ze realiseert zich niet dat ze water is. Dat er eigenlijk geen einde is aan haar leven, en ook geen begin.

En wij denken de golf te herkennen aan haar uiterlijk: hoog, laag, kort, lang... maar in haar essentie als water zijn die eigenschappen er niet. Net zo zijn er in de wereld van het absolute geen eigenschappen. En tegelijkertijd is die wereld ook relatief, met alle eigenschappen die er zijn.

Zen heeft, ik zou bijna zeggen: de moed, om de oefening te beginnen met het realiseren van het absolute. En dan vervolgens om dit absolute in iedere activiteit, in iedere relatieve activiteit zo je wilt, te leren manifesteren. Te leven. Dus zenleven betekent het absolute én het relatieve leven. En dat is precies wat we doen met koan-oefening. Aan de ene kant richt koan-oefening zich op het realiseren van het absolute aspect van de werkelijkheid, en aan de andere kant gaat koan-oefening om het manifesteren van de niet-dualiteit van het absolute en het relatieve.

Je kunt dit in sanzen op honderdduizenden manieren laten zien. Je kunt dus ook van te voren bedenken wat je gaat antwoorden. Zolang het maar naadloos past op de vraag van de koan. En zolang je antwoord maar een manifestatie is van zowel het absolute als het relatieve.



© Karin van der Molen

Stel je zit met de koan *Wanneer ben je geboren*. Je loopt buiten in de groep in kinhin en ineens begint er een schaaap te blaten. Aaah! Of stel het is een regenachtige dag, helemaal geen kinhin buiten. Je zit in meditatie in de zendo, de ramen staan open, en ineens hoor je een regendruppel vallen op de keitjes voor het raam. Aaah!

Twee gebeurtenissen waardoor je je realiseert hoe je de koan kunt beantwoorden.

Vervolgens moet je het dan ook nog doen, in sanzen, en wel zo dat je inderdaad geboren bent op dat moment. Je hele wezen is geboren in de manifestatie van je inzicht.

Bij een goed koan-antwoord is er iets van het zelf verdwenen. Of zoals mijn meester Prabhasa Dharma zenji zei: je gaat die poort binnen zonder de koffers waarin je al je verwachtingen en voorstellingen en ideeën en weet ik veel wat nog meer hebt. Ideeën als Ik moet het goed doen, of Ik moet aardig door die poort gaan. Al die koffers zijn er helemaal niet.

En dat past heel mooi bij het citaat dat vandaag op Tricycle<sup>2</sup> staat: The spiritual path is about what we give up, not what we get. De spirituele weg gaat over wat we opgeven, niet over wat we krijgen. Dus op het moment dat je antwoordt, op het moment dat je in waarheid leeft, heb je alles opgegeven. En tegelijkertijd ben je helemaal aanwezig.

Nou, als het nu geen goede dag wordt, dan weet ik het niet meer. Het is helemaal aan jou.

---

<sup>2</sup> Amerikaans boeddhistisch tijdschrift en bijbehorende website, waarop je je kunt inschrijven voor een dagelijks citaat (*daily dharma*)