

## 84.000\* Dharmadeuren

---

Het boeddhisme heeft lijden en hoe onszelf te bevrijden van lijden als het centrale thema. Het boeddhistische pad is een interessante in dat veel wegen, ook spirituele, ons weggeleiden van het lijden, weg van dat wat lijden teweeg brengt. En er zijn veel dingen in ons dagelijks leven die lijden veroorzaken. Het boeddhistische pad gaat tegenstrooms en leidt ons als het ware naar het leven toe, naar dat waarvan we denken dat het de bron is van lijden: al die momenten en situaties waarin we stress ervaren, pijn, ongeluk, moeilijkheden, teleurstellingen, etc.

Het Zenboeddhisme nodigt ons uit om volledig ja te zeggen tegen het leven, ja te zeggen tegen elk moment. En dit ja zo compleet te maken dat je als het ware als persoon volledig oplost in dit moment zoals het is. En het wonderbaarlijke, het grote wonder is dan dat in dat complete ja het lijden oplost. Er is dan alleen nog maar dit moment zoals het is. En in dat compleet oplossen van onszelf in dit zoals het is, overstijgen we meteen dit zoals het nu is. Want dit zoals het nu is, is veranderlijk en onbestendig, maar de essentie van dit zoals het is is wat de Boeddha in de Udana-soetra het Ongeborene, Onveranderlijke, Ongemaakte en Niet-Samengestelde noemde en in het Zenboeddhisme het zuivere gewaarzijn wordt genoemd.

Zo gauw we de minste weerstand hebben, trekken we dit zoals het is uiteen in 'ik' en 'dat zoals het is'. In die scheiding en fragmentatie zit de bron van alle lijden. Dus het is een volledig ja zeggen tegen dit zoals het is; nu, straks, thuis, op het werk, waar je ook bent en op welk tijdstip ook. Ja zeggen tegen alle vreugde én verdriet, angst én vrede, teleurstelling én verwachting, ontspanning én stress. En dan is dit zoals het is zowel het onbestendige alsook het tijdloze Zijn van jou én alles. Zoals de spiegel en wat erin weerspiegelt wordt nooit gescheiden kunnen worden; ze zijn niet twee maar noem ze ook niet één!

Je kan ook zeggen dat ja zeggen geen nee zeggen is tegen dit zoals het is want dit ís al volledig aanwezig. En met het loslaten van het nee en van elke weerstand, verzachten we in lichaam en geest en lost het zich afgescheiden voelen en het ervaren van de wereld als een gefragmenteerde werkelijkheid langzaam op. In ons hart verlangen we naar dat oplossen maar angst en onwetendheid over wat we ten diepste zijn weerhoudt ons ervan. Het vraagt dus wat moed en vooral een grenzeloos vertrouwen. En toch kan iedereen het doen. Elk moment is een deur naar die werkelijkheid die inherent vrij is van lijden. De deur staat open en wacht met een tijdloos geduld op ons om met een compleet open hart en geest binnen te stappen, opnieuw en opnieuw, ja, ja, ja!

*Baldwin Schreurs*

\* \* \* \* \*

\*) Het getal 8 staat voor het verzamelbewustzijn (ālaya-vijñāna) dat het 8<sup>ste</sup> aspect is van het bewustzijn, naast de zeven andere aspecten (oogbewustzijn, oorbewustzijn, enz.). Het getal 4 staat voor de vier vormaspecten: ego, persoonlijkheid, een individueel en afgescheiden zijn en een individueel en op zichzelf staand leven. Deze 8 en 4 vormen samen het ruimte-element. De drie nullen staan voor verleden, heden en toekomst, dus vormen het tijdselement. Het getal 84.000 symboliseert de oneindige variatie van momenten waarin we plaats en tijd kunnen doorzien als gelijktijdig zijnde plaats- en tijdloosheid. Een Zijn waarin, zoals de Soetra van Grote Wijsheid zegt, vorm leegte is en leegte vorm.