

# China: daoïsme

vanuit ons westen is '**oosterse filosofie**' allemaal '**oosters**', gezien de geografie maar daarbij verontachtzamen we een **belangrijke factor: taal / cultuur** net als Germaans, Romaans, Slavisch, Keltisch en Farsi zijn de 200 Indiaas-Arische talen ook **Indo-Europees** het Sanskriet (veda's) kent vele woorden die meer verwant zijn aan onze taal, dan aan het Chinees de **Sino-Tibetaanse** talen hebben een andere oorsprong en dus ander wereldbeeld (**Sapir-Whorf-hypothese**)

China is voor de Chinezen het **Rijk van het Midden**, maar voor filosofen het **driestrom(ing)enland** **confucianisme, taoïsme** en **chan-boeddhisme** beïnvloedden elkaar door de eeuwen heen voortdurend ondanks de verschillen zijn er belangrijke overeenkomsten tussen deze stromingen: ze zijn typisch Chinees

**verandering / vergankelijkheid** (onstaan-vergaan / worden-verworden) is in diverse culturen geproblematiseerd, en men heeft veelal gezocht naar **constanten** (stabiel, onveranderlijk, oneindig; platoonse vormen / God) in het **Chinese denken speelt dit geen rol**: de werkelijkheid is de wereld zoals we die kennen: **veranderlijk** deze veranderlijkheid wordt niet negatief, maar **positief gewaardeerd**, en aangeduid met **dao / tao**: de **weg** dit metafysische concept ligt ten grondslag aan het **confucianisme, taoïsme** en andere **Chinese filosofie** het is de alomvattende, uit zichzelf bestaande, tijdloze bron en bestemming van alles, zonder begin of einde

ook in de westerse filosofie is er een alomvattende, uit zichzelf bestaande, tijdloze **bron** en **bestemming** van alles maar deze werd sinds Plato altijd **transcendentiaal** gedacht, als het **boven-natuurlijke / goddelijke** de waarneembare, **natuurlijke werkelijkheid** werd gezien als **afgeleide**: objectief, passief, imperfect; een kopie het westerse streven naar kennis ging altijd om **objectiviteit**: ware kennis **ontstijgt 'kennis' vanuit een perspectief** er werd een werkelijkheid verondersteld die **transcendent** is aan de **veranderlijke natuurlijke werkelijkheid** het meest karakteristieke voorbeeld is het **platonisme**, maar eigenlijk geldt dit voor bijna alle filosofie vóór Nietzsche en ook het Indiase denken worstelt voortdurend met het **dualisme** van het tijdelijke vs. het eeuwige (Brahman) het geconditioneerde vs. het absolute, het worden vs. het zijn, schijn vs. waarheid, *samsara* vs. *moksha / nirvana*

Chinees denken start vanuit het **hier & nu**: de gegeven werkelijkheid in al z'n **ambigüiteit** en **veranderlijkheid** in tegenstelling tot de westerse **ontologie** is **dao / tao** een **actieve** en **holistische** duiding van de wereld dat impliceert dat onze **kennis** over de wereld nooit absoluut is, maar altijd **beperkt** en **voorwaardelijk** er is geen hogere metafysische werkelijkheid waar eenheid en permanentie heersen er is geen Waarheid die je kan bevatten en in een vaste vorm kan gieten (zoals een tekst, theorie of model) er is wel het domein van de geesten en voorouders, maar dat is geen hogere werkelijkheid, maar ook hier & nu er is geen subject/object-scheiding, alles is **perspectivisch**; "*verzoen je met je situatie*" is de beste levenswijze het Chinese denken is **pragmatischer** in de zin dat het de veranderlijkheid van de dingen ten volle erkent

i.p.v. **objectieve** theorieën / **Waarheid** (Indo-Europese metafysica) denkt de **Chinese cultuur** in termen van **analogie** omdat er **geen subject/object-scheiding** is, wordt er ook niet gedacht in termen van objectieve verklaringen veeleer wordt gebruik gemaakt van **verhalen**, die een **overeenkomst** bieden, gegeven een **context** de **interactie** tussen tekst en interpreet bepaalt het **waarheidsgehalte** ervan (*aletheia*): een **dynamisch gebeuren** m.a.w. het verhaal is geen theorie, **geen kant-en-klare oplossing voor een model-probleem**, maar moet de vraag losmaken: "*wat heeft dit verhaal mij te bieden / te maken met mij / met mijn situatie?*"

de **Yi jing** of **I Tjing** (*boek der veranderingen*) is een orakel-boek daterend uit ± de 7<sup>e</sup> eeuw v.Chr. het werkt volgens deze ('inter-actieve') methode van **analogie** het boek vertelt je niet wat te doen in een bepaalde situatie, daar moet je zelf achter komen (dat kan ook niet anders: **er is geen contextloze oplossing of Waarheid in een steeds veranderende wereld!**) de **I Tjing** geeft je alleen **handvatten / inspiratie**; vergelijkbaar met **tarot, astrologie**, etc **verbeelding** en **inleving** spelen dus een belangrijke rol <sup>1</sup>

problemen in het leven komen vaak voort uit **aspecten van de realiteit die je verontachtzaamd hebt** je wordt dus gedwongen **jezelf te bezien in relatie** (analogie) **tot** de realiteit / anderen; niemand is uniek! jij bent in het **hier & nu**, en krijgt door iets / iemand anders inspiratie om je perspectief bij te stellen

twee van de drie hoofd-stromingen in de Chinese cultuur zijn gebaseerd op dit inzicht:

- **daoïsme** benadrukt daarbij onze **eenheid met de natuur** / het universum (**dao & qi**)
  - **confucianisme** benadrukt de **menselijke ervaring, sociale relaties, cultuur, organisatie**, etc  
confucianisme is dus meer een **humanisme**; het gaat om mensen en hun samenleven
- voor beide stromingen geldt dat we verbonden zijn met een **groter geheel**, in steeds **veranderende betrekkingen**

een stroming die enigzins lijkt op taoïsme is die van de **naturalisten (yin&yang-school)**

**yin & yang** (schaduw & licht) representeren alle tegenstellingen in de wereld, en **komen voort uit dao / tao**

**yin & yang** karakteriseren alle opposities: **yin** = vrouwelijk, passief / **yang** = mannelijk, actief  
de **opposities zijn inherent verbonden** (vgl. Herakleitos); d.w.z. er is **altijd yin én yang** (niet óf)  
en de **balans** tussen beide verandert voortdurend (vgl: alles heeft een zon- en een schaduwzijde)  
dus opposities **transformeren** in elkaar (dag wordt nacht, leven wordt dood, jong wordt oud)

in verschillende contexten staan verhoudingen anders tegenover elkaar:

vandaar het witte puntje in het zwart, en vice versa; het gaat dus om inter-afhankelijkheid en context  
dat betekent dat iets slechts ook altijd een goede kant heeft, en vice versa

Johan Cruijff: "*elk nadeel heb z'n voordeel*" is Chinese wijsheid

het verhaal van **Sei Weng** (zoals opgetekend in de *Huainanzi*: 2<sup>e</sup> eeuw v.Chr.):

*aan de grens met Mongolië woont een arme boer met zijn zoon en een prachtig paard  
op een dag is het paard verdwenen; geroofd door nomaden, of de benen genomen  
het hele dorp uit zijn medelijden, maar Sei Weng zegt: "het is zoals het is"  
op een dag komt de merrie terug met een schitterende wilde hengst  
het hele dorp feliciteert Sei Weng met de nieuwe aanwinst, maar die zegt: "het is zoals het is"  
de zoon, die de hengst probeert te temmen, valt van het paard en breekt zijn heup  
het hele dorp rouwt voor Sei Weng, die slechts zegt: "het is zoals het is"  
niet lang daarna breekt er oorlog uit met nomadische stammen aan de grens  
alle jonge mannen worden geronseld en vele sneuvelen,  
behalve de zoon van Sei Weng die te kreupel was bevonden om te strijden*

een ander belangrijk begrip in het Chinese naturalisme en ook taoïsme is **qi (chi)**; spreek uit: *tsjie*)

**qi** = levenskracht / energie (adem, hartstocht, damp); zowel spiritueel als materieel

alles is een configuratie / **condensatie van chi**; dan wel **lichte chi**, dan wel **zware chi**

in **oorsprong is chi licht** (spiritueel), en hoe verder bij de oorsprong vandaan hoe zwaarder (materieel)

**lichte chi = yang** = mannelijk = hemels; **zware chi = yin** = vrouwelijk = aards

wij zijn allemaal een **condensatie van chi**, en wij staan dus voortdurend in contact met alles om ons heen  
dus wij beïnvloeden elkaar voortdurend op ontelbare manieren; en dat geldt ook voor niet-menselijke natuur  
hemel, aarde en maatschappij vormen een drie-eenheid, en zij beïnvloeden elkaar via **chi**

gezondheid (zowel lichamelijk als geestelijk) wijst op een **goede balans / stroom van chi**

**qi-gong (chi-gong)** = **cultivatatie van de levens-energie**; er is geen geest/materie-dualisme in het Chinese denken  
spirituele verfijning is de cultivatie van **lichte chi**, terug naar waar alle energie vandaan komt  
dus hoe meer **lichte chi**, hoe oorspronkelijker en effectiever je energie

**taoïsme / daoïsme** <sup>2</sup> vormt in veel opzichten de tegenpool van het confucianisme

het is een verzamelnaam voor stromingen die zich verzetten **tegen de orthodoxie van het confucianisme**

het daoïsme ontstond in de *Periode der Strijdende Staten* (403-221 v.Chr.)

als reactie op de sociaal-maatschappelijke crises probeerden filosofische scholen een oplossing te vinden  
confucianisten pleitten voor een terugkeer naar de waarden van de archaische Zhou-dynastie

daoïsme is **maatschappij-kritisch**, en hekelt de formalistische kijk: die zou te weinig oog hebben voor intenties taoïsten stonden kritisch tegenover politieke actie, confucianistische regelgeving, **formalisme** en **conformisme** mensen steken dan al hun energie in carrière maken, hogerop komen, en dat leidt tot stress en frustratie men is dan bezig met het streven naar **doelen** die niet overeenkomen met hun **aard / natuur** volgens taoïsten bestond de juiste weg niet uit het opleggen van regels, maar uit **vrijheid & spontaniteit**

Confucius bezocht Lao Tse / Lao Zi voor advies; deze zei dat hij z'n arrogantie en ambities moest afleggen steen des aanstoets is de nadruk op rituelen, traditie en uiterlijkheden, en weinig aandacht voor het **zelf** niet sociale normen, conventies en gebruiken (**Li**) moeten centraal staan, maar de **dao** het zelf moet aansluiting zoeken bij de **innerlijke en externe werkelijkheid**, in het **hier & nu**, niet d.m.v. **Li** **sociale conventies belemmeren ons** om met onszelf en de werkelijkheid in contact te komen zij vormen en dwangbuis waarin onze ware aard, **vitaliteit** en **kracht geknecht** worden de confucianistische nadruk op sociale orde en de juiste persoon op de juiste positie is allemaal **formaliteit** hoewel sommige keizers taoïsme propageerden, bleef het een onderstroom voor kunstenaars en geleerden

het taoïsme is diep geworteld in de Chinese cultuur en geschiedenis, met vele stromingen en richtingen:

- **tao jia** (filosofisch taoïsme - de Daodejing & Zhuangzi)
- **tao jiao** (religieus taoïsme - gericht op gezondheid en onsterfelijkheid)
- **ecstatisch taoïsme**
- **geest-uitdrijving**

**Lao Zi** (rond 6<sup>e</sup> tot 3<sup>e</sup> eeuw v.Chr.) wordt vaak aangewezen als de stichter van het taoïsme / **tao jia**

Lao Zi / Lao Tze / Lao Tse betekent zowel 'oude meester' als 'oud kind'

volgens de mythe werd hij als grijsaard geboren en werd hij tijdens zijn leven steeds jonger

dit illustreert de gezondheids-cultus, wat ook een aspect is van het vooral latere, religieuze daoïsme: **tao jiao** <sup>3</sup>

belangrijkste boek voor de taoïsten is de **DaoDeJing / Tao Te Ching** (*Boek van de Weg en de Deugd*):

traditionele historie stelt dat Lao Zi aan het eind van zijn leven China wilde verlaten, vanwege sociale chaos

hij wordt tegengehouden door een grenswachter, die hem smeekt om zijn filosofie op schrift te stellen

het resultaat is de **Daodejing** (meest vertaalde tekst ter wereld, op de bijbel na)

het **1<sup>e</sup> deel** handelt over de **dao** (de weg), het **2<sup>e</sup> deel** over 'de' / 'te' (deugd, dapperheid, kracht, integriteit, charisma)

hedendaagse historici menen dat het boek een compilatie is van meerdere geschriften door diverse auteurs

taoïsme dankt zijn naam aan **tao / dao** (de weg, manier, wijze waarop)

Lao Zi stelt dat de **dao** ondoorgrondelijk is: een mysterie dat menselijke kennis, denken en taal te boven gaat

alle namen die de mens aan de **dao** geeft, verhullen hem alleen maar (ook **dao** is slechts een aanduiding)

men kan er hoogstens indirect naar verwijzen in ontkenkende termen: het onbenoembare, naamloze, niet-ding

juist door zich te bezinnen op de **dao** kan de mens zich bewust worden van de beperkingen van denken en taal (hierover zo meteen meer)

**dao** heeft betrekking op zowel de **natuurlijke werkelijkheid**, als ons **handelen** in die werkelijkheid

**dao** = de **weg / methode / manier**; maar ook: **principe** (grieks: **logos**) / **hoe de dingen gaan / werken**

**dao** is de **bron** waaruit het hele universum is voortgekomen; 'zomaar', op spontane wijze, zonder schepping

**dao** is niet het (ene) pad (van de waarheid) dat leidt naar verlossing, zoals diverse verlossingsreligies <sup>4</sup>

**dao** is geen vaststaande regel die leidt tot heil of verlossing; maar de weg ontstaat al gaande, door hem te bewandelen

**dao** is de aard van de natuurlijke werkelijkheid, waarop wij ons leven en handelen moeten afstemmen

alles & iedereen is deel van de **dao**: aan de ene kant is het ons thuis, aan de andere kant het ontzagwekkende al

behalve de **oorsprong** van alles is de **dao** ook een **dynamische principe / kracht** die in alle dingen huist

alle tegengestelden (**yin & yang**) zijn manifestaties van het ene **dao**

**dao** overstijgt de individuele dingen (transcendent), maar is tevens als **kracht in de dingen** aanwezig (immanent)

**dao** is de werkelijkheid in **flux**; de enige constante is verandering, gesymboliseerd door de **draak** <sup>5</sup>

**dao** is ook: vrijheid / zwerven / spelen / 'go with the flow'

dao probeert de dingen niet in zijn greep te krijgen, maar geeft zoveel mogelijk ruimte voor de eigen ontwikkeling

*"dao schenkt alles het leven, voedt hen, doet hen rijpen, vervolmaakt hen, geeft hen rust, brengt hen groot, steunt hen en beschermt hen - hij schenkt hun het leven maar probeert niet hen te bezitten; hij handelt uit naam van hen, maar maakt hen niet afhankelijk; hij doet hen rijpen, maar beheerst hen niet - dit noemen we de diepe deugd"*

je moet je **vitaliteit** reserveren voor het **moment**, voor het hier & nu, en niet investeren in verre doelen  
als je **ophoudt met het streven** en proberen doelen te bereiken, bereik je veel meer  
anders dan in het confucianisme ligt de nadruk dus op afstemming met de (innerlijke) natuur en zelf-expressie  
niet voldoen aan maatschappelijke normen en verwachtingen, maar **jezelf zijn**  
onze innerlijke natuur komt overeen met de *dao* in z'n totaliteit; m.a.w. de *dao* werkt door in ons  
je moet de *dao* die (ook) in jezelf werkzaam is **de ruimte geven**, niet **onder controle** willen brengen  
de manier om hier invulling aan te geven is een zekere passiviteit, niet assertief zijn, niet jezelf bewijzen,  
maar juist **flexibel zijn**, de **krachten** die werkzaam zijn in een situatie **laten werken** door jou

voor sommige daoïsten hield dit in: leven als een asceet / kluizenaar in en met de natuur ("*tune in, drop out*")  
anderen zagen daoïsme als een manier om effectief te handelen, ook binnen de samenleving  
**effectiviteit** komt voort uit samenwerken met de *dao*, er **niet tegenin** werken, dingen **niet forceren**  
probeer **niet uit alle macht de gehele situatie onder controle te krijgen**, maar let op de rol van jezelf daarin  
anders **verlies je jezelf in** een oerwoud van **scenario's** over 'wat als zus of zo...'

je hebt **geen controle over de dao**, dus focus op je eigen rol; kunstenaars en ambachtlieden doen precies dat  
dus: niet uitgaan van vooroordelen of fixaties, vaststaande doelen, en hoe wij de dingen willen hebben,  
maar meer flexibel inspelen op **hoe de dingen gaan**  
door spontaniteit en natuurlijkheid stel je **niet jezelf centraal**, maar **weerspiegel je de dao** waar je deel van bent

dit gaat samen met een zeker **scepticisme aangaande taal**: taal beïnvloedt onze waarneming  
open staan voor de werkelijkheid betekent **waarnemend zijn**, kijken naar wat er **werkelijk gebeurt**  
maar de **taal dwingt** ons tot een gekleurde, **bevooroordeelde** manier van kijken  
als we ergens een **label** op hebben geplakt (een woord aan gekoppeld) is dat de manier hoe we er naar kijken <sup>6</sup>

de **Tao Te Ching** opent als volgt:

*het tao dat als 'tao' aangeduid kan worden, is niet het permanente tao  
de naam die genoemd kan worden, is niet de permanente naam  
Hemel en Aarde zijn naamloos geboren;  
noemen is enkel de moeder der dingen  
wie geen verlangens koestert, aanschouwt hun mysterie;  
wie wel verlangens koestert, aanschouwt hun gedaante*

een vrije **vertaling**:

*het feit dat benoemd wordt is niet de duurzame essentie van de werkelijkheid  
want onze woorden hebben niet blijvend dezelfde betekenis  
alles is zonder naam ontstaan, pas door te benoemen ontstaan de 'dingen'  
wie belangeloos naar de werkelijkheid kijkt ziet het mysterie  
wie belangen heeft / doelen stelt ziet alleen de buitenkant (dingen)*

'**de**' = innerlijke kracht, karakter, integriteit, deugd; geen exclusief menselijke eigenschap, maar een natuurlijke  
het is de wijze waarop de *dao* zich manifesteert in een proces of wezen (of mens)

*"de hoogste deugd is geen deugd; daarom is zij deugd"*

het goede handelen komt **spontaan** en kan op geen enkele manier worden afgedwongen

deugd is in het taoïsme iets geheel anders dan in het confucianisme  
in het **confucianisme** is deugd vooral een cultureel fenomeen, waarbij educatie en training een grote rol spelen  
in het **taoïsme** betekent deugd: **afstemmen op dao: onbaatzuchtig, spontaan en natuurlijk** als *dao* zelf

*"de hoogste goedheid is als water; het goede van water bestaat hierin dat het de tienduizend dingen begunstigt zonder te wedijveren; het toeft op plaatsen die door iedereen worden veracht, daarom is het dicht bij Tao" <sup>7</sup>*

*"de ultieme kracht is geen kracht, en heeft geen vorm, net als water"* - <http://youtu.be/uvkqYch0V6Y>

**water** maakt gebruik van de eigenschappen van andere elementen en de omgeving, maar gaat er nooit tegenin  
water maakt deel uit van alles, ook de mens ademt en bestaat uit water, water is onontbeerlijk  
het neemt elke denkbare vorm aan, als het een rots tegenkomt stroomt het er omheen  
komt het een put of dal tegen, dan vult het deze, en stroomt dan weer verder  
water volgt de getijden, gaat er nooit tegenin, en niets kan er tegenin gaan  
water is zacht als je je hand er rustig insteekt, maar hard als je erop slaat  
je merkt de kracht van het water niet als je met de stroom meegaat, maar des te meer als je er tegenin gaat  
water in beweging vormt cirkels (draaikolk, ringen), water in rust is vlak en in evenwicht

*"Be formless... shapeless, like water. Now you put water into a cup, it becomes the cup. You pour water into a bottle; it becomes the bottle. You put water into a teapot; it becomes the teapot. Now water can flow, or creep or drip or crash! Be water, my friend..."* (Bruce Lee)

**kung fu** is de verzamelnaam voor alle vormen van **training** waarbij **geduld, energie** en **tijd** centraal staan  
*kung fu* betekent vrij vertaald **hoge vaardigheid / grote concentratie / toewijding**

**tai chi** is een **vorm van kung fu** waarbij de nadruk ligt op het **verstoren van de balans van de tegenstander**,  
door **in de beweging van de tegenstander mee te gaan** en deze te **neutraliseren**:

**"beantwoord kracht met zachtheid"**; daarbij is het **behouden van het eigen evenwicht** van groot belang  
op het moment dat de tegenstander uit balans is gebracht, kan een tegenaanval worden ingezet  
alles draait daarbij dus om **concentratie** en **timing**

### **wu-wei**

omdat daoïsme een zekere **passiviteit** promoot, wordt er veel genoemd in **negatieve termen: niet dit, niet dat**

**wu-wei** = **streef-loze actie / handelen door niet te handelen / niet-intentioneel handelen /**  
dus **niet met een voor opgezet plan of doel, niet resultaat-gericht handelen**  
maar **handelen in antwoord op** (de situatie / de werkelijkheid), **improviserend, spontaan**  
**openstaan voor het hier & nu, het moment** <sup>8</sup>

dat impliceert **niet berusten** in de dingen zoals ze zijn, maar **de dingen nemen zoals ze komen**  
handelen met een voor opgezet plan is idealisme / egoïsme, een ontkenning van de werkelijkheid  
essentieel hiervoor is **onthechting (spontaniteit laat zich niet beheersen)**

*"doe dat wat bestaat in niet handelen, streeft na wat niet bemoeizuchtig is / wees discreet,  
proef dat wat geen smaak heeft, pak het moeilijke aan als het nog makkelijk is, doe het grote  
als het nog klein is, dat de legendarische niet streeft naar roem maakt hem legendarisch"*

vgl. bijv: een sollicitatie-gesprek; als je van tevoren al **antwoorden bedenkt op mogelijke vragen** sta je **niet open**  
de **drang tot beheersing van de situatie**, de wil om de dingen **onder controle** te hebben, leidt tot **krampachtigheid**  
als je **bij jezelf blijft**, en **met je volle aandacht ('mindfull')** **ingaat op de situatie**, ben je veel **sterker / spontaner**  
hoe opdringeriger je bent in je ambities, hoe meer je mensen tegen je in het harnas jaagt  
je kunt beter **geduldig zijn**, en je **kansen afwachten, reageren op het juiste moment**  
**timing** en **oplettendheid** zijn dus cruciaal; *"verstilling in beweging"*

**wu wei** staat ook voor **objectiviteit**; niet in de zin van empirisch bewijs, maar in het **uitschakelen van je ego**,  
en in de zin van **luisteren naar de werkelijkheid / situatie: "go with the flow"**

het staat dus tegenover subjectiviteit in de zin van **je wil opleggen aan** je omgeving  
je omgeving werkt met je mee, zolang je je er niet voor af sluit, maar op inhaakt  
je bent nooit in staat om alle factoren die spelen in een situatie te inventariseren en het verloop te voorspellen  
**de dao laat zich niet vastleggen** in een van te voren op te stellen script / scenario

**wu wei** is dus een manier om **om te gaan met onvoorspelbaarheid in complexe omgevingen**  
als **staatsleer**: de deugd van de *dao* vormt het ideaalbeeld voor het ethische en politieke handelen van de mens  
net als Confucius presenteert Lao Zi een **oplossing** voor de **chaos** van de *Periode der Strijdende Staten*  
confucianisten pleitten voor het cultiveren van **wijsheid, rechtvaardigheid en menslievendheid**  
het **taoïstische 'opnieuw natuurlijk worden'** staat in scherp contrast met confucianistische zelf-cultivering via studie

*"ban wijsheid uit, gooi kennis weg, en het volk zal er honderdvoudig van profiteren; ban menslievendheid uit en gooi rechtvaardigheid weg, en het volk zal terugkeren tot kinderlijk respect en mededogen"*<sup>9</sup>

*"als men zich op leren toelegt, is er dagelijks vermeerdering; als men zich op dao toelegt, is er vermindering. vermindering tot niet-doen wordt bereikt... wanneer niet-doen wordt gedaan, blijft niets ongedaan."*

i.p.v. studie, training en zelfbeheersing staat ook in de **daoïstische staatsleer wu-wei** centraal  
*wu-wei* geldt ook als richtsnoer voor de vorst: **zo min mogelijk ingrijpen** in het leven van de onderdanen

*"bij de hoogste soort heersers weten de onderdanen alleen dat ze bestaan"* (vgl. Confucius: ren & junzi)

een goed heerser / leider hoeft zijn **macht niet te laten gelden; subtiliteit kan volstaan**  
politici moeten zich dus juist niet profileren, laat staan uit zijn op credits en applaus  
de beste heerser is nauwelijks zichtbaar voor zijn onderdanen,  
als zijn taak is volbracht en het werk gedaan, zeggen de mensen:

*"het is ons als vanzelf gegaan / ons van nature gegeven"*

volgens Lao Zi werkt deze manier van regeren het beste in een **kleine, agrarische samenleving**

*"Maak je land klein en hou de bevolking schaars, zorg ervoor dat ze tientallen of honderden werktuigen hebben en die toch niet gebruiken; zorg ervoor dat het volk terugkeert naar het knopen van touwen en dat gebruikt. Ze vinden hun eten zoet, ze vinden hun kleding mooi, ze vinden rust in hun woonplaats, ze vinden geluk in hun gewoonten"*

dit is géén utopie, aangezien utopisch denken idealistisch is, en dus haaks op het daoïsme staat !  
het daoïsme is **geen utopische of pacifistische filosofie** (zoals sommige teksten suggereren)

**Zhuang Zi / Chuang Tse** (meester Zhuang; 369-289 v.Chr.) is een 2<sup>e</sup> grondlegger van de taoïstische filosofie  
de naar hem vernoemde tekst-bundel (de *Zhuangzi*) is waarschijnlijk slechts voor een klein deel door hem geschreven  
belangrijkste principes: <sup>10</sup>

- zachtheid & bescheidenheid
- openheid & leegte
- geen schade / leed toebrengen

de Zhuangzi's stijl wordt gekenmerkt door **humor, ongebondenheid, ruimdenkendheid** en bizarre wendingen  
d.m.v. humor en relativering worden onze vooroordelen weersproken en onze verwachtingen getemperd:  
stumpers spreken wijsheden, dronken personen die hun val breken worden geprezen, etc

Lao Zi destilleert uit de *dao* een leidraad voor het (politieke) handelen

Zhuang Zi richt zich op het **persoonlijk leven** van de mens: hij moet zich **bevrijden** van het maatschappelijk juk <sup>11</sup>

in zijn ogen is de mens als maatschappelijk wezen iets dat hem eerder in de weg staat dan iets oplevert  
m.n. het gefixeerd zijn op **doel / nut / efficiëntie / resultaat** is een **verarming** van de perceptie van de werkelijkheid  
het **denken in termen als nuttig en nutteloos, juist en onjuist, winst en verlies vormt een gevangenis**

het praktiseren van **wu-wei** (ontvankelijkheid en spontaniteit) is hiertegen de remedie  
wie zich hier aan wijdt, stemt af op **dao** <sup>12</sup>

een ander thema in de Zhuangzi is '**zwerfen, vrij en blij**' (titel van het 1<sup>e</sup> hoofdstuk)  
i.p.v. **het zelf** tot het centrum van het universum te maken, moet we het zien als **één van de 'tienduizend dingen'**  
voor ons handelen moeten we een voorbeeld nemen aan de **dao**, die alles ruimte geeft en verzorgt

Zhuang Zi wijst voortdurend op de grenzen van de **taal: erkenning van begrenzing werkt ontgrenzend**  
hij stelt dat **taal een gereedschap** is, niet meer dan een **middel om betekenis te vangen**  
het visnet gebruik je om vis te vangen; als je de vis hebt is het visnet niet meer belangrijk  
woorden dienen om hun betekenis; als je de betekenis vat, kun je de woorden vergeten (vgl. Wittgenstein)  
we gebruiken taal om onze **inzichten te 'bevriezen'**, maar de werkelijkheid (**dao**) is in **flux** (vgl. Herakleitos)  
we moeten ons **concentreren op wat er om ons heen gebeurt** (dao), niet op de dingen die de taal suggereert  
als we ons focussen op de **generalisaties** die we middels taal hebben geformuleerd / geformaliseerd,  
letten we niet meer op wat werkelijk is / gebeurt; we moeten dus attent zijn op het **gebeuren in het hier & nu**  
doelen, plannen, woorden, categorieën, regels, etc. zijn als een landkaart: "**de kaart is niet het terrein**" (Korzybski)

het daoïsme is dus niet zozeer een conceptuele theorie, maar vooral **praxis** (praktijk)  
d.w.z. het gaat **niet** zozeer om het **weten 'wat'**, maar vooral om het **weten 'hoe'**  
bijv. een instrument leren bespelen, of auto rijden, of dansen, is **geen kwestie van theorie, maar van doen**  
**hoe meer je erbij moet nadenken, hoe minder je let op wat er gebeurt**, hoe slechter het gaat  
Zhuang Zi noemt veel voorbeelden van **ambachtslieden, die veel kennis hebben, maar weinig woorden**  
daoïsme is dus **eerder flexibiliteit dan passiviteit**: een dansen met de realiteit in het hier & nu  
**handelen moet gericht zijn op harmonie, niet op strijd / oppositie / beheersing**

**kok Ting** was een koe aan het slachten voor prins Wen Hui; hij hanteerde het mes met een geluid dat nooit uit ritme was

prins: *"fantastisch om een ambachtsman aan het werk te zien"* zei de prins

Ting: *"wat ik doe is de dao volgen, de weg die voorbij ambacht gaat*

*toen ik begon als kok zag ik de koe*

*na drie jaar zag ik de structuur van bot en vlees*

*nu zie ik het niet meer met mijn ogen - mijn zintuigen zijn inactief*

*ik snijdt volgens natuurwetten - ik volg de natuurlijke structuur*

*een goede kok doet een jaar met een mes, omdat hij snijdt*

*een matige kok verslijt een mes per maand, omdat hij hakt*

*ik gebruik dit mes al 19 jaar, maar is nog steeds zo scherp als het ooit was"*

prins: *"geweldig; ik heb geluisterd naar kok Ting, en geleerd hoe te leven"*

de manier waarop de kok het vlees scheidt van de botten is **geen techniek, maar een dans: één met de dao** <sup>13</sup>

veel Chinese beambten waren tijdens hun carrière confucianistisch, maar werden na hun pensioen taoïstisch  
hier zien we een parallel met het brahmanistische dharma-concept aangaande de 4 levensfasen:  
later in het leven komt er meer ruimte voor reflectie en (maatschappelijke) onthechting

afstemming op de **dao** leert ons ook omgaan met verval en de dood: beide zijn deel van de natuur  
daoïsme leert dat het niet gaat om verleden / toekomst, maar een **heldere focus / concentratie op het hier & nu**  
op die manier **ontstijgen we ons beperkte zelf-begrip**, en richten we ons op de **wereld waar we deel van zijn**  
het is dan ook **via het daoïsme** dat het **boeddhisme** voet aan de grond kreeg in China

- in 1<sup>e</sup> instantie was er natuurlijk weerstand tegen een vreemde religie van buiten
- ten 2<sup>e</sup> was er weerstand tegen kloosters en monniken, dezen werden gezien als "onverantwoordelijk"
- ten 3<sup>e</sup> strookte reïncarnatie niet met voorouder-verering

maar overeenkomsten tussen beide (**wu-wei - anatman / dao - pratityasamutpada**) zorgden voor toenadering  
de Chinese boeddha is aardser dan de Indiase: meer een Herakleitos / Diogenes dan een heilige

gedurende de 3<sup>e</sup> tot 6<sup>e</sup> eeuw n.Chr. was er veel **kruisbestuiving tussen daoïsme en boeddhisme**  
dit leidde tot een nieuwe, unieke Chinese filosofie: het **ch'an-boeddhisme**

# China: ch'an-boeddhisme

boeddhisme arriveerde in China vanaf de 1<sup>e</sup> eeuw na Chr.<sup>14</sup>, via zee of (waarschijnlijker) de zijde-route (Pakistan, Tadjikistan) de weinige vertalingen waren niet erg accuraat, waardoor kennis beperkt bleef tot het idee van meditatie (**dhya**na), en waardoor associatie met traditioneel Chinese of (religieus) daoïstische ideeën en gebruiken leidde tot eigen variaties boeddhistische stromingen die China bereikten zijn allemaal varianten van het dan opkomende mahayana-boeddhisme het **mahayana** erkent **vele andere boeddha's** naast Siddhartha Gautama, alsook **vele bodhisattva's**

bijv. **Vairocana**: het 'gelukslichaam' van de Boeddha, personificatie van sunyata / leegte

*"ik, Vairocana Boeddha, zit op een lotusbloem; op de duizend bloemen die mij omringen zitten duizend Sakyamuni Boeddha's; elke bloem bevat honderd-miljoen werelden; in elke wereld verschijnt een Sakyamuni Boeddha; allen zitten ze onder een bodhi-boom; allemaal tegelijk bereiken zij de verlichting; al deze ontelbare boeddha's hebben Vairocana als hun oorspronkelijke lichaam" (bloem-ornament-sutra)*

of bijv. de **Amitabha**-boeddha in het zuiverland-boeddhisme ( een stroming binnen het mahayana)

het **zuiverland** (pure land, **jingtu**) boeddhisme kwam in de 2<sup>e</sup> eeuw na Chr. vanuit noord-India naar China,

middels door de monnik Lokaksema vertaalde mahayana-sutra's (m.n. de '**oneindig leven sutra**')

deze beschrijven het '**westelijk pure land van gelukzaligheid**': **Sukhavati (=paradijs)** <sup>15</sup>

een soort **hemel** waar de ziel heen gaat na de dood, als men z'n leven wijdt aan Amitabha, de **verlosser**

volgens deze stroming beschreef de Boeddha (Siddhartha) aan zijn leerling Ananda een vorig leven van Amithaba

Amithaba / Dharmakara was troonopvolger, maar weigerde zijn koninkrijk te accepteren, en werd monnik / bodhisattva

zijn mentor was **Lokesvararaja**, de 53<sup>e</sup> boeddha (ver vóór boeddha Siddhartha Gautama)

deze openbaarde hem ontelbaar veel boeddha-hemelen in alle 10 wind-richtingen

na 5 tijdperken (?) gemediteerd te hebben deed hij eed in **48 geloften** om alle levende wezens te verlossen uit samsara

bijv. de 18<sup>e</sup> eed is dat wezens die 10x zijn naam hebben gereciteerd (m.u.v. zondaars) in zijn 'hemel' herboren worden

in de late 6<sup>e</sup> eeuw werd het zuiverland-boeddhisme een echte stroming, en is de populairste vorm van volks-boeddhisme

**Budai** (Chinees) / Hotei (Japans) = de lachende Boeddha, een boeddhistische monnik die leefde in de 9<sup>e</sup>/10<sup>e</sup> eeuw

wordt beschouwd als bodhisattva of als boeddha, of een incarnatie / manifestatie van de messias-godin **Maitreya**

in Japan één van de 7 gelukzalige & gelukbrengende goden

- in 1<sup>e</sup> instantie was er een natuurlijke weerstand tegen een **vreemde religie** van buiten:  
Chinezen waren trots op hun rijk **Tianxia** ('alles onder de hemel'), dat omringt werd door barbaren  
boeddhisme werd gezien als inferieure, barbaarse **vorm van taoïsme** <sup>16</sup>
- ten 2<sup>e</sup> was er weerstand **tegen kloosters en monniken**, dezen werden gezien als '**onverantwoordelijk**':  
het confucianisme schreef hard werken voor, en het stichten van grote families
- ten 3<sup>e</sup> strookte het idee van **reïncarnatie** niet met de Chinese **voorouder-verering**

in de **3<sup>e</sup> eeuw** verandert de Chinese houding ten opzichte van het **boeddhisme onder de lagere klassen**

na de Han-dynastie (220 n.Chr.) breekt een periode aan van verdeeldheid en maatschappelijke desintegratie

boeddhisme biedt een antwoord op het lijden; o.a. door het proces-denken: alles is onderhevig aan verandering

in de **4<sup>e</sup> eeuw** dringt het boeddhisme door in kringen van de **elite**, en beïnvloedt het de Chinese filosofie

in de 3<sup>e</sup> tot 5<sup>e</sup> eeuw ontstaan er mengvormen, bekend als **boeddho-** of **neo-daoïsme**

een voorbeeld van de vroege assimilatie van boeddhisme en taoïsme is **Wang Bi** / Fusi (226-249)

die baseerde zich op één van de als eerst in het Chinees vertaalde mahayana-sutra's: de **Prajnaparamita**

**prajna** werd geassocieerd met inzicht in de **dao** (i.p.v. onthechting), en **sunyata** (leegte) met **wu-wei**

begin **5<sup>e</sup> eeuw** vertalen **Kumarajiva** en zijn vele volgelingen / assistenten / leerlingen vele mahayana-teksten

één van die discipelen was **Sengzhao** (374-414), en hij maakt Nagarjuna's leer van de leegte inzichtelijk in China

toch bleef de Chinese neiging om sunyata (leegte) op te vatten als het **onuitsprekelijke diepste wezen** van alles, zoals ook de onbegrijpbare en ondefinieerbare **dao** ten grondslag ligt aan alles

dit ongreepbare, ondefinieerbare, onuitsprekelijke diepste wezen van alles krijgt later de naam: **boeddha-natuur**



tussen 399-412 reisde de monnik **Faxian** te voet via Pakistan naar India om boeddhistische geschriften te bemachtigen  
vele nieuwe vertalingen zorgden vanaf de 5<sup>e</sup> eeuw voor grotere populariteit van het boeddhisme

rond de **6<sup>e</sup> eeuw** waren er **4 boeddhistische scholen**, waarvan er zich 3 op de canonieke sutra's baseren <sup>17</sup>  
sommige stromingen waren filosofisch / praktisch, andere esoterisch / devotieel (bijv. *Zuiverland*-boeddhisme)

van 629 tot 645 reisde de monnik **Xuanzang** naar/door India en bezocht meer dan 110 stadsstaten, regio's en koninkrijken  
hij nam 657 teksten in het Sanskriet mee terug, waaronder de **Maha-prajna-paramita sutra** (*ultieme wijsheid sutra*)  
zijn bevinden zijn gedocumenteerd in de '**grote tang archieven over de westelijke regio's**'

o.m. door de reizen van monniken als Xuanzang kwamen er ook nieuwe vormen van boeddhisme uit India naar China

naast *hinayana* en *mahayana* is er nog **esoterisch** boeddhisme (ook wel **tantrisch** boeddhisme)

andere namen als '**geheime weg / leer**' benadrukken het esotherische karakter ervan

het geheime bestaat er o.a. in dat verlichting overgedragen wordt van leraar / guru op pupil / discipel

kenmerken: nadruk op **rituelen**, een **veelvoud aan boeddha's en bodhisattva's**, mantra's, mudra's en mandala's <sup>18</sup>

een belangrijke geschrift in m.n. **tiantai** is de **Lotus-sutra** (*Saddharma Pundarika sutra*), waarin wordt gesteld:

de Boeddha (Siddhartha Gautama), zijn leven en zijn preken, waren niets meer dan **provisorische** hulpmiddelen,

een theatrale vertoning om de waarheid van de leer **toegankelijk te maken voor gewone stervelingen**

in werkelijkheid is de Boeddha oneindig en onvergankelijk, en zijn alle wezens voorbestemd tot het boeddha-schap

de *Lotus-sutra* vormt tevens de basis voor de verering van de **bodhisattva Guanyin** (in Japan: Kanon Bosatsu),

de Chinese versie van **Avalokiteshvara**; in India een mannelijke bodhisattva, in China gefuseerd met

prinses **Miao Shan**, en/of een daoistische godin, en werd aldus een **godin (van troost, compassie & genade)**

ze wordt ook wel geïdentificeerd met **tara**, een vrouwelijke personificatie van compassie in 21 gedaanten / kleuren

Guanyin is zo medelevend, dat je niet eens boeddhist hoeft te zijn, om je gebeden door haar verhoord te laten worden

samen met Amithaba en Mahasthamaprapta vormt ze de heilige drie-eenheid uit het **westelijk paradijs**

esoterisch / tantrisch boeddhisme ontstond in India, waarschijnlijk in de 4<sup>e</sup> eeuw, maar kwam tot bloei vanaf de 7<sup>e</sup> eeuw  
verschillende scholen waren: *Kalachakrayana* (tijd-wiel voertuig), *Sahajayana* (natuurlijke weg) en *Vajrayana*

rond de 13<sup>e</sup> eeuw was het boeddhisme bijna uitgestorven in India, maar overleefde tot de 20<sup>e</sup> eeuw in Tibet en Nepal

Tibetaans en Nepalees boeddhisme is voornamelijk **Vajrayana** (= **diamanten voertuig**)

Chinese esoterische scholen zijn: **tiantai** (=de lotus-school) en **jingtu** (= zuiverland)

Japanse esotherische scholen zijn: **shingon**, **tendai shu**, **shugendo**

stromingen die zich op de **boeddha-natuur** baseerden: *hua-yen* (Japan: kegon), *tien-tai* (Japan: tendai), *ch'an* (Japan: zen)  
**ch'an / zen** is het bekendst; **hua-yen** en **tien-tai** zijn na de **vervolgving van boeddhisme in 845** nagenoeg uitgestorven

China (het drie-stromenland) kent dus 3 grote religies / denk-systemen, die vaak gezien worden als complementair:

**"confucianisme voor de maatschappij, taoïsme voor het lichaam, boeddhisme voor de geest"**

- in boeddhisme ligt de nadruk op trainen van onthechting en reflexief **bewustzijn**
- in confucianisme ligt de nadruk op trainen van deugd, toewijding en discipline (**Li, yi** en **ren**)
- in taoïsme ligt de nadruk op trainen van **wu wei** (niet-doen)

**ch'an** lijkt een fusie van boeddhisme (bewust-zijn), taoïsme (wu wei), en confucianisme (trainen)

over de ontstaans-geschiedenis van het ch'an-boeddhisme voor de 12<sup>e</sup> eeuw is weinig bekend

waarschijnlijk is het ontstaan **vanaf de 6<sup>e</sup> / 7<sup>e</sup> eeuw**, uit mahayana en taoïstische stromingen, met esoterische invloeden

het **ch'an**-boeddhisme is onder de naam **zen** in het westen een van de bekendste oosterse denkrichtingen

geassocieerd met onthaasting, minimalisme en verstillig: *ambiance & relax*; zen is echter vooral **trainen & discipline**

'ch'an' of 'channa' is de Chinese transliteratie van '**dhyana**' (Sanskriet voor meditatie / contemplatie)

*dhyana* is de **7<sup>e</sup> stap op het achtvoudige pad**, en een vorm van meditatie

ch'an is **praktisch** (Chinees): anders dan in het klassieke boeddhisme gaat het **niet om verlossing uit samsara**,

maar om het **open staan** voor de wereld en de ander; staat dus dichterbij het mahayana-boeddhisme

in tegenstelling tot de theravada-monnik: **bhikkhu** (betekent bedelaar), geldt voor de zen-boeddhist:

*"een dag niet werken is een dag niet eten"*

**ch'an** staat **kritisch t.o.v. alle verbale en schriftelijk overgeleverde wijsheid** (dus ook canonieke werken) het distancieert zich van de canon en tekstgerichtheid; een leer die onafhankelijk van de geschriften wordt overgedragen **geen doctrine / tekst, maar overdracht van meester op leerling** (directe confrontatie van geest tot geest) meesters maken gebruik van alledaagse voorbeelden; geen abstracte speculaties i.p.v. studie is **meditatie** de belangrijkste methode om verlichting te verwerven woorden, concepten en verwachtingen vormen hierbij een obstakel

### **Boeddha-natuur**

de essentie van ch'an is het realiseren van je **innerlijke natuur (= boeddha-natuur)** in het **hier & nu** het begrip '*Boeddha-natuur*' is de belangrijkste Chinese toevoeging aan / uitwerking van het mahayana-boeddhisme er wordt al gerefereerd aan de **Buddha-dhatu** in de **Maha-parinirvana sutra** (110 - 220 na Chr.) terwijl Indiaas boeddhisme reflexiviteit benadrukt, wil *ch'an* toegang tot de **pre-reflexieve boeddha-natuur** *ch'an* richt zich rechtstreeks "*tot het menselijke hart... aanschouw uw natuur en realiseer het boeddherschap*" dit principe van verlichting is immanent in ons aanwezig als de essentie van onze **xin** (geest/hart) dit **xin** is ons '**gezicht van voor onze geboorte**' (vgl: *nirvana = het ongeborene*), dat zich toont in **plotselinge ervaring**

Nagarjuna's **leer van de leegte** (*sunyata*) was strikt **nominalistisch / anti-realistisch**: ontkende alle vormen van '**zelf**' dingen, natuurlijke objecten, *aatman*, *brahman*, *jiva*, de 5 *skandha*'s, *dharma*'s, etc. hebben geen essentie / realiteit

- *anatman* = niets heeft een eigen kern, wezen, of essentie, mensen noch andere wezens noch dingen hebben een 'zelf'
- *unyata* = leegte, pointlessness, holheid, betekenisloosheid van concepten en begrippen, van discursieve kennis
- *pratitya samutpada* = inter-afhankelijk ontstaan, alles is voorwaardelijk (geconditioneerd), alles hangt met alles samen <sup>19</sup>

het Chinese boeddhisme kon zich slecht vinden in Nagarjuna's concept van de **leegte** (*sunyata*) het Chinese denken en doen is sterker gerichtheid op het **concrete, praktische** en alledaagse, dan het Indiase i.p.v. in ontkennende termen te spreken over de aard van de werkelijkheid wilde men enige invulling van dit idee

het Chinese boeddhisme is sterk beïnvloed door het daoïsme en door de **Sutra van de grote uitblussing / uitdoving** volgens de *Sutra van de grote uitblussing* (*maha-parinirvana sutra*) is in ieder wezen de **boeddha-natuur** aanwezig deze **boeddha-natuur** is identiek met het **hoogste inzicht, met nirvana en verlossing** deze transcendente metafysische dimensie wordt **positief** omschreven als: **het ware zelf, eeuwig, puur, en gelukzalig** dus i.p.v. het abstracte begrip '**leegte**' gebruiken de Chinese boeddhisten de term **Boeddha-natuur**

*Boeddha-natuur* = de diepste ware aard van alles, intrinsiek in alles aanwezig, draagt de hele realiteit en verbindt alles **alles in het hier & nu is verlicht**, inzoverre het deel uitmaakt van de boeddha-natuur (*samsara = nirvana*) d.w.z. verlichting = inzicht in de wijze waarop alles met alles samenhangt (*pratitya samutpada*) de verlichting is **niet zozeer een doel** waarnaar gestreefd moet worden, maar eerder een **terugkeer naar een oorsprong** verlichting is inzicht in de ware aard die altijd al in ons en alles aanwezig is

de terugkeer naar een **oorspronkelijke aard** is een belangrijk punt waarop **taoïsme** en **ch'an-boeddhisme** elkaar raken maar er is ook een parallel met het **advaita vedanta** hinduïsme van Shankara: **aatman - brahman** brahman = aanwezig **zijn** (*sat*); **dragen** (*brh*); **inter-gerelateerdheid** (*pratitya-samutpada*) het kan omschreven worden met een aantal bevestigende begrippen: '**vreugde**', '**smetteloosheid**' en '**eeuwigheid**' daarmee wordt eenzelfde soort fusie bewerkstelligd als door Shankara: **sunyata = brahman (= Boeddha-natuur)**

- **brahman nirguna** = de enige ware realiteit die zich niet laat beschrijven in woorden
- **brahman saguna** = 'vreugde', 'puur bewustzijn' en 'eeuwig bestaan'

**Indra's net**: beschreven in de *Avatamsaka sutra* (3<sup>e</sup> eeuw) & door de *Huayan* school (6<sup>e</sup> - 8<sup>e</sup> eeuw) de hindu-god **Indra** heeft een net met op elke knoop een diamand, die **alle andere reflecteert** <sup>20</sup> alles heeft dus een intrinsieke waarde die het individuele overstijgt, en het geheel representeert de (h)erkenning van het **omvattende in het individuele**, en de identificatie ermee, is de **basis voor compassie** compassievol handelen en gedrag is de basis van het *mahayana*- en *ch'an*-boeddhisme: dienstbaarheid hij die dit inziet voelt zich spontaan **verbonden met alle leven** en zal trachten iedereen te verlossen (*bodhisattva*)

## **zazen**

verlichting bereiken / het realiseren van de *Boeddha-natuur* vereist **training & discipline** (vooral meditatie) tijdens meditatie zit men stil (**zazen**), richt zich op zijn ademhaling, en laat zijn gedachten 'als wolken voorbij trekken' men **hecht zich niet aan de inhoud** van zijn gedachten, en laat zich niet meeslepen door passies / emoties zo kan men de gefixeerde, alledaagse denkpatronen doorbreken en zijn ware aard / *Boeddha-natuur* realiseren dit inzicht moet vervolgens toegepast worden bij al het handelen in het dagelijks leven

er ontstonden twee scholen binnen het ch'an-boeddhisme: de noordelijke en de zuidelijke

- de **noordelijke school** zag verlichting als een **geleidelijk proces**, te bereiken door:  
**samatha / samadhi** = meditatie, training in concentratie  
daarnaast zijn diverse elementen uit het esoterisch boeddhisme in terug te vinden
- de **zuidelijke school** zag verlichting als een **plotseling inzicht**; een Europese term hiervoor is **subitisme**<sup>21</sup>  
**vipassana** = inzicht in de 3 kenmerken van het bestaan: vergankelijkheid (*anicca*), lijden (*dukkha*), zelfloosheid (*anatta*)  
het idee is dat iets verlichting in z'n totaliteit alleen volledig in één moment kan worden ervaren, niet stukje bij beetje training speelt wel een rol bij het rijp maken van de geest voor zo'n totale ervaring

het onderscheid tussen plotselinge en graduele verlichting werd begin 5<sup>e</sup> eeuw geïntroduceerd door **Tao Sheng** (360-434) diens interpretaties van de *Lotus-sutra*, de *Nirvana-sutra*, en het concept *boeddha-natuur* legden de **basis voor ch'an** een trainingsmethode van het ch'an-boeddhisme is de **koan** (zgn. **zen-raadsels**; vgl. Zeno), bijv:

*"luister naar het klappen van één hand"*

doel ervan is het **rationele / discursieve denken los te laten**, om inzicht te krijgen in de *Boeddha-natuur*

de **koan** heeft hetzelfde doel als de meditatie: inzicht in het feit dat men **altijd al verlicht is**

dus (zoals Meister Eckhart het omschrijft): **loslaten van denk- en doe-structuren** (begeerten, obsessies en fixaties)  
**deze ervaring kan men in al zijn activiteiten verwerkelijken** (water pompen, brandhout halen)

een radicalere manier is een soort shock-therapie: d.m.v. onvoorspelbaarheid en intimidatie iemand van z'n stuk brengen (vgl: "*ik schrok me wezenloos*" = letterlijk: "*door de schrik ben ik mijn wezen, mijn 'zelf' verloren*") schelden en zelfs slaan werden hierbij niet geschuwd

de 'iconoclastische' **Linji-school** was de dominante ch'an-school na de 9<sup>e</sup> eeuw (later in Japan de *Rinzai-school*) leer: wil men verlichting bereiken, dan moet men radicaal het **geloof in woorden, theorieën en concepten opgeven** ook woorden / concepten als: **verlichting, boeddha, arhat**

de meester (Linji) kwam de hal binnen en sprak:

*"Hier, in deze naakte homp rood vlees, is een ware mens zonder rang of stand. Elk moment gaat hij de poorten van jouw gelaat in en uit. Als er onder jullie iemand is, die dit nog niet wist: kijk dan, kijk dan! [...] houd toch op met over alles een oordeel te hebben! [...] het lijkt of jullie, volgers van de weg, jullie geest er niet van kunnen weerhouden overal naar op zoek te zijn. En zo vervallen jullie in dezelfde fouten, waarin de mensen van weleer vielen. We zouden de koppen moeten afhakken van al die esoterische boeddha's. Degenen die de tien stadia van de bodhisattva-praktijk in vervulling hebben gebracht, zijn geen haar beter dan gewone arbeiders op het veld. Degenen, die de verlichting bereikt hebben van de 51<sup>e</sup> of de 52<sup>e</sup> graad, zijn nog altijd geketende gevangenen. De boeddha's en arhats zijn drek in het toilet. Volmaakte verlichting en nirvana zijn palen, waaraan ezels hun jeuk kwijt kunnen. [...] Volgers van de weg, als jullie het soort inzicht willen bereiken dat in overeenstemming is met de dhamma, laat je dan nooit misleiden door anderen. Of je nu naar binnen kijkt of naar buiten, wat je ook tegenkomt, dood het! Als je een boeddha tegenkomt, dood de boeddha. [...]"*

vanaf eind 13<sup>e</sup> eeuw begint de invloed van *ch'an* af te nemen

de overheid versterkte zijn greep op boeddhistische kloosters en hoge ambtenaren kochten eervolle monastieke functies neo-confucianisten wonnen aan invloed, en brandmerkten het ch'an-boeddhisme als immoreel en egoïstisch het Chinees boeddhisme verdween in de marginaliteit, maar bloeide later weer op in Korea en Japan (als **Zen**)

# Japan: zen-boeddhisme

de introductie van het boeddhisme in Japan (**4<sup>e</sup> t/m 7<sup>e</sup> eeuw**) lijkt op die ervan China (1<sup>e</sup> t/m 4<sup>e</sup> eeuw) aanvankelijk moest de nieuwe leer concurreren met de inheemse religie (animisme / sjamanisme / kami-culten) het boeddhisme dankt zijn succes in Japan vooral aan zijn **beschermende kracht** tegen **kami** de overheid importeerde vele teksten (m.n. in 607) die binnen de monniken-orden werden bestudeerd in de 7<sup>e</sup> eeuw waren er zo'n 50 boeddhistische tempels, 900 priesters, 600 nonnen, en 6 scholen <sup>22</sup>

rond eind 8<sup>e</sup> eeuw is er min of meer een eigen, specifiek Japanse vorm van boeddhisme geëvolueerd deze werd ingezet om mensen te genezen of beschermen, door (kwade) geesten (*kami*) te bedwingen t/m de 8<sup>e</sup> eeuw is het boeddhisme primair een zaak van **geleerde geestelijken** (vgl. brahmaanse priesterklasse) de geestelijken voerden **op bestelling rituelen** uit voor het welzijn van de keizerlijke familie en de adel **anti-elitaire sentimenten** riepen op tot een terugkeer naar het **oorspronkelijke boeddhisme**:

het overwinnen van lijden en het bereiken van verlichting voor iedere sterveling

**boeddhisme** en **daoïsme** deden het goed in Japan, met name doordat **Shinto** ook de **natuur vereerde**

in de **Kamakura** periode (1185-1333) kwamen twee stromingen op die een blijvende invloed op Japan hadden:

- de **shin** of **amidist** (zuiver-land) school (Genshin & Honen) predikte verlossing door **geloof** in **Amitabha** <sup>23</sup>
- de **zen**-scholen (Eisai & Dogen) benadrukte bevrijding door **inzicht** en **meditatie** (*zen = ch'an = dyana*)

tendai-monnik **Myoan Eisai** (1141-1215) reisde naar China voor studie van het oorspronkelijke **ch'an**-boeddhisme hij maakte kennis met de **linji**-school, gesticht tijdens de Tang dynastie door **Linji** Yixuan (Japans: Rinzai Gigen) zijn tendai-broeders zagen weinig in de strenge zit-meditatie (**za-zen**), en hielden vast aan hun ritualisme Eisai stichtte een nieuwe stroming naast **tendai**, **shingon**, en **amidisme** (zuiverland): het **rinzai**-boeddhisme **rinzai** vormt samen met **Soto** en **Obaku** de 3 hoofdstromingen binnen het Japanse **zen**-boeddhisme

de **Rinzai** school gaat uit van plotselinge verlichting (**kensho**), en hanteert technieken die dit bewerkstelligen paradoxale of absurde vragen (**koan**) zijn hier één van: "*wat is het geluid van één klappende hand*" plotseling verbaal of lichamelijk geweld zonder duidelijke aanleiding is een andere techniek kortom: het gaat om het volledig uit het veld slaan van iemand, waardoor deze geen houvast meer heeft door het **'loslaten van denk- en doe-structuren'** (Eckhart) wordt de **dharma-poort** naar verlichting geopend

**Dogen** Zenji / Dogen Kigen (1200-1253) was de oprichter van de **Soto**-stroming in Japan de **Soto**-school bouwt voort op de **noordelijke ch'an-school**: oefening / training staan centraal zittend mediteren met ogen open, loskomen van concepten en oordelen, in een staat van *mindfulness* *mindfull* = focus, attentie-vol (als in: **mind the step**), niet gedachte-vol... het gaat juist om leegmaken aanwezig zijn in het **hier & nu**, het moment, je niet laten afleiden door gedachten over anderen dingen zo kom je los van taal, meningen, oordelen (over jezelf of anderen); van doe- en denk-structuren (Eckhart) vele geschreven werken waaronder de **Shobogenzo** (95 verhalen over boeddhistische gebruiken en verlichting) net als Confucius luidde zijn devies: "*ik ben een doorgever van de traditie, geen vernieuwer!*" zijn originaliteit schuilt in de manier waarop Indiase, Chinese en Japanse ideeën samenkomen sommige daarvan lijken sterk op thema's uit de moderne westerse filosofie (**Heidegger**: '*zijn en tijd*')

rond zijn 12<sup>e</sup> gaat Dogen studeren in het belangrijkste intellectuele centrum van Japan: het **tendai**-klooster op de berg **Hiei**, ten noord-oosten van het huidige Kyoto de **tendai**-leer is een eclectisch geheel van Indiase en Chinese boeddhistische richtingen Dogen had onvrede met de discrepantie tussen het concept 'oorspronkelijke verlichting' en training

**"waarom zou ik studeren en mediteren als ik oorspronkelijk al verlicht ben?"**

op zijn 17<sup>e</sup> gaat hij in de leer bij een van Eisai's belangrijkste leerlingen: Myozen (1184-1225) in 1223 reist hij samen met deze monnik naar China daar komt hij in contact met ch'an-meester **Rujing** (1163-1228) bij wie hij in de leer gaat

**Tiantong Rujing** was een meester die dicht bij de klassieke **ch'an**-traditie stond:

hij eiste van zijn pupillen zoveel mogelijk te **mediteren** en hield ze wakker met stokslagen  
zelf gaf hij het goede voorbeeld door 3 uur 's nachts op te staan en tot 11 uur 's avonds door te gaan  
deze compromisloze houding sprak Dogen aan: hij spande zich tot het uiterste in om verlichting te bereiken  
op een nacht viel een monnik die naast hem zat te mediteren in slaap; Rujing schreeuwde tegen de monnik:

*"als je zit-meditatie beoefent vallen lichaam en geest weg! hoe kun je dan in slaap vallen?!"*

Dogen ervoer toen dat zijn lichaam en geest wegvielen (*shinjin-datsuraku*)

Rujing stelde vast dat hij verlichting had bereikt en promoveerde hem tot een meester van zijn school  
bij Dogens terugkeer in Japan (1227) had hij geen heilige teksten of beelden uit China meegenomen:

*"de Weg van de Boeddha bestuderen is zichzelf bestuderen"*

**ieder mens is in oorsprong en ten diepste verlicht**, maar verlichting kan zich alleen manifesteren in beoefening  
deze beoefening is 'zitten in meditatie' (Japans: **shikantaza** / Chinees: **zazen**),  
zonder gehechtheid aan gedachten, doelen, gevoelens of het ego  
door jarenlange intensieve beoefening van **zazen** kan men zijn oorspronkelijke verlichting leren ervaren  
verlichting is dus geen doel dat je kunt bereiken, maar iets dat je **herontdekt** (vgl. daoïsme); door **oefening**

**Fukanzazengi**: universele aanbeveling voor de beoefening van zazen

het 1<sup>e</sup> dat Dogen na zijn terugkomst in China schrijft (de *Fukanzazengi*) benadrukt hij dat **zazen geen methode** is  
een methode is namelijk gericht op het bereiken van een doel, en dat is niet de bedoeling in zen:

*"Het zazen waarover ik spreek, is geen methode om te leren mediteren. Het is simpelweg de dharma-poort  
naar kalmte en geluk, de beoefening-realisatie van totale en superieure verlichting. Het is de openbaring  
van de uiteindelijke werkelijkheid. Het ligt buiten het bereik van de tienduizend trucs van het ego!"*

*"In werkelijkheid is het alleen dit moment dat je je bewust kan zijn van de werkelijkheid;  
in zo'n onvoorspelbare wereld is het dom om je tijd te verdoen met je zorgen te maken over andere zaken...  
praktiseer je op het in praktijk brengen van de weg en bedenk dat je alleen nu leeft"*

in de **Fukanzazengi** beschrijft Dogen de essentie van **zazen-meditatie**:

*"De weg is oorspronkelijk volledig en alles doordringend. Hoe zou hij kunnen afhangen van beoefening en realisatie?  
De weg is vrij en onbelemmerd. Van waar de noodzaak tot zo'n grote inspanning? Voorwaar, het hele lichaam  
overstijgt stof en vuil; wie gelooft er in een middel om het te borstelen en te poetsen? **De weg is volledig daar waar je  
nu bent. Waarom dan her en der gaan om te oefenen?** - Echter, **als je het geringste onderscheid maakt, dan is  
de weg zo ver verwijderd** als de hemel van de aarde. Als er slechts een spoor van **voorkeur of afkeur** verschijnt dan  
verliest het bewustzijn zich in verwarring. Stel dat je inzicht verwerft, de verlichting bereikt, de wijsheid in alle dingen  
doorziet, de weg bereikt, de lumineuze geest aanschouwt en je ijver tot aan de hemelen reikt. Dan nog zijn dit slechts  
de eerste omtrekkende bewegingen, verre van de weg naar complete bevrijding.<sup>24</sup> - Je moet **ophouden met  
beoefening gebaseerd op intellectueel begrip**, het volgen van toespraken en het **najagen van woorden**. Leer de  
**stap terug te zetten** die het **licht naar binnen richt** om je zelf te verlichten. De versluiering van lichaam en geest zal  
vanzelf wegvallen en je **oorspronkelijk gezicht** zal worden getoond. **Als je zo-heid wilt bereiken, dan moet je zo-  
heid onmiddellijk beoefenen.**<sup>25</sup> - Een rustige kamer is goed voor zazen. Eet en drink met mate. **Verwerp alle  
verwickelingen en beëindig de tienduizend zaken. Denk niet aan goed of kwaad, juist of verkeerd. Stop alle  
bewegingen van het bewustzijn en houd op met het vormen van ideeën over gedachten en standpunten. Streef  
er niet naar om een Boeddha te worden. Zen heeft niets met zitten of liggen te maken. - Als je het lichaam en de  
geest zo geordend hebt <sup>26</sup> [...] zit dan stabiel als een berg en denk het niet-denken. Hoe denk je het niet-denken?  
Het is geen denken. Dit is de essentiële kunst van zazen. - Zazen is geen oefening in concentratie. Het is de  
vredige en vreugdevolle poort tot de dharma. Het is onbezoedelde beoefening-verlichting die de verlichtingsgeest  
realiseert. Het is de manifestatie van de absolute werkelijkheid. Vallen en strikken bereiken hier niets. Als je dit bevat  
dan word je als een draak die te water gaat of een tijger die de bergen binnendringt. Weet dat de dharma zich hier  
manifesteert en dat **matheid en verstrooidheid reeds weggevallen zijn**. - Het verleden beschouwend, zien we dat  
**het transcenderen van het alledaagse en het sacrale geworteld is in de kracht van de beoefening**. Net als het***

vermogen om zittend of staand te sterven. Bovendien, het onderscheidmakende denken kan niet bevatten hoe de oude meesters de gelegenheid van een vinger, vlag, naald of hamer aangrepen om de verlichting te ontlokken met een **hossu**<sup>27</sup>, vuist, staf of een kreet. Het kan ook niet gekend worden door de beoefening en realisatie van spirituele krachten. Beoefening en realisatie zijn het natuurlijke gedrag van lichaam en geest, voorbij zien of horen, vóór het denken en analyseren. - Omdat het zo is, maakt het niet uit of je intelligent bent of niet; slim of dom maakt geen verschil. **Volhardend beoefenen is het bewandelen van de weg. Beoefening-verlichting is van nature onbezoedeld. Voorwaarts gaan in de praktijk is iets alledaags.** - Overal, in deze en andere werelden, in India en in China, wordt het zegel van de Boeddha gehandhaafd. Het karakter van deze school heerst overal - een volledig engagement in het onbeweeglijk zitten. Hoewel er tienduizenden verschillen bestaan, moeten we enkel zazen volledig beoefenen. **Waarom zouden we deze plek op de vloer verlaten en dwalen langs de stoffige grenzen van vreemde landen? Met slechts één misstap verlies je de weg onder je voeten. - We hebben het unieke geschenk van het menselijk lichaam reeds ontvangen. Verspil geen tijd.** We handhaven en vertrouwen op de essentiële werking van de Boeddhaweg; wie zou er werkeloos willen genieten van de vonk van een vuursteen? Hoe dan ook, **het lichaam is als dauw op het gras en het leven als een bliksemflits - plotseling voorbij, verdwenen in een ogenblik.** - Ik smeek jullie, edele vrienden in de beoefening, **grijp niet naar slechts één deel van de olifant en vrees de ware draak niet. Wijd je inspanningen aan de weg** die direct naar de waarheid verwijst. Eer de gerealiseerde mensen die voorbij studie en zonder intentie zijn. Breng jezelf in overeenstemming met de verlichtingsgeest van de Boeddha's en word een waardig opvolger van de samadhi<sup>28</sup> van de patriarchen. Beoefen op deze wijze, en je wordt zoals zij. De deuren van je schatkamer zullen zich spontaan voor je openen om er mee te doen zoals het je belijft."

Dogen geeft beperkte instructies voor meditatie (houding en ademhaling), maar focust op:

**"Denk het niet-denken. Hoe denk je het niet-denken? Door non-denken"**

met de concepten 'denken' en 'niet-denken' verwijst Dogen naar twee werkingen van het menselijk verstand denken slaat op het alledaagse gebruik ervan: logisch redeneren, categoriseren en vellen van (waarde)oordelen **niet-denken** duidt op inzichten die niet op een discursieve manier worden verkregen; **wu wei** = 'streefloze actie'

Dogen stelt dat bepaalde boeddhisten 'denken' en 'niet-denken' als elkaars tegengestelden beschouwen zij stellen dat 'denken' een illusoire manier is om je verstand te gebruiken, die de verlichting in de weg staat het gaat er dan om het 'denken' te overstijgen om zo het 'niet-denken' te bereiken: de verlichtings-ervaring Dogen stelt dat deze dualistische visie **verkramp en niet boeddhistisch** is

'denken' en 'niet-denken' zijn beide **functies van de menselijke geest**, dat kunnen we beter **accepteren door aan beide niet te hechten** realiseert men het '**non-denken**', dat de mens in de meditatie kan ontwikkelen m.a.w: men moet het dynamische spel tussen 'denken' en 'niet-denken' accepteren als 'het verlichte denken' tijdens meditatie moet de beoefenaar niet proberen om 'niets' te denken of zijn gedachtestroom stil te zetten, maar om het verlichte denken ruimte te geven; zijn gedachten te laten voor wat ze zijn (*mindfulness*) ook als hij tijdens het mediteren een '*mystieke ervaring*' heeft moet hij deze weer loslaten en er niet aan hechten

### **Boeddha-natuur**

leer van Nagarjuna: **sunyata** (leegte: onze begrippen en gedachten zijn hol; de dingen hebben geen zelf / essentie) in Chinees boeddhisme wordt die leegte de **boeddha-natuur**

Dogen's belangrijkste innovatie is de radicale, non-duale invulling van het begrip '**boeddha-natuur**'

*"Oorspronkelijk gelaat, bloesems in de lente, de koekoek in de zomer,  
de maan in de herfst, en in de winter de sneeuw, zo sereen en koel"*

dit sterfgedicht verwijst naar de mysterieuze, ware aard van de mens: '**oorspronkelijk gelaat**' of '**boeddha-natuur**' degene die deze ware aard realiseert, is in staat om de wereld volledig **open en onbevangen** tegemoet te treden hij voelt zich onlosmakelijk **verbonden met de schoonheid** van de natuur, die wisselt per seizoen deze wisseling der seizoenen onthult een essentieel kenmerk van het oorspronkelijk gelaat: **vergankelijkheid**

de eenheid van verlichting en beoefening hangen nauw samen met het idee van *boeddha-natuur*, zoals behandeld in de *Bussho (boeddha-natuur)* uit de *Shobogenzo* (schatkamer van het oog van de ware leer)<sup>29</sup> **verlichting** kan volgens zen **niet gevonden worden in boeken**, maar alleen in de *boeddha-natuur*

**"aanschouw je natuur en realiseer het boeddhaschap"**

hierin uit hij zijn kritiek op de traditionele opvatting over *boeddha-natuur* a.h.v. een citaat uit een *Mahayana-sutra*:

**"alle levende wezens hebben zonder uitzondering de boeddha-natuur"**

dit herformuleert hij tot:

**"alles wat bestaat is de boeddha-natuur"**

dus: 'alle levende wezens' wordt 'alles wat bestaat' - 'hebben' wordt 'zijn'

hij verschuift hiermee de '**realistische**' claim over welke **zijnden** (wezens) *boeddha-natuur* hebben naar een fenomenologische attitude: we moeten de werkelijkheid opvatten / ervaren als *boeddha-natuur* *boeddha-natuur* wordt daarmee i.p.v. een **eigenschap van sommige zijnden**, een **grondhouding t.o.v. het Zijn** daarmee verdwijnt het onderscheid tussen het subject (ego / ik / bewustzijn) en het object (de zijnden / dingen)

volgens de traditionele opvatting hebben alleen **levende wezens** de *boeddha-natuur*

Dogen stelt: *"Grassen en bomen, staten en landen zijn geest. Omdat zij geest zijn, zijn zij levende wezens. Omdat zij levende wezens zijn, zijn zij de boeddha-natuur van het bestaan."*

de mens is niets meer dan een van de tienduizend '**dharma's**' of dingen die ons omringen uit deze opvatting vloeit een houding van respect, bescheidenheid en nederigheid t.o.v. de natuur voort:

*"Ochtend na ochtend komt de zon op uit het oosten, ledere nacht gaat de maan onder in het westen; Waar wolken verdwijnen, worden bergkammen zichtbaar, Houdt regen op, zijn omliggende bergen laag."*

de 2<sup>e</sup> wijziging bekritiseert het idee dat de mens deze ware aard als een soort zaadje met zich meedraagt deze opvatting leidt tot doel/middel-denken: de *boeddha-natuur* als een te bereiken doel alles is al *boeddha-natuur*, ook de mens, hij hoeft het alleen maar te zien; meditatie is daartoe de manier

de *boeddha-natuur* is dus géén transcendente instantie, geen kosmische energie of bovennatuurlijk iets (*brahman*) omdat de *boeddha-natuur* samenvalt met de ons omringende werkelijkheid, is zij **onderhevig aan de tijd** het belangrijkste kenmerk van de *boeddha-natuur* is dan ook de **vergankelijkheid** niet proberen de wereld te overstijgen, maar juist volledig opgaan / zich verzoenen met de vergankelijkheid

**"De vergankelijkheid zelf van mensen en dingen, lichaam en geest, is de boeddha-natuur.**

*Naties en landen, bergen en rivieren zijn vergankelijk omdat zij de boeddha-natuur zijn.*

*De hoogste, volmaakte verlichting is vergankelijk omdat zij de boeddha-natuur is"*

er is geen onderscheid tussen **beoefening** en **verlichting**, en tussen *boeddha-natuur* en de natuur / werkelijkheid net als in het mahayana zijn verlichting en illusie twee helften van dezelfde medaille

**het leven wordt altijd gekenmerkt door lijden, verwarring en illusie, hoe 'verlicht' men ook denkt te zijn** de mens onderzoekt het lijden in zichzelf en de wereld, maar kan deze nooit helemaal begrijpen of genezen

na zijn dood raakte het werk van Dogen buiten de Soto-school in vergetelheid pas eind 19<sup>e</sup> en in de 20<sup>e</sup> eeuw werd Dogen buiten deze sektarische kringen opnieuw bekend bijv: de 19<sup>e</sup>-eeuwse **Ryokan** (de 'Grote Dwaas') was sterk beïnvloed door Dogen d.m.v. meditatie ervaart men dat het 'ik' niet meer is dan een constant veranderende stroom gedachten / gevoelens op die manier vergeet hij 'zijn zelf' en stelt hij zich open voor de wereld om zich heen zo voelt hij zich **verbonden met de onmetelijke rijkdom van de 'dingen' buiten hem**, zoals bergen en rivieren hij beseft dat hij onlosmakelijk deel uitmaakt van de wereld

## zen & het westen

Daisetsu Teitaro **Suzuki** (1870-1966) populariseerde het (zen)-boeddhisme in het westen (m.n. de USA) veel van de manier waarop wij het (zen)-boeddhisme kennen is aan Suzuki te danken

een meer **daoïstische** interpretatie van zen vinden we bij de Duitser Eugen **Herrigel** (1884-1955) in "**zen en de kunst van het boogschieten**" beschrijft hij hoe hij niet meer kan wachten op het schot als de spanning hem te veel wordt en hij buiten adem raakt, zegt de meester:

*"het juiste moment komt niet omdat je in controle wil blijven  
omdat je geen succes verwacht, maar jezelf wilt behoeden voor falen  
je hebt geen vertrouwen in het moment, en daarom komt het niet  
omdat het juiste moment niet komt kies je het dus zelf maar  
maar het juiste moment moet onafhankelijk van jou gebeuren  
en zolang jij het bent die het schot lost, en niet het moment,  
zal je hand niet openen op de juiste manier,  
als de hand van een kind, als de schil van een rijpe vrucht"*

m.a.w: Herrigel is meer bezig met **zichzelf-die-aan-het-boogschieten-is** en met de pijl en de boog, dan met het nu jezelf willen behoeden voor falen is je aandacht dáár op richten, en is een garantie voor falen je moet je aandacht richten op eenwording met het schot, en je geest verder helemaal leeg maken

vandaar dat **kyu-jutsu** (= boog-techniek) in zen-boeddhisme **kyu-do** (= de weg van de boog) genoemd wordt en **ken-jutsu** (= zwaard-techniek) in zen-termen **ken-do** (= de weg van het zwaard) heet en **ju-jutsu** (= subtiele/zachte techniek) dus **ju-do** (subtiele/zachte weg/manier) dit illustreert hoe in Japan de 3 Chinese stromingen (daoïsme, confucianisme, boeddhisme) samengesmolten zijn

---

<sup>1</sup> misschien heeft dit te maken met Chinese taal / schrift: chinees laat zich minder eenduidig interpreteren; context bepaald altijd de betekenis

<sup>2</sup> Wade-Giles is de Europese transcriptie-systeem uit de 19<sup>e</sup> eeuw, Pinyin is het Chinese transcriptie-systeem uit de jaren '50 sinds 1982 is Pinyin de wereldwijd geaccepteerde standaard, maar het Wade-Giles-systeem voert nog steeds de boventoon

<b>Wade-Giles</b>	<b>Pinyin</b>
Tao te ching	Dao de jing
Lao Tzu	Lao zi
Kung Fu Tzu	Kong Fuzi
Chuang Tzu	Zhuang zi
I ching	Yi jing
Chi	Qi
Yin yang	Yin yang
T'ai chi	Taiji
tao chia	dao jia
tao chiao	dao jiao



- 
- <sup>3</sup> Yang Zhu (370–319 v.Chr.) bijv. staat bekend als een ethisch egoïst (zeldzaam in Chinees denken) centraal staat zijn nadruk op zelf-behoud; m.n. gezondheid en lang leven  
er is niets waardevoller dan gezondheid / vitaliteit / het leven zelf; zelfopoffering voor een hoger doel is onzinnig  
er was al een lange traditie in China van zoeken naar manieren om het de levensduur te verlengen  
maar in het daoïsme verschuift de nadruk van individuele levensduur naar het leven als geheel (vgl. boeddhisme)  
alles in de wereld hangt met elkaar samen, er is een stroom van energieën waar wij deel van uitmaken
- <sup>4</sup> Jezus: *"ik ben de weg de waarheid en het leven; niemand komt tot de vader dan door mij"* (Johannes 14:6)
- <sup>5</sup> de dans van de draak tijdens Chinees nieuw jaar is een optocht van honderden mensen die één draak vormen  
de draak bestaat uit segmenten, maar is desalniettemin één wezen
- <sup>6</sup> op die manier zien alle Chinezen er uit als een Chinees, alle appels als appels en alle peren als peren  
we zien alleen de karakteristieke kenmerken, niet de verschillen, de nuances, de eigenheid van elk ding  
als we iemand in een hokje duwen hebben we al bepaald wat we verwachten te horen van die persoon,  
en leggen we daar de nadruk op, waardoor we niets anders meer horen
- <sup>7</sup> de tienduizend dingen = al dat bestaat
- <sup>8</sup> vgl: Heidegger: *wu wei = Gelassenheit / ren = Sorge / de ambachtelijkheid* van kok Ting = *Zuhandenheit*
- <sup>9</sup> ter vergelijking: *"tum on, tune in, drop out"* (Timothy Leary, 1967), of: Aristoteles versus Diogenes van Sinop
- <sup>10</sup> vgl. het boeddhisme
- <sup>11</sup> volgens de legende was Zhuang Zi eens aan het vissen toen hij door twee gezanten werd benaderd  
zij meldden dat de koning hem wilde benoemen tot de nieuwe minister van binnenlandse zaken  
Zhuang Zi bleef rustig door vissen en antwoordde zonder om te kijken:  
*"Ik heb gehoord dat er in Chu een heilige schildpad is die al drieduizend jaar dood is.  
De koning bewaart hem, in doeken gewikkeld, in een korf in de vooroudertempel.  
Waar zou deze schildpad de voorkeur aan geven: dood te zijn en vanwege zijn overgebleven  
botten vereerd te worden, of te leven en met zijn staart door de modder te slepen?"*  
de twee gezanten antwoordden: *"Hij zou liever leven en met zijn staart door de modder slepen."*  
daarop zei Zhuang Zi: *"Ga weg! Ik zal met mijn staart door de modder slepen!"*
- <sup>12</sup> vgl. Nagarjuna's leer van de leegte (*sunyata*) en de onvatbare aard van de werkelijkheid (*pratitya samutpada*)
- <sup>13</sup> typisch Zhuangzi om een prins de essentie van het leven te laten ontdekken door een kok
- <sup>14</sup> de boeddhistische keizer Ashoka stuurde naar verluid gezanten naar Nepal, Bhutan en China rond de 2<sup>e</sup> eeuw v.Chr. maar daar is geen bewijs voor  
volgens de legende had keizer Ming (28-75 na Chr.) een droom van een gouden god, zwevend voor zijn paleis  
hij vroeg zijn adviseurs wie dit kon zijn, en FuYi zegt dat er in India een geestelijke is die één is geworden met de *dao*  
de keizer stuurde een gezantschap naar India, en op de rug van witte paarden kwamen er boeddhistische sutra's retour
- <sup>15</sup> er is ook een oostelijk *Zuiverland*, waarvan *Akshobhya* heer en meester is
- <sup>16</sup> een mythe waarin Boeddha met Lao Zi wordt geïdentificeerd: Lao Zi trok op hoge leeftijd naar India om zijn leer aan de barbaren te onderwijzen  
omdat deze zijn boodschap niet begrepen, nam hij zijn toevlucht tot een ander jargon; toen hij werd begrepen vereerden ze hem als 'de Boeddha'
- <sup>17</sup> deze sutra's waren afkomstig uit verschillende scholen, verkondigden dus niet dezelfde leer; vertoonden soms discrepanties of tegenstrijdigheden  
er ontstond een schriftuurlijke classificatie (*panjiao*), een hiërarchische ordening van teksten in primair, secundair, tertiair, etc.
- <sup>18</sup> N.B: het vroege boeddhisme was een reactie op het ritualisme van het brahmanisme !
- <sup>19</sup> vgl: mikado; dit betekent ook dat oorzaak & gevolg niet te scheiden zijn
- <sup>20</sup> vgl. Leibniz' monadologie: elke monade is een venster op de wereld, dat het geheel representeert / reflecteert  
een monade is een wereld (micro-kosmos) op zich, die de hele wereld (macro-kosmos) weerspiegelt (Grieks voor één als eenheid is *monos*)  
elke monade representeert / reflecteert het geheel op zijn eigen manier; God de oneindige monade omvat alles  
vgl. ecologie: de genetische opmaak, morfologie (vorm) en gedrags-repertoire van elk organisme reflecteert zijn habitat
- <sup>21</sup> geïntroduceerd door de sinoloog Paul Demiéville (*Mirror of the Mind*, 1947)
- <sup>22</sup> Ritsu (Vinaya), Jojitsu (Satyasiddhi), Kusha (Abhidharma), Sanron (Madhyamika), Hosso (Yogacara), Kegon (Hua-yen)
- <sup>23</sup> Mazu / Matsu = godin van de zee + manifestatie / reïncarnatie van Guanyin (wordt samen vereerd met Amithaba)

---

<sup>24</sup> *Moet ik de Boeddha uit Jetavana's Park noemen, die een aangeboren wijsheid had? Zijn zes jaren van zitten laten nog steeds hun sporen na. Of Bodhidharma's transmissie van de verlichtingsgeest? Zijn negen jaren van zitten voor de muur in Shaolin worden nog steeds geroemd. De heiligen van weleer waren reeds zo; hoe kunnen wij dan tekort schieten in onze beoefening van de weg?*

<sup>25</sup> ook wel: aldusheid; oorspronkelijk: *tathata / dharmata*

<sup>26</sup> *Spread een dikke mat om op te zitten en leg daar een rond kussen bovenop. Zit in de hele lotus of in de halve lotus. Voor de hele lotus leg je de rechtervoet op het linker dijbeen en je linkervoet op het rechter dijbeen. Om in halve lotus te zitten leg je de linkervoet tegen het rechter dijbeen aan. Maak je gewaad wat los en orden het netjes. Plaats je rechterhand op je linkervoet en je linkerhand op je rechterhand. Laat de duimtoppen elkaar ondersteunen. Recht je lichaam en zit rechtop. Leun niet naar links of naar rechts; buig niet naar voren of naar achter. De oren staan boven de schouders en, van voren, de neus boven de navel. De tong moet tegen de voorkant van het gehemelte geplaatst worden. De lippen en tanden zijn gesloten en de ogen open, naar beneden gericht. Adem zachtjes door de neus. [...] Adem één keer volledig uit en zwaai het bovenlichaam naar links en naar rechts [...] Als je opstaat van zazen beweeg dan langzaam en bedaard. Spring niet plotseling of bruusk op.*

<sup>27</sup> soort kwast / veger, gebruikt door monniken voor rituele overdrachten, en om vliegen weg te jagen zonder ze te doden

<sup>28</sup> *samadhi* is een geconcentreerde, ontspannen, naar binnen gerichte aandacht / focus / meditatie; het 8<sup>e</sup> onderdeel van het 'achtvoudig pad'

<sup>29</sup> *"De Weg van de Boeddha bestuderen is zichzelf bestuderen. Zijn zelf bestuderen is zijn zelf vergeten. Zijn zelf vergeten is verlicht worden door alle verschijnselen. Verlicht worden door alle verschijnselen bewerkstelligt het wegvallen van eigen lichaam en geest evenals van die van anderen. Alle sporen van verlichting verdwijnen dan en deze spoorloze verlichting zet zich eindeloos voort. [...] Wanneer iemand in een boot vaart en naar de kust kijkt, heeft hij de illusie dat de kust beweegt. Maar wanneer hij zorgvuldig naar de boot kijkt, realiseert hij zich dat de boot beweegt. Op dezelfde manier, wanneer iemand de myriaden verschijnselen (de 10.000 dharmas) onderzoekt met misleidende ideeën over zijn lichaam en geest, denkt hij ten onrechte dat zijn aangeboren geest en innerlijke natuur altijd blijvend zijn. Maar indien hij nauwlettend toeziet op zijn dagelijkse bezigheden en tot zichzelf inkeert, zal de waarheid dat de myriaden verschijnselen geen zelf hebben hem duidelijk worden. [...] Brandhout verandert in as en kan niet opnieuw brandhout worden. Toch moet men het niet zo opvatten dat de as 'achteraf' en het brandhout 'vooraf' is. Men moet zich realiseren dat, ofschoon brandhout zich in de verschijningsvorm van brandhout ophoudt en deze een 'vooraf' en een 'achteraf' heeft, het brandhout zich tevens buiten 'vooraf' en 'achteraf' bevindt. As bevindt zich in de verschijningsvorm van as en bezit 'vooraf' en 'achteraf'. Precies zoals brandhout niet opnieuw tot as wordt wanneer het eenmaal as is geworden, keert de mens na zijn dood niet terug tot het leven. In dit verband is het een gevestigde gewoonte in het boeddhisme om niet te zeggen dat leven overgaat in dood; boeddhisme spreekt van 'het ongeborene'. Evenzo is het een vaststaand onderricht dat dood niet overgaat in leven; het boeddhisme spreekt van 'niet-vergaan'. Leven is een verschijningsvorm van tijd en dood is een verschijningsvorm van tijd, zoals bijvoorbeeld winter en lente. We vatten het niet zo op dat winter lente wordt of lente zomer. [...] Wanneer de mens verlicht wordt, is dat als de weerspiegeling van de maan op het water. De maan wordt niet nat noch is het water gebroken. Ofschoon haar licht zich wijd uitstrekt, rust het in een klein beetje water. Zowel de hele maan als de volle omvang van de hemel rusten in een dauwdruppel aan het gras, zelfs in een enkel waterdruppeltje. Verlichting tast de mens evenmin aan als de maan een gat breekt in het water. De mens biedt evenmin weerstand aan verlichting als de dauwdruppel aan de maan en de hemel. De diepte van de een is de hoogte van de ander. Of hun tijd nu lang of kort is, men onderzoekt volledig de wijde omvang of de geringheid van het water en men onderscheidt de grootte van de hemel en de maan." (uit de Shobogenzo: Genjokoan - 1233)*