

Ben Claessens: 'Zen staat - vertaald - voor een pad en het uiteindelijke besef dat alles wat bestaat – en dus ook de mens zelf – een verschijning is van een onkenbare natuur die we boeddhanatuur of God noemen. Om tot dit heldere bewustzijn te komen is het van belang onafhankelijk te zijn en vrij van hevige aanvechtingen. Deze waarheid van het bestaan openbaart zich in ons hart (geest) als een omvangrijk, peilloos en dynamisch mysterie dat zich in ieder moment aan ons ontvouwt. Het is de bestemming van de mens aan dat bestaan op natuurlijke wijze en in eenheid vorm en aandacht te geven, in harmonie met onszelf en vanuit onze natuurlijke sociale verbondenheid. Daartoe is het essentieel onszelf te bevrijden van alles wat ons daarvan weerhoudt. Met name van de vooroordelen en misvattingen over onszelf en de wereld die ons ketenen omdat we ze vanuit ego-denken voortdurend voeden. Dit is een verslavende, verblindende, uitputtende en geen voldoening gevende bezigheid. Zen leert ons via de beoefening van aandacht dat proces van voeden te erkennen, te ondervangen en te stoppen. Naarmate we meer geoefend zijn, kunnen we temidden van de weerbarstige praktijk van alledag, leven in tegenwoordigheid van de onbegrensde geest, in groot vertrouwen en in groot mededogen. Bevrijd van de ketenen van het versmalde en discriminerende egobewustzijn, kan je individualiteit samenvallen met de waarheid van dit moment. Zo wandelt de zenmens als de belichaming van open aanwezigheid en de waarheid van het bestaan.'

'Wereldse zen'

Nico Tydeman Sensei schrijft over de zentraining: "Wat ik graag zie is dat zentraining serieus gedaan wordt door mannen en vrouwen met soms een zeer druk werelds leven, met een beroep dat veel vraagt, een gezin dat de nodige aandacht eist en met vaak vele sociale contacten en verplichtingen. Het klooster was ooit wellicht een historische noodzaak: alleen in een beschermde omgeving, vrij van maatschappelijke verplichtingen, kon het geestelijke leven ontwikkeld worden. () Maar dankzij dit verleden en dankzij maatschappelijke ontwikkelingen (de toenemende hoeveelheid vrije tijd bijvoorbeeld), alsook wat de geschiedenis en de psychologie van de spiritualiteit ons leert, kunnen wij het spirituele pad gaan zonder dat wij huis en haard te hoeven te verlaten. Wij kunnen contemplatie beoefenen zonder dat het nodig is te werken aan een religieus instituut, waardoor wij werkzaam kunnen blijven in de wereld."

'We mediteren niet om verlichting te bereiken; omdat we verlicht zijn, mediteren we! Evenzo treden we niet handelend op om alles Een te maken; omdat we Een zijn, handelen we! Bodhisattva's leggen niet de gelofte af dat ze altijd zullen werken, alleen maar om resultaat of doelen die buiten hen liggen te bereiken. Omdat ze prajnaparamita zijn, omdat ze de belichaming zijn van de wijsheid dat alles zonder uitzondering onderling verbonden is, streven ze ernaar alle levende wezens te redden. Hoe beter we dit inzien, hoe juist handelen we. We hebben daar zelfs geen keus in'

Bernie Glassman, zenleraar (New York). Glassman ontving zijn transmissie net als Nico Tydeman Sensei van Genpo Roshi (Salt Lake City)

()De orfisten probeerden mij dat al duidelijk te maken, dat je niet kunt zoeken naar iets wat er altijd en overal is. Het is je taak om de belemmeringen te verwijderen, je te bevrijden, je defensieve houding te verbrijzelen. Met de waarheid is het net zo, Marcus. Daar hoef je niet naar te zoeken. Maar je moet wel zoeken naar wat vals is en dat vernietigen.() 403

'Het Koninkrijk der Hemelen, willen de mensen zijn koninkrijk wel?'

'Ik ben bang dat er maar enkelen zijn die dat durven.'

'Durven?'

'Die durven loslaten, kapotgaan, zich in het vertrouwen waarmee de wereld wordt geschapen durven overgeven.'

'Die het durven laten gebeuren, bedoel je?'

'Die de moed hebben het te laten gebeuren, ja.' 407

Uit: De Nachtwandelaar, Marianne Fredriksson