

**Zensor**

**zomer 2018**

**82**

**VERAANDEN**

**Sting**



# Redactioneel

Dit nummer van de Zensor gaat over verandering. Een thema waar iedereen mee te maken krijgt en dat menig grote geest heeft beziggehouden. Bij wijze van warming up voor de beschouwingen die u in dit nummer zult aantreffen, wil de redactie u vast wat gedachten van de groten der aarde voorschotelen. Wat tegeltjeswijsheden, zeg maar.

Goed. Daar gaan we:

*Verandering is de wet van het leven. En degenen die alleen kijken naar het verleden of het heden zullen zeker de toekomst missen.* John F. Kennedy

*Verlies is niets dan verandering.* Marcus Aurelius

*Vrees niet het leven te verliezen; de dood is slechts een verandering van woning.* Pythagoras

Toegegeven, het zijn niet de minsten, maar wat een flauwekul weten die lui te debiteren! De toekomst missen, John? Kon dat maar, ik heb nog wel wat dingetjes in het verschiet die van mij niet zo nodig hoeven. Marcus: draai het maar gerust om. En die verandering van woning, Pythagoras: ik krijg al de zenuwen als ik op vakantie moet en in een vreemd bedje zal slapen!

Een enkeling blijkt niet zo'n veranderingsfetisjist. Zo stelt J.C. Bloem: *Iedere verandering is een verslechtering, ook een verbetering.* Een wijs woord, maar waar heeft het hem gebracht?

Beste lezer, het schiet niet op met die tegeltjeswijsheden. Wat verandering het Zen Centrum Amsterdam gaat brengen en hoe een aantal sanghaleden daar op reflecteren, dat kunt u in deze Zensor lezen. Veel plezier daarbij.

# Inhoud

De toekomst is aan de leek	<i>Jacqueline Oskamp</i>	4
Hoe de dood verandert	<i>Gerie Ryotan van Maanen</i>	6
Bloeien waar je gepland bent	<i>Harry Stein</i>	9
Anicca	<i>Joke Huiberts</i>	12
Wat ziet de idioot	<i>unsui Keiyaku</i>	14
Peaceful life	<i>Katagiri Roshi</i>	16
Het koppige hoofd buigen	<i>Julia Veldkamp</i>	17
Vergankelijk en onvergankelijk	<i>Taigu Prast</i>	19
Verandering en de soep	<i>Marianka Schep</i>	22
Nieuwe aanwinsten in de bibliotheek	<i>Francesco Izzo</i>	25
Haiku hoekje: verandering	<i>Harry Stein</i>	26
Waarom ik het Hartsoetra reciteer: voor de verandering!	<i>Peter Verbogt</i>	31
Het Sanghastokje	<i>Tille Paanakker</i>	33
	<b>Oproepen</b>	<b>30</b>
	<b>In de herfstzensor</b>	<b>34</b>
	<b>Colofon</b>	<b>35</b>

# Vergankelijk en onvergankelijk

Avalokiteshvara luistert, maar Amida roept. Beiden spelen een grote rol in mijn leven, hoewel Amida per saldo waarschijnlijk meer dan Avalokiteshvara. Ik geloof niet dat het iets uitmaakt, want zij zijn elkaar en ze zijn, ieder naar hun aard, in boeddhistische zin 'leeg'.

*door Taigu Prast*

## Nembutsu

Als de vraag is te schrijven over het veranderlijke en het vergankelijke, dan rijst in mij juist het beeld op van het onveranderlijke en het onvergankelijke. Amida is in mijn leven een constante, iets waarvan ik de dag door de roep hoor, een roep die een uitnodiging is zijn naam te noemen. Dit gebeurt middels de Nembutsu, een vorm van meditatie die geschikt is voor elk moment en elke situatie. Je hebt er geen mat voor nodig. 'Namu Amida Butsu' in eindeloze herhaling is een incantatie waardoor je boeddha altijd op de lippen hebt en zijn nabijheid voelbaar wordt.

Is dit zen? Deze vraag wordt met enige regelmaat aan mij gesteld. Ja, want namu-Amida-butsu is mijn fundamentele koan, zoals ook Hisamatsu een basiskoan had geformuleerd. Door de tijden heen hebben zenmeesters hun leerlingen met de Namu-Amida-Butsu koan laten oefenen. 'Nembutsu zen' behoorde tot het vaste curriculum van Obaku, de Japanse zenschool die in de zeventiende eeuw ontstond en zich tussen Rinzaï en Soto inwurmde.

De Nembutsu is afkomstig uit het Reine Land-boeddhisme, dat vóór Shinran nooit een afzonderlijke school was binnen Mahayana, maar een stroming die afhankelijk van ieders preferentie wel of niet binnen bestaande scholen kon worden geïntegreerd. De cultus van Amida wordt in China tot op heden hand in hand met Zen beoefend, vertelde Ton Lathouwers bij terugkeer van een van zijn reizen naar dat land.

## Constantheid in de verandering

In de geest van Linji heb ik Amida allang ‘gedood’. Het volksgeloof dat wie zich in dit leven niet kan toewijden aan bevrijding, na zijn dood als bodhisattva in opleiding kan gaan in Amida’s Reine Land, is precies dat: volksgeloof.

Amida, legt zenmeester Bassui in de veertiende eeuw uit in antwoord op vragen uit zijn publiek, is niets anders dan de naam die gewone mensen gebruiken voor boeddhanatuur. En zo is het. Voor boeddhanatuur kun je wat mij betreft ook invullen: oorspronkelijk gelaat. Met de meditatieve Nembutsu op de lippen is er niet alleen sprake van aan den lijve ervaren boeddhanabijheid, maar ook van nabijheid van het oorspronkelijk gelaat. Evenzo is het Reine Land niet een externe dimensie; het Reine Land is hier, als het momentane nirvana in de samsara. Te midden van de ogenschijnlijke verandering en vergankelijkheid van het wereldse gebeuren is dit een constante die in de beoefening een tastbare, levende ervaring kan zijn.

## Een lesje zazen met de mond

Er zijn ook lessen die het Reine Land-boeddhisme voor de zen beoefening in petto heeft. Bij Shinran, een van de meest diepgaande, existentiële geesten die het Mahayana heeft gekend, vinden we een gezonde afkeer van het idee dat leerlingen zich op kracht van eigen beoefening tot verlichting (wat dit ook moge zijn) kunnen opwerken. In de plaats hiervan treden waarden als shinjin; de relativiserende wijsheid van het maximaal haalbare, en toevertrouwen aan de kracht van het Andere, waarin wij met heel ons ijdele onvermogen en onze repeterende onwetendheid zijn opgenomen.

Tijdens de schaarse keren dat mijn gezondheid me toestaat in de zendo mee te doen, laat ik alle proberen varen, zodat ruimte kan ontstaan voor toevertrouwen, surfend op de gewijde stilte van het collectieve zitten. Toevertrouwen is ook wat ik thuis bij de zazen kan ervaren, al heeft verwarring soms de overhand. Voor wie de Nembutsu constant beoefent, kan toevertrouwen een soort tweede natuur worden. De Nembutsu, las ik ooit ergens, kun je ook kenschetsen als ‘zazen met de mond’.

Zen is bij mij via omwegen geland. Na een eerste periode in onze zen gemeenschap heb ik een aantal jaren gepraktiseerd in een fijne Utrechtse sangha in de traditie van Thich Nhat Hanh. Vervolgens kwam het Reine Land-boeddhisme op mijn pad.

De vormen van deze dubbele ervaring doorlichtten de zen beoefening zoals ik deze oorspronkelijk had leren kennen. Alle stukjes vielen in elkaar. In 2013 keerde ik terug voor de jukai. Alles is veranderlijk en vergankelijk. Zelfs boeddhanatuur en oorspronkelijk gelaat zijn uitsluitend lege, vaardige middelen. Maar de ervaring en de transmissie daarvan (zonder woorden) zijn voor generatie op generatie, te midden van alle verandering, onveranderlijk. Dat durf ik wel te zeggen.



# Colofon

## Redactie

Anchorette Koolman  
Alfred Marseille  
Egbert Gerritsen  
Harry Stein  
Jacky Demmers  
Marlous Lazal

## Ontwerp

Anchorette Koolman & Alfred Marseille

## Beeld, beeldredactie & opmaak

Jasper Engel  
Liddy Vonk

## Redactieadres

Egbert Gerritsen  
Zensor@zenamsterdam.nl

## *Zensor...4 nummers per jaar van herfst t/m voorjaar*

De Zensor komt in de zendo te liggen. Voor vaste donateurs is de Zensor gratis beschikbaar; zij kunnen een exemplaar uit de zendo meenemen. Voor alle anderen is de Zensor los te koop voor €3,-

## Adres

Zen Centrum Amsterdam  
Binnenkant 39  
1011 BM Amsterdam  
[www.zenamsterdam.nl](http://www.zenamsterdam.nl)  
[info@zenamsterdam.nl](mailto:info@zenamsterdam.nl)  
06 – 29 12 89 89



**zen**  
**centrum**  
AMSTERDAM

