

In de zenbeoefening proberen we het onbekende te doordringen. We laten onze voorstellingen en ideeën los over hoe een moordenaar of zijn jonge slachtoffer zich moet gedragen. In beide gevallen erkennen we die delen in onszelf die we meestal negeren of ontkennen. We worden één met de angst en de knagende honger van het meisje, het verdriet van de moeder, de woede-uitbarstingen en de angst van de moordenaar, het leed en de schaamte van zijn moeder. Door die aspecten en gevoelens toe te laten, herinneren we ons diezelfde delen in onszelf en krijgen we er weer voeling mee. Zo beginnen we onszelf – en de hele samenleving – opnieuw heel te maken.

Ik heb reeds eerder het beroemde joodse gebed *Shema Yisrael* aangehaald: 'Luister, O Israël, de Heer onze God, de Heer is één.' De boeddhistische dienst die we op de straten van de Bowery in New York houden, begint met de woorden: 'Aandacht! Aandacht!' Wat bedoelen we als we zeggen: 'Luister, O Israël'? En wat bedoelen we als we zeggen: 'Aandacht'? Als we echt luisteren, als we echt aandacht hebben voor de geluiden van vreugde en lijden in het universum, dan is er geen scheiding meer en worden we die geluiden. Want we zijn niet afgescheiden van hen die lijden. Wij zijn hen en zij zijn ons. Het is ons lijden en het is onze vreugde. Als we niet luisteren, sluiten we ons niet van anderen af, maar van onszelf.

Dit kunnen we niet vanuit een houding van weten. Als we iets denken te weten, luisteren we niet. We moeten onszelf telkens weer leeg maken, terugkeren naar het niet-weten en enkel maar luisteren. En luisteren. En luisteren.

Luisteren betekent dat we de ingrediënten zien waarmee we kunnen werken. Alles wat we zien en horen, is een ingrediënt van onszelf. Als we niet alleen met onze

oren, maar ook met onze ogen, neus, mond en elke porie van ons lichaam luisteren, dan zien we niet alleen alle ingrediënten, dan *zijn* we alle ingrediënten.

En vanuit het luisteren moeten we handelen. Uit dit luisteren, uit dit 'Aandacht!' komt er mededogend handelen. Als we niet luisteren, kunnen we niet handelen met mededogen.

Ik geloof niet dat iemand van ons in staat is volledig te erkennen wat is in een situatie, en zeker niet in alle situaties. Belangrijk is dat we iets meer proberen te zien dan enkel ons eigen persoonlijk lijden, iets waartoe die Belgische moeder tijdens haar gesprek met Claude in staat was. Hoe breder onze kijk op de dingen is, hoe meer we kunnen erkennen wat is. En daaruit ontstaat heelmaking. Erkennen wat is brengt ons tot liefdevol handelen, wat tot doel heeft het lijden te verminderen.

Erkennen wat is, is een essentieel onderdeel van de opleiding in de Zen Peacemaker Orde. We erkennen wat is in de straten van de Bowery in New York City. We moedigen onze leden aan om niet enkel aan stervensbegeleiding te doen in ziekenhuizen, maar ook bij begrafenisondernemingen te werken, zodat we weten hoe we eruit zien als we dood zijn en klaargemaakt worden voor de begrafenis of de crematie. Toen een lid van de orde me onlangs vertelde dat hij graag als adviseur in een bejaardentehuis zou werken, vond ik dat prima, maar ik voegde eraan toe dat als hij werkelijk wilde erkennen wat was, hij moest overwegen om zich als patiënt in te schrijven.

Dit is een belangrijk verschil. De meeste leden van de orde hebben veel ervaring met sociale actie. Maar dat betekent niet dat ze hebben erkend wat is. Als ze professionele hulpverleners zijn, weten ze hoe ze hulp moeten bieden, maar niet noodzakelijk hoe het voelt om hulp

te krijgen. Ze kunnen zich vaak niet voorstellen hoe het voelt als aan je lichamelijke behoeften niet voldaan wordt, als je genegeerd wordt of als je eerder als patiënt dan als mens behandeld wordt. Ze hebben op de Bowery eten uitgedeeld aan de hongerigen, maar ze weten vaak niet wat er in je omgaat als mens, als je op straat van iemand anders eten krijgt. En zij die in de gevangnissen gewerkt hebben of rehabilitatiecentra opgebouwd, hebben dat systeem meestal niet zelf ondergaan, zoals Fleet Maull. Fleet zat een celstraf van vijftientig jaar uit wegens drugdelicten. Terwijl hij in een federale gevangenis zijn straf uitzat, erkende hij wat het betekent te sterven in gevangnissen en begon hij overal in de VS en in Canada een netwerk voor stervensbegeleiding voor gevangenen uit te bouwen.

We hoeven natuurlijk niet allemaal opgesloten te worden om met gevangenen te kunnen werken, of te sterven om met stervenden te kunnen omgaan. Maar op een bepaalde manier sterven we toch: de beperkte ideeën die we over onszelf hebben, sterven af, en we worden ons bewust van onze grenzeloze eenheid met het universum en we erkennen wat is.

Ten slotte wil ik het hebben over het tegenovergestelde van erkennen wat is, namelijk verloochenen. Het beste verhaal dat ik ken over verloochening is dat van de jeugd van Shakyamuni Boeddha, de stichter van het boeddhisme. Bij de geboorte van de Boeddha ongeveer tweeduizendvijfhonderd jaar geleden in India, voorspelde een groot ziener aan zijn vader, de koning van de Shakyastam, dat zijn zoon ofwel een groot koning zou worden die alle Indiase stammen onder zijn gezag zou verenigen, ofwel zou uitgroeien tot een groot spiritueel leider. In de hoop dat zijn zoon een groot heerser zou worden, zorg-

de de koning ervoor dat het kind vanaf zijn geboorte het schitterende paleis waarin hij opgroeide, nooit verliet. In dat paleis was alles voorhanden wat de prins maar verlangde, elke vorm van luxe en comfort van die tijd. Maar zieke en oude mensen mochten er niet binnen en de prins kreeg geen toestemming om zich buiten de paleismuren te begeven.

Hij groeide op, trouwde met een wondermooie prinses en ze hadden samen een zoon. Maar uiteindelijk groeide de onrust in hem. Hij wou zien wat er zich buiten de muren van het paleis bevond. Daarom overtuigde hij zijn wagenmenner om hem te helpen 's nachts in het geheim het paleis te verlaten. De eerste nacht zagen ze een zieke langs de straat liggen. De jonge prins had nog nooit zoiets gezien. Hij vroeg zijn wagenmenner wat het was en die antwoordde: 'Dit is ziekte.' Na hun terugkeer in het paleis dacht de Boeddha lang na over wat hij gezien had. Ook de volgende nacht overtuigde hij zijn wagenmenner om met hem het paleis te verlaten. Nu kwamen ze een oude man tegen op straat. Ook oude mensen had de Boeddha nog nooit gezien en opnieuw vroeg hij zijn wagenmenner wat dit was. Die antwoordde: 'Dit is ouderdom.' Na hun terugkeer in het paleis dacht de Boeddha opnieuw lang na over wat hij gezien had. Ook de volgende nacht verlieten ze het paleis. Deze keer zagen ze een dode op straat liggen en de wagenmenner antwoordde op de vraag van de Boeddha wat dit was: 'Dit is de dood.'

De prins keerde terug naar het paleis. Hij was volledig overweldigd door wat hij gezien had. Hij had nog nooit te maken gehad met ziekte, ouderdom en dood. Hij werd almaar onrustiger. De dingen die hem vroeger blij hadden gemaakt, verloren hun betekenis. Hij zag zijn leven voor wat het was: een leven achter muren. Wat hij gezien had,