

Zenverhalen



Illustraties Annemieke Rebel
Samenstelling Peter van Leeuwen



Het Paard



Where
are you
going?

I don't
know.

Ask
the
horse!

Het Paard

Een ruiter te paard galoppeert voorbij. Het lijkt alsof de man ergens iets heel belangrijks te doen heeft en grote haast heeft. Een paar mensen langs de kant van de weg kijken verschrikt op. "Waar ga je heen?" roepen ze naar de ruiter. De man klampt zich wanhopig vast aan het paard en schreeuwt terug: "Dat weet ik niet, dat moet je aan het paard vragen".



Op de thee



Op de thee

Nan-in, een Japanse zenmeester tijdens het Meiji-tijdperk (1868-1912), ontving een universiteitsprofessor die naar Zen kwam informeren. Nan-in serveerde thee. Hij schonk het theekopje van zijn bezoeker vol, en ging toen door met schenken.

De professor keek naar hoe zijn theekopje overliep tot hij zich niet langer kon inhouden. "Mijn theekopje is vol. Er gaat niets meer in!"

"Zoals het theekopje," zei Nan-in, "zit u vol met uw eigen meningen en overtuigingen. Hoe kan ik u iets over Zen leren, tenzij u eerst uw theekopje leeg maakt?"



De wijze boer



De wijze boer

Er was eens een oude boer die al vele jaren samen met zijn paard zijn land en gewassen bewerkte. Op een dag liep zijn paard weg. Zijn trouwe paard met wie hij al die jaren ploegde, zaaide en maaide had hem in de steek gelaten. Toen zij het nieuws hoorden, gingen zijn burens snel bij hem langs. "Wat ben je toch een pechvogel," zeiden ze meelevend. "Misschien," antwoordde de boer en hij leunde op zijn spa en keek in de verte.

De volgende ochtend kwam het paard terug. Niet alleen, maar vergezeld door drie wilde paarden. De boer had dus niet alleen zijn eigen paard terug, maar er drie nieuwe paarden bij gekregen "Wat geweldig," riepen de burens uit en zij sloegen de oude boer op zijn schouder. "Misschien," antwoordde de oude man en hij stak een grassprietje tussen zijn tanden.

De volgende dag probeerde zijn zoon een van de ongetemde paarden te berijden. Dat paard was daar niet van gediend en hij gooide de boerenzoon van zijn rug. De zoon kwam hard ten val en brak zijn been. Opnieuw kwamen de burens om hun medeleven te betuigen met zijn ongeluk. "Zie je wel, wat een pechvogel je bent," zeiden ze met meewarige gezichten. "Misschien," antwoordde de boer en rekte zich eens goed uit.

De dag daarop kwamen militaire ambtenaren naar het dorp om jonge mannen op te roepen voor het leger. Toen ze zagen dat de zoon een gebroken been had, schudden zij hun hoofd en liepen zij verder, op zoek naar gezonde, fitte jongemannen die in het leger konden dienen. De burens feliciteerden de boer met hoe goed alles was afgelopen. "Wat hebben je toch een geluk," riepen zij opgelucht uit. "Misschien," zei de oude boer stak zijn handen in zijn zakken.



Het gebroken theekopje



Het gebroken theekopje

De wijze zenmeester onderrichte zijn studenten over vergankelijkheid. Na de les begaf hij zich naar zijn kamer om voor zichzelf een kop thee te maken. Hij maakte de thee op zijn kleine komfoor en schonk de thee voorzichtig in zijn oude porseleinen theekopje. Met overduidelijk genoeg genoot de leraar van zijn thee. Nadat hij zijn thee had opgedronken waste hij zijn theekopje zorgvuldig af, droogde het met een zijden doek en zette het terug in zijn kast, waar het stond te pronken naast het Boeddhabeeld.

De meester zag dat zijn student met enige verwarring had toegekeken hoe hij van zijn thee had genoten. “Wat is er?” vroeg de meester. “Had je ook thee gewild?”

De student antwoorde ontkennend en boog respectvol naar zijn meester. “Sta mij toe meester, dat ik u een vraag stel”. De meester knikte instemmend.

De student vervolgde, “de hele ochtend heeft u onderricht gegeven over vergankelijkheid en de risico’s die wij lopen als wij ons door onze gehechtheid laten leiden”.

De meester luisterde met aandacht zijn student.

“Na de les zie ik dat u voor u zelf een kop thee maakt en dat u het theekopje behandelt alsof het, het kostbaarste op aarde is. Daarna geeft u het zelfs een ereplaats in uw kast naast de Boeddha.”

“Ga door”, zei de meester, “wat is je vraag?”

De student raakte opgewonden en ging door: “ik ben in verwarring, het lijkt alsof u heel erg gehecht bent aan uw oude theekopje. Terwijl wij, uw studenten geen eigen bezittingen mogen hebben. Zijn uw lessen niet van toepassing op uzelf?”

De meester zweeg en verzonk in meditatie. “Uitstekende vraag”, zei hij na een tijdje in stilte te hebben gezeten. “Jij ziet een theekopje waaraan jouw meester gehecht is, maar voor mij is dat theekopje al gebroken.”



De lege boot



De lege boot

Een monnik besluit om in zijn eentje te gaan mediteren. Hij gaat weg van zijn klooster, pakt een boot en roeit naar het midden van het meer. Daar sluit hij zijn ogen en begint te mediteren.

Na een paar uur van ongestoorde stilte, voelt hij plotseling de klap van een andere boot tegen de zijne. Met zijn ogen nog steeds gesloten voelt hij zijn woede opkomen en als hij zijn ogen opent, is hij klaar om te keer te gaan tegen de schipper die het gewaagd heeft zijn meditatie te verstoren.

Toen hij zijn ogen opendeed, zag hij dat het een lege boot was die tegen zijn boot was aangebotst. Een boot die iemand was vergeten vast te binden en nu op het midden van het meer dreef. Op dat moment bereikt de monnik verlichting.



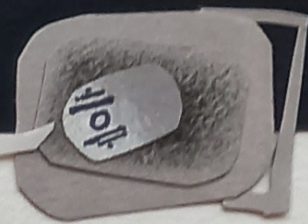
Rennen!

C4

MIND YOUR STEP...

MIND YOUR STEP...

MIND YOUR STEP



Rennen!

De zenmeester onderrichtte zijn monniken en nonnen dat er in Zen maar één stijl van lopen is, en dat is lopen in aandacht en genieten van elke stap. Leren om echt op deze planeet te zijn. De zenmeester gaf hiervan zelf het voorbeeld door altijd en overal loopmeditatie te beoefenen.

Op een goede dag waren de zenmeester en zijn sangha op een internationale tournee om zijn lekenstudenten te onderrichten in Zen. Op weg naar een retraite stapten zij uit het vliegtuig en liepen zij voor een overstap naar de volgende gate van vertrek. Toen zij dicht bij de nieuwe gate kwamen, werd er plotseling aangekondigd dat de gate veranderd was en dat er nu geboord kon worden. Deze nieuwe gate was een stuk verder en op dat moment wisten ze te laat zouden komen en hun aansluitende vlucht zouden missen.

De zenmeester keek zijn monniken aan en riep: “Rennen!” en zij haalden hun vlucht.



Zitten en lopen



Zitten en lopen

Een student vroeg aan de zenmeester: “Er zijn zoveel dingen te doen in deze wereld. Er zijn zoveel mensen die uw aandacht vragen. Hoe blijft u ondanks dat alles stabiel? De zenmeester antwoordde: “Ik heb geleerd om twee dingen heel goed te doen. Ik heb geleerd om te lopen en ik heb geleerd om te zitten. Dat is alles. Dat is genoeg”.



Lopen op aarde



"Het wonder is niet om over het water te lopen. Het wonder is om op de aarde te lopen"

-Linji Yixuan-

"Stel dat twee astronauten naar de maan gaan. Als ze daar aankomen hebben ze een ongeluk en ze ontdekken dat ze nog maar genoeg zuurstof hebben voor twee dagen. Er is geen enkele hoop dat er iemand op tijd van de aarde komt om hen te redden. Ze hebben dus nog maar twee dagen te leven. Als je hen op dat moment zou vragen: "Wat is je grootste wens?", zouden ze antwoorden: "Om weer thuis te zijn, wandelend op de prachtige planeet Aarde." Dat zou genoeg voor hen zijn; ze zouden niets anders willen. Zij zouden niet de baas van een groot bedrijf willen zijn, niet beroemd of willen zijn of de president van de Verenigde Staten. Ze zouden niets anders willen dan terug zijn op Aarde - op Aarde wandelen, van elke stap genieten, luisteren naar de geluiden van de natuur en de hand van hun geliefde vasthouden terwijl zij hun gedachten over de maan laten gaan.

Wij zouden elke dag moeten leven als mensen die net van de maan zijn gered. We zijn nu op Aarde, en we zouden nu moeten genieten van het wandelen op deze kostbare mooie planeet. Ik koester dit onderricht van Zenmeester Linji. Ik geniet van gewoon wandelen, zelfs op drukke plaatsen zoals luchthavens en treinstations. Door zo te lopen, met elke stap onze Moeder Aarde strelend, kunnen we andere mensen inspireren om hetzelfde te doen. We kunnen genieten van elke minuut van ons leven."

-Thich Nhat Hanh-



De overkant



Hoe
kom
ik aan de
overkant?

daar
ben je
al!

klopt!

De overkant

Op een dag kwam een jonge beoefenaar van zen aan de oever van een brede rivier. Hij wilde naar de overkant en dacht lang na over hoe hij daar kon komen.

Net toen hij op het punt stond om zich om te draaien en zijn reis op te geven, zag hij een zenmeester aan de overkant van de rivier lopen. De jonge beoefenaar riep de leraar aan: "O geëerde meester, kunt u mij vertellen hoe ik aan de overkant van deze rivier kan komen"?

De leraar dacht even na, keek op en neer langs de rivier en riep terug: "Maar mijn zoon, je bent aan de overkant".



Doodgaan



Doodgaan

Een student vraagt aan de zenmeester: Wat gebeurt er met mij als ik doodga?

De zenmeester denkt na en schept water uit de regenton. Hij vult zijn waterkoker en wacht geduldig tot het water kookt. Hij maakt thee en schenkt voor de student en zichzelf een kopje in. Langzaam drinken de zenmeester en de student hun thee. Zij genieten van de smaak en de geur van de thee. Van de warmte van het theekopje in hun handen en van de geluiden van een zomermiddag. Van het blaffen van een hond in de verte en het gezang van een kind dat langsfietsst.

Nadat de zenmeester zijn thee op heeft maakt hij zijn kopje schoon en antwoordt hij de student: “Wat er nu met je gebeurt, dat is ook wat er met je gebeurt als je sterft.”



De lege stupa



De lege stupa

Een ernstig ziek jonge non geneest van haar ziekte gedurende de tijd dat zij bij de zenmeester in de leer is. Overgelukkig gaat zij terug naar haar eigen tempel en uit dankbaarheid bouwt zij een stoepa voor hem.

Als de zenmeester haar bezoekt, ziet hij de stoepa en zegt tegen de non, dat hij niet van plan is om na zijn dood in een stoepa te gaan zitten. Hij wil juist overal zijn. Hij wil genieten van de vrije natuur. Van de wind en de regen. Van de zon en de wolken.

De non dringt aan en uiteindelijk gaat hij akkoord, maar op voorwaarde dat er een inscriptie op de stoepa wordt gezet als hij hierin na zijn dood wordt bijgezet. De zen meester wil als laatste les aan zijn studenten meegeven: hier ben ik niet... en buiten ook niet!

