



Leven als wolk en water

Tetsue roshi in gesprek met Myoko

Wat heeft jou oorspronkelijk naar zen gebracht, of beter misschien nog naar een spirituele weg?

Spiritualiteit is eigenlijk altijd een deel van mijn leven geweest, al vanaf heel jong. Ik ben katholiek opgevoed. Eén van mijn eerste herinneringen is dat ik met mijn vader heel vroeg op zondagmorgen naar de vroegmis ging. We liepen er in de stilte van de ochtend heen, en als we dan iemand tegenkwamen lichtte mijn vader, zonder iets te zeggen, zijn hoed. En dan de mis, nog in het Latijn, de gregoriaans gezangen, de geur van wierook, die stilte, alles. Het was een eenheidservaring, een totale ervaring. Ik weet nog heel goed dat mijn moeder een keer een kraaltje uit mijn neus aan het peuteren was dat ik daar bij wijze van experiment in had gestopt en dat ik toen vroeg: "Mama, wat is God?". Waarop ze zei: "God heeft geen begin en geen einde". Toen dacht ik eerst: hoe kan dát nou. En toen dacht ik: ooo, ja. Enerzijds prikkelde het mijn nieuwsgierigheid (geen begin en geen eind, dat kán toch niet), maar iets anders in me kon het ook meteen aannemen omdat ik het met die ervaringen van de zondagmorgen kon verbinden, waar ik ook niet van kon zeggen waar het begon en waar het eindigde.

Dat verlangen naar spiritualiteit of die ervaring van méér, van één, is in mijn gevoel dus altijd bij me geweest. Ik ben, binnen de katholieke kerk, op zoek geweest naar spirituele verdieping, maar toen ik een jaar of zeventien was (in de 70-er jaren) ervoer ik de katholieke kerk als enorm droog. Ik kan het niet anders omschrijven, ik vond het heel droog. Toen ik tweedejaarsstudent psychologie was werd er een cursus Zen en psychotherapie aangeboden. Die werd gegeven door Ada Herbst, zij was psychotherapeut, maar ze deed ook zenmeditatie bij pater Lasalle. Zij zag bij mensen die in therapie gingen grofweg twee soorten problemen: problemen ontstaan in hun jeugd (en daar is psychotherapie uitstekend voor) en levensvragen: wie ben ik, waarom ben ik hier. Die vragen liggen

eigenlijk meer op het vlak van de religie. Ada Herbst vroeg zich af of die mensen misschien iets aan zenmeditatie zouden kunnen hebben, en dat ging ze uitproberen op studenten. Ik weet helemaal niet wat haar conclusie uiteindelijk is geworden, maar zo ben ik dus met zen in contact gekomen.



Toen die cursus voorbij was bood ze zenmeditatie aan, in een oude kapel bij het ziekenhuis waar de faculteit psychologie in die tijd gevestigd was. Toen ze stopte ben ik verder gegaan bij Nora Houtman en via haar ben ik uiteindelijk in een weekend op de Theresiahoeve terechtgekomen, bij Judith Bossert. Daar zag ik een aankondiging met een fotootje van Prabhasa Dharma zenji en ik dacht: dáár moet ik naartoe. Ik wist toen nauwelijks iets van zen, van boeddhisme, ik ben er heel open ingegaan. Ik ben op zich wel een lezer, maar ik ga vaak pas lezen nadat ik iets ervaren heb. Dus ik ben er gewoon kop en kont ingestort, en ja, het voelde voor mij van..., ja, hier ga ik mee door. Hier blijf ik bij, of... ik kan het moeilijk uitleggen. Een enorm sterk gevoel "ja, dit is de weg die ik moet gaan". Een roeping, als je het zo kan zeggen. Dat je weet: dát is het.

Jouw oefening is van het begin af aan heel intensief geweest, maar je hebt er nooit voor gekozen unsui (zenkloosterling) te worden. Kun je iets vertellen over die keuze?

Tamelijk snel nadat ik Prabhasa zenji heb leren kennen, heb ik Dré ontmoet. Dat was voor mij een zielsverbinding en we wilden ook heel graag kinderen. Ik heb eigenlijk van het begin af aan geweten: voor mij is het én én. Ik heb een lekenleven geleid, me toegewijd aan mijn gezin en mijn werk én me heel erg toegewijd aan mijn oefening. In '97, toen Prabhasa Dharma roshi voor het laatst hier in Nederland was, heb ik haar gevraagd: Roshi, zou het beter zijn voor mijn oefening als ik unsui werd? En ze zei: Why? You already live like that. Waarom zou je dat doen? Je leeft al zo.

Unsui betekent Wolk en water, en zoals ik dat begrijp, is dat doen wat op een bepaald moment van je gevraagd wordt, wat zich aandient om te doen. Ik ging al snel, op verzoek van Prabhasa zenji, groepen begeleiden en andere meditatieleiders ondersteunen. Vanaf 1997 ging ik ook retraites geven in Spanje. Op een bepaalde manier is het niet zo makkelijk om én een gezin en een bedrijf te hebben én dat ook allemaal te doen. Twee à drie avonden per week weg naar groepen, altijd onderweg, erheen reizen, weer terugkomen, dat was goed, maar niet altijd van: hè, leuk. Zó heb ik haar uitspraak begrepen, dat ik volkomen toegewijd was aan dat wat er te doen was, en dat dát mijn vorm was van unsui zijn.



Foto afkomstig van de blog van Rico Sneller, ricosneller.blogspot.nl.

Daarnaast heb je ook altijd gewerkt. Wat voor werk is dat?

Ik ben opgeleid als ontwikkelingspsychologe. Ik heb op allerlei plekken gewerkt: in de schoolbegeleidingsdienst, in de wereld van de kinderdagverblijven en bij het uitvoeren van psychodiagnostische onderzoeken ten behoeven van jeugdbeschermingszaken. In 1998 ben ik voor mezelf begonnen als psycholoog-mediator, onder andere om meer tijd te kunnen besteden aan zen, om, als er een retraite was, aan niemand vrij te hoeven te vragen. Die eigen praktijk heb ik nog steeds.

Ik voel dat zo: ik ga iedere dag naar de oorlog, als vredestichter. Ik doe vooral echtscheidingszaken, soms hele complexe (ik vind vechtscheiding niet zo'n fijn woord) en daarnaast ook kinderonvoeringszaken. Ik ga vooral naar deze oorlogen ter wille van de kinderen. Ik heb samen met Cees van Leuven (nu raadsheer bij het gerechtshof in Den Bosch) een bepaalde aanpak ontwikkeld waar veel vraag naar bleek te zijn. Na een scheiding moeten mensen toegroeien naar een situatie waarin ze geen partners meer zijn, maar wel collega-ouders blijven. Onze aanpak ondersteunt dat proces en helpt hen het kind daarbij centraal te zetten. Ik leer die aanpak nu ook aan anderen; ik geef graag onderwijs en ik deel ook graag dingen.

Hoe hebben die drie aspecten van je leven, werk, gezin en zenbeoefening, elkaar beïnvloed?

Ik ben in 1986 getrouwd met Dré, in 1989 is onze zoon Sam geboren en in 1991 onze dochter Kiki. Al heel snel vroeg Prabhasa zenji aan mij of ik verhalen wilde schrijven voor kinderen en toen de Noorder Poort er was, of ik een familieretraite wilde begeleiden.

In mijn werk als mediator oefen ik voortdurend de vier brahmavihara's¹, en dan zeker ook gelijkmoedigheid. Dat is een kwaliteit die ik heel erg heb geleerd bij al die boze, schreeuwende en verdrietige mensen bij mij in de kamer, bij al die verdrietige, angstige en boze kinderen. Misschien zijn deze vier geestestoestanden zelfs nog belangrijker dan de vier bodhisattvageloften², die me ook voortdurend inspireren: hoe eindeloos het ook is, je zet je er voor in.

De betekenis van zen naast mijn werk was voor mij persoonlijk dat ik op gezette tijden in die sesshins zat, naar de groepen moest. En hoewel dat een grote inspanning was, was het ook heel fijn als onderbreking van die oorlog, als moment van vrede.

En verder is het zo dat de dingen die ik meemaak in mijn werk, in de conflicten, in de gesprekken met kinderen, dat ik die meeneem in mijn beoefening. Ze klinken door in de toespraken die ik geef en ze spelen een rol in mijn gesprekken met deelnemers aan retraites, vooral als die me dingen voorleggen. De oefening verdiept zich daardoor, krijgt veel meer reliëf. In allerlei situaties kunnen we ons afvragen: wat heeft de Boeddha daarover te vertellen? En als we dat dan gaan oefenen, wat gebeurt er dan? Steeds weer die twee kanten.

Wat wil je mensen vooral leren?

Ik zou niet willen zeggen dat ik mensen iets wil leren. Ik wil ze heel graag helpen om zich te realiseren, in dit moment. Om de aard van de vergankelijkheid te ervaren, die vruchtbare leegte³ te ervaren, het mededogen te ervaren en in zichzelf aan te spreken, en de schoonheid, ook van de moeilijke dingen, dat zou ik ze willen helpen ervaren, hen in die richting wijzen. Toen Prabhasa Dharma zenji mij in 1995 tot zenleraar wijdde, zochten we naar een goede Spaanse vertaling van dat woord zenleraar. Letterlijk zou het *professor de zen* zijn, maar dat vonden we helemaal niet kloppen. Uiteindelijk zijn we toen uitgekomen op *guía de zen*, zen-gids. Zo ervaar ik dat ook. Ik kan een gids zijn, maar uiteindelijk blijft het de verantwoordelijkheid van mensen zelf om die stap te zetten. Ik kan het hoogstens zélf leven, en hopelijk raakt het dan iets in hen waardoor ze denken: hé. Daarom heb ik mijn bedrijf ook Anagua genoemd: Ana van Annelies (mijn gewone naam) en van analyseren, en guía. Want ook in mijn werk laat ik mensen zien: je kunt die kant of die kant op.

Jezelf realiseren, het ervaren van de vruchtbare leegte.... Kun je daar iets meer over zeggen?

Het is moeilijk om dat zo in een gesprek als dit toe te lichten terwijl ik niet zie wie het leest... Als mensen erover lezen, hebben ze de neiging om het vast te grijpen: o, zo zit het. Eén van de dingen die ik me heel erg diep gerealiseerd heb, zeker door mijn werk als mediator, maar ook wel door mijn werk als meditatieleider, zenleraar en nu dus zenmeester, is dat de meest gewelddadige gedachte

¹ De vier brahmavihara's, 'goddelijke verblijfplaatsen', zijn de vier hoogste, meest na te streven geestestoestanden: liefdevolle vriendelijkheid, mededogen, medevreugde (blij zijn met andermans voorspoed en geluk) en gelijkmoedigheid.

² Alle wezens zijn met oneindig vele; ik beloof ze allen te bevrijden. Verwarringen zijn onuitputtelijk; ik beloof ze alle te beëindigen. De poorten der waarheid zijn ontelbaar; ik beloof ze alle te betreden. De weg van Boeddha is ongeëvenaard; ik beloof hem tot het einde toe te gaan.

³ Een term van de 12-e eeuwse Chinese zenmeester Hongzhi

die ik ken, die eigenlijk de start is van ieder conflict en iedere oorlog, is: *zó zit het, en ik weet het*. En ik ben heel bang dat als ik probeer die ervaringen van jezelf realiseren, van vruchtbare leegte in beschrijvingen te vangen, mensen denken, “o zo zit het. En nou weet ik het”. Die kans wil ik ze niet geven. Omdat ik het veel belangrijker vind dat ze denken: wat zou ze daar nou mee bedoelen? Wat zou dat nou kunnen zijn? En dat ze daardoor op speurtocht gaan, de verdieping in gaan, dat hoop ik heel erg. Ik denk dat ik zo’n vraag nog het best kan beantwoorden met een fraai gedicht, of een mooi verhaal... Maar dan nog. Ik vind vaak dat kunst dichterbij de buurt komt, maar dan nog. Het is zo belangrijk om de ervaring uit de eerste hand op te doen. Dat is zo wezenlijk.



Vruchtbare leegte, Wim Peters, 2012

Je bent kortgeleden zenmeester geworden. Verandert dat iets?

Prabhasa Dharma zenji heeft me indertijd uitgelegd dat je in onze zentraditie eerst op een bepaalde manier functioneert, als het ware onder de beschermende vleugels van de zenmeester, en dat je pas daarna een bevestiging daarvan krijgt door een benoeming. Jiun Hogen roshi heeft dat bij mij ook zo toegepast. Het is dus geen scherpe lijn, maar het zal zeker veranderingen gaan geven, al weet ik niet precies welke. Ik ben gewoon open voor wat er op de weg komt om te doen. Wat ik zeker als een verantwoordelijkheid voel is dat ik nu ook lineage holder ben, wat betekent dat ik de traditie voort moet zetten als Jiun roshi overlijdt of niet meer als meester zou kunnen functioneren. Maar het heeft geen zin om me daarover gedachten te maken, want dat weet je niet. Niet weten, écht Niet Weten, is voor mij heel wezenlijk, heel cruciaal. Ik sta met open handen, ik ontvang het, ik leef het. En ja, natuurlijk, in de afgelopen retraite zit ik opeens op de teishostoel, reciteer ik opeens voor het altaar, maar dat zijn meer uiterlijkheden.

***Je draagt nu de namen Jishin Tetsue, met de betekenis Mededogend hart, Gezegend met wijsheid.
Wat betekenen die namen voor je?***

Toen ik die naam kreeg van Jiun roshi, dacht ik dankbaar, 'o ja, die vogel - wat fijn dat die twee aspecten allebei in mijn namen zitten'. Volgens een gezegde is zen als een vogel met twee vleugels, wijsheid en mededogen. Als je alleen wijsheid ontwikkelt en geen mededogen, dan wordt de oefening heel droog. Als je alleen mededogen ontwikkelt en geen wijsheid, dan verzand je in de burn-out, zeg maar. De balans is wezenlijk: alleen als beide even sterk ontwikkeld worden, kun je vliegen. Dus hoe mooi is het dat die namen me gegeven zijn. Ik ervaar ze als een voortdurende aansporing om te blijven vliegen, om niet de een of de ander de overhand te geven.