

Oosterse filosofie – wat is dat? *

Enkele opmerkingen¹

Ons onderzoek heeft als uitgangspunt de vraag: 'Hoe verhoudt de Oosterse filosofie zich tot maatschappelijk engagement en politiek actief zijn?'

Wat verstaan we echter onder 'Oosterse filosofie'?

Oosterse filosofie is een vorm van levenskunst bestaande uit (a) een bepaalde manier van *zijnsverstaan* die (b) een bepaald *zijnsbesef* en (c) een bijbehorende *zijnshouding* als resultaat heeft.

Laten we de door ons gebruikte begrippen kort uitleggen:

- zijnsverstaan: de manier waarop je de vraag 'Wat versta je onder 'leven' of 'bestaan' of 'zijn'?' stelt en probeert het antwoord te vinden
- zijnsbesef: het antwoord dat je op de vraag vindt en de poging het antwoord onder woorden te brengen
- zijnshouding: de manier waarop je zijnsbesef zich toont ofwel de manier waarop je in het leven staat.

Kort samengevat: de manier van verstaan levert een betekenis van 'bestaan' op die verbonden is met een manier van in het leven staan.

Wat is dan de manier van zijnsverstaan die kenmerkend is voor de Oosterse filosofie?

* uit: Hans Baaijens / Jan Flaming: *Oosterse denkers in de polder*. (ISVW Uitgevers/Leusden, 2014, blz. 11-25)

1 Het moge duidelijk zijn dat deze opmerkingen geen 'Inleiding in de Oosterse filosofie' (kunnen) bieden.

In de literatuurlijst staan een aantal zeer informatieve en leesbare boeken die dat wel doen:

- Bert van Baar: *Boeddhisme in een notendop*
- Jan Bor/Karel van der Leeuw (red.): *25 eeuwen Oosterse filosofie*
- Michel Dijkstra: *Oosterse filosofie in een notendop*
- Michel Dijkstra: *Zenboeddhisme. De kunst van het loslaten*
- Patricia de Martelaere: *Taoïsme. De weg om niet te volgen*

De Oosterse filosofische teksten waarvan fragmenten in dit hoofdstuk figureren zijn uitvoerig besproken in de workshops Levenskunst Oost/West die ik (Jan Flaming) de afgelopen tien jaar in Varkala (Kerala/Zuid-India) heb gegeven.

In de 'Aanhang' worden in twee schema's (kort) de ontwikkelingen geschetst binnen de vier stromingen in de Oosterse filosofie die in dit hoofdstuk genoemd worden.

Met dank aan Mariëtte Bakker en Dries Boele voor het commentaar dat ze op eerdere versies leverden.

A. Zijnsverstaan

Zoek de hoogste leegte,
Bewaar de diepste stilte.
Dan verrijzen alle dingen tezamen.
Stil zittend aanschouw ik hun terugkeer.²

Oosterse filosofie als een vorm van levenskunst is, in eerste instantie, een *meditatieve* praktijk. Het is een *oefenpraktijk* want 'oefening baart kunst'.

Als Siddharta de naam 'Boeddha' (de ontwaakte of de verlichte) heeft gekregen en hij zijn eerste preek in het hertenkamp bij Varanasi houdt, vat hij (zoals bekend) zijn leer samen in de zogenaamde 'Vier Edele Waarheden':

De 'Vierde Edele Waarheid' luidt: de toestand waarin je niet meer vanuit de gehechtheid aan de begeerte leeft kan ieder mens bereiken door het 'Achtvoudige Pad' te volgen.

Het 'Achtvoudige Pad' bestaat uit een reeks oefeningen die zorgen voor juiste zienswijze, juist voornemen, juist spreken, juist handelen, juiste levenswijze, juist streven, juiste aandacht en juiste concentratie.

Het pad is als een training / therapie – volg je het, dan houdt het lijden op.

Moge hij nu Lao Zi of Zhuang Zi heten, ook de Chinese wijze bood een 'trainingsprogramma' aan, aldus Patricia de Martelaere³. Het taoïsme is in eerste instantie een training met als basiselementen: stilzitten, het beoefenen van het niet-doen, het vergeten van het lichaam, het leegmaken van het hart, het afsluiten van de zintuigen en het ademen vanuit de hielen.

Het zenboeddhisme wordt eveneens gekenmerkt door zitten in meditatie (*Zazen*). Het is in de eerste plaats een praktijk die, in het klooster maar ook thuis, bestaat uit: zitten vanuit je buik, volgen van je adem,

² Lao Zi: *Het boek van de Tao en de innerlijke kracht*, blz. 53

³ Patricia de Martelaere: *Taoïsme. De weg om niet te volgen*, blz. 51

aandachtig tot je door laten dringen wat er gebeurt met je lichaam, adem, gedachten en gevoelens, met volledige inzet⁴.

Uiteraard is een dergelijke oefenpraktijk als inherent onderdeel van filosofisch onderzoek de Westerse filosofie niet volledig vreemd. Je zou de namen van Plato, Meister Eckhart en Martin Heidegger kunnen noemen als drie Westerse denkers voor wie een vorm van meditatie deel uitmaakte van hun manier van filosofie bedrijven⁵.

Voor de Oosterse filosofie als een vorm van levenskunst is de poging een antwoord te vinden op de vraag 'Wat versta ik onder leven, bestaan of zijn?' onlosmakelijk verbonden met meditatie. Zijnsverstaan wordt opgevat als 'open staan voor' of 'uit staan naar'. Het is een denken door niet-denken. Het is een denken van het lichaam⁶. Bestaan verstaan is geen cognitieve of conceptueel analytische activiteit. Verstaan wat 'er zijn' (*Dasein*) betekent is afhankelijk van de gevoels- of gemoedstoestand waarin je je bevindt. We weten – op basis van neuro-wetenschappelijke onderzoeksresultaten⁷ – dat we ook altijd voelen wat er gaande is. Stel dat je zou zeggen dat bepaalde hersencapaciteit een ieder in staat stelt zich op emotionele en gevoelsmatige manier te verhouden tot wat er gebeurt. Filosofie ofwel 'liefde voor de wijsheid' zou dan vooral betekenen dat je deze hersencapaciteit traint, dat je oefent om je een bepaalde houding eigen te maken, om je op een bepaalde manier te verhouden tot wat er is.

⁴ Zie: Nico Tydeman: *Zitten – de praktijk van Zen*, in het bijzonder blz. 17-19

⁵ Aan de Academie van Plato blijkt wijsbegeerte niet alleen een dialogische maar ook een meditatieve praktijk te zijn geweest. Voor de 'pythagoreër' Plato is lichamelijke onthouding (*askesis*) -> reiniging van (het oog van) de ziel (*katharsis*) -> schouwen van de vormen (*noesis*) de weg naar de waarheid – zie (bijvoorbeeld): Plato: *Faidon*.

Voor de middeleeuwse mysticus Meister Eckhart is bidden de vorm van meditatie, de manier om 'het gemoed te ledigen zodat het door niets in de war wordt gebracht en aan niets is gebonden, zodat het niet door bepaalde emoties wordt vertroebeld en in geen enkel opzicht met zichzelf bezig is' – zie: Meister Eckhart: *Over God wil ik zwijgen*.

In zijn latere werk vraagt Martin Heidegger zich uitdrukkelijk af welke stemming / gestemdheid hoort bij het zijnsverstaan respectievelijk zijnsdenken – zie (bijvoorbeeld): Martin Heidegger: *Wat is dat – filosofie?*.

⁶ Je zou kunnen spreken van een somaesthetisch uitgangspunt – zie: Richard Shusterman, *Body consciousness. A philosophy of mindfulness and somaesthetics* en Richard Shusterman: *Thinking through the body. Essays in somaesthetics*.

⁷ Zie: Antonio Damasio: *The feeling of what happens*

B. Zijnsbesef

Oosterse filosofie kan (aldus) worden omschreven als (a) een bepaalde manier van *zijnsverstaan*, n.l. een meditatieve praktijk bestaande uit een reeks oefeningen.

Wat is echter het resultaat van het 'lichaamswerk'? Levert het inderdaad een andere verhouding op tot wat er om je heen en in je gaande is? Zo ja, hebben de Oosterse filosofen deze andere houding ook onder woorden gebracht? En zo ja, hoe?

Hoewel de Oosterse filosofie het loslaten, ja het zich bevrijden van alle concepten, ideeën en voorstellingen over de werkelijkheid als uitgangspunt heeft, wordt in de teksten van de Oosterse filosofen het zijnsbesef, dat het resultaat is van het zitten in meditatie, wel degelijk verwoord.

Het Chinese taoïsme benadrukt het verband dat bestaat tussen het zitten, het loslaten van het zelf (als 'ik') en het vinden van de weg in de leegte:

De Tao is leeg.
Zo leeg dat wat je er ook in doet,
hij toch niet vol raakt.
Zo bodemloos diep
dat daar zich de heilige plaats wel lijkt te bevinden
waar heel de schepping vandaan zou kunnen komen.

Lao Zi⁸

'Ja, dat is een goede vraag!' antwoordde Ziqi. 'Zojuist had mijn "zelf" mijn "ik" ten grave gedragen.' (...) Zonder de 'ander' is er geen 'ik'. En zonder 'ik' kan er geen onderscheid tussen de dingen gemaakt worden.

Zhuang Zi⁹

⁸ Lao Zi: *Het boek van de Tao en de innerlijke kracht*, blz. 29

⁹ Zhuang Zi: *De volledige geschriften*, blz. 54

Meester Liezi zei: 'Voor wie zich wil ontdoen van 'zich zelf' is er niets beters dan stilte, is er niets beters dan leegte. Wie stil is en wie leeg is, vindt zijn juiste plek.'

Liezi¹⁰

Wie het spirituele in zich bewaart en de leegte belichaamt (...), zo iemand bereikt de oorsprong van het uit-zichzelf-zo-zijn.

Wunengzi¹¹

Nagarjuna wordt door velen beschouwd als de belangrijkste denker in de traditie van het Indiase boeddhisme en ook wel de 'tweede Boeddha' genoemd. Ook hij gebruikt in zijn *Verzen uit het midden* het begrip leegte (*shunyata*) dat hij omschrijft als afwezigheid van een eigen wezen of eigen bestaan. Leegte is niet een ander woord voor niet-zijn of niets – het verwoordt het midden tussen zijn en niet-zijn. De mens die door meditatie erin slaagt zijn vaststaande opvattingen over zichzelf en de wereld los te laten en zo de middenweg weet te bewandelen, staat open voor alles om hem heen:

Als leegte mogelijk is,
is alles mogelijk.
Als leegte onmogelijk was,
zou er niets mogelijk zijn.

Nagarjuna¹²

Het boeddhisme wordt volgens de traditionele vertellingen in de zesde eeuw door Bodhidharma naar China gebracht. Een bekende stroming in het Chinese boeddhisme is de Chan-school die elke vorm van boekenwijsheid afwijst en stelt dat je alleen door langdurige meditatiebeoefening in staat bent je ware aard: de Boedghanatuur of oorspronkelijk gelaat, te verwerven.

¹⁰ Liezi: *De geschriften*, blz. 64

¹¹ Wunengzi: *Hettaoïsme en de bevrijding van de geest*, blz. 80

¹² Nagarjuna: *Verzen uit het midden*, blz. 129 (in de vertaling / duiding van Stephen Batchelor)

Besef dat jij geen vorm hebt, geen eigenschappen hebt, geen wortels hebt, geen begin hebt, geen plek hebt waar jij verblijft, maar toch een en al trilling bent van waarachtig leven.

Lin ji¹³

Ook de Japanse Zenmeester Dogen Kigen, die in de dertiende eeuw leefde en enkele jaren in China verbleef, beschouwt de Boeddhanatuur als de ware aard van alle levende wezens. Alleen door de praktijk van het zitten in meditatie: non-denken of denken door niet-denken, kom je anders in het leven te staan: vanuit non-dualiteit ofwel open.

De weg van de Boeddha leren kennen is jezelf leren kennen. Jezelf leren kennen is jezelf vergeten. Jezelf vergeten is bevestigd worden door de tienduizend dingen. Door de tienduizend dingen bevestigd worden is je eigen lichaam en geest laten wegvallen en ook die van anderen.

Dogen Kigen¹⁴

Deze fragmenten uit de (bron)teksten van de verschillende tradities van de Oosterse filosofie maken – hopelijk – duidelijk dat zich door de meditatieve praktijk een andere verhouding tot de werkelijkheid (van het zelf, de wereld en de relatie tussen zelf en wereld) verwerkelijkt. Door het zitten in meditatie zijn we in staat het zelf opgevat als ik, ik denk en/of ik wil los te laten, leeg te worden en te beseffen dat

- je geen golf bent maar water in de oceaan
- je je in een open veld van de ervaring¹⁵ bevindt
- je een zijnde zonder vorm bent
- je zijn in wording bent
- wezen gebeuren betekent
- zijn worden is

13 Ton Lathouwers: *Kloppen waar geen poort is*, blz. 30

14 In de vertaling van Bruno Nagel, in: Henk Oosterling/Vinod Bhagwandin (red.): *Met drie ogen*, blz. 94

Zie ook de vertaling van Boudewijn Koole, in: Dogen Kigen: *De schatkamer van het oog van de ware leer*, blz. 39/40

15 Zie: Han de Wit: *Het open veld van de ervaring*

- de werkelijkheid onuitputtelijk¹⁶ is
- ieder ogenblik geboortelijkheidskarakter heeft.

Deze woorden zijn een poging om het zijnsbesef onder woorden te brengen. Voor diegene die niet aandachtig ademend zit (of staat) en tracht te verstaan wat 'zijn' betekent, hebben deze woorden beslist een geheimzinnig karakter. Zij zijn dan ook eerder een uitnodiging om zelf zijn, bestaan en leven ook op deze manier te gaan verstaan.

C. Zijnshouding

Iemand die vanuit een zenhouding probeert te leven, rent bij wijze van spreken niet met door stress of agressie gebalde vuisten over straat. In plaats van verkramp te zijn, houdt hij zijn handen losjes langs het lichaam, zodat de wind vrij tussen de vingers kan blazen. Bovendien let hij of zij erop niets vast te grijpen. Dankzij zijn geopende handen is deze persoon in staat om direct op de omgeving te reageren, bijvoorbeeld door een gevallen voorbijganger te helpen.¹⁷

Oosterse filosofie kan (aldus) worden omschreven als (a) een bepaalde manier van *zijnsverstaan*, n.l. een meditatieve praktijk bestaande uit een reeks oefeningen, die (b) een bepaald *zijnsbesef* bewerkstelligt.

Is dat echter alles? Is dat het enige waar het om gaat?

Streef je als (zen)boeddhist naar je eigen verlichting of streef je er (eerst) naar alle andere levende wezens uit de kringloop van het lijden te verlossen?

Shantideva, die in de zevende eeuw leeft, benadrukt dat de weg van de bodhisattva bestaat uit oefeningen die de ontwikkeling van wijsheid **en** van mededogen bevorderen. Het besluit om je gedurende je leven te

¹⁶ Zie: Otto Duintjer: *Onuitputtelijk is de waarheid*
In een gesprek een paar jaar geleden vertelde Otto Duintjer mij (Jan Flaming) dat het boek ook 'Onuitputtelijk is de werkelijkheid' had kunnen heten.

¹⁷ Michel Dijkstra: *Zenboeddhisme. De kunst van het loslaten*, blz. 11

wijden aan het welzijn van alle levende wezens drukt zich uit in de bhodisattva-gelofte:

Hoe talloos de levende wezens ook zijn,
ik beloof ze alle te bevrijden.

Hoe onpeilbaar de oorzaak van het lijden ook is,
ik beloof die geheel te verwijderen.

Hoe talloos de poortloze poorten ook zijn,
ik beloof ze binnen te gaan.

Hoe oneindig het pad van ontwaken ook is,
ik ga daarvan de belichaming aan.¹⁸

In alle teksten van de hedendaagse (zen)boeddhistische meesters lees je de oproep om vanuit compassie te leven.

Enkele voorbeelden:

De Japanse zenboeddhist Hisamatsu Sin'ichi (1889-1980), die een 'Gelofte aan de mensheid'¹⁹ schreef, zegt:

Hoe volledig de beoefening of ontwikkeling van iemand ook mag zijn, als hij of zij niet geeft om de anderen blijft hij of zij een koud mens en is nog lang niet klaar met zijn of haar beoefening. Een hart vol mededogen is de vervolmaking van de oefening.²⁰

Chögyam Trungpa (1940-1987), een vooraanstaande lama / leraar uit de Tibetaans-boeddhistische traditie van Shambhala, formuleert het als volgt:

We moeten iets doen. We *moeten* iets doen. Zoals we in krant lezen en op televisie zien, gaat de

18 Ton Lathouwers: *Meer dan een mens kan doen*, blz. 214

19 Zie ook: Acharya Shantideva: *Het pad van de bodhisattva-krijger*, blz. 147-154

In dit boek te vinden op bladzijde 34

20 Ton Lathouwers: *Kloppen waar geen poort is*, blz. 73

wereld achteruit: elk uur, elke minuut is er een incident, en niemand doet er wat aan. Uw hulp hoeft niet iets groots te zijn. Werk om te beginnen gewoon met uw vrienden en werk met uzelf tegelijkertijd. Het is hoog tijd dat we ons verantwoordelijk voor deze wereld voelen.²¹

De Vietnamese boeddhistische monnik Thich Nhat Hanh, die onder meer een boeddhistische visie op het behoud van de aarde ontwikkelde²², schrijft:

Om de ware betekenis van het boeddhisme weer tot uitdrukking te brengen is het begrip 'geëngageerd boeddhisme' in het leven geroepen. (...) Het is niet de bedoeling dat boeddhisme uitsluitend in kloosters, meditatieruimten of boeddhistische centra wordt gepraktiseerd. We kunnen het overal en in elke situatie waarin we ons bevinden tot uitdrukking brengen. Geëngageerd boeddhisme betekent de dingen die je dagelijks doet in aandacht doen.²³

Het blijkt dat de meditatieve praktijk je niet alleen in staat stelt om open in het open veld van ervaring te staan maar ook om compassie te voelen voor de mensen en gebeurtenissen die je op je pad vindt.

Oosterse filosofie zou je dan ook misschien wel kunnen omschrijven als een vorm van levenskunst die het door oefeningen mogelijk maakt om vanuit de leegte anders naar anderen toe in het leven te staan.

Het zitten in meditatie levert een bepaalde bij het zijnsbesef behorende zijnshouding (*ethos*) op die gekenmerkt wordt door aandachtig aanwezig zijn, door open staan voor de ander(e) en door compassie tonen.

21 Uit: Chögyam Trungpa: De grote oostelijke zon, in: *De essentie van Chögyam Trungpa*, blz. 76

22 Zie: Thich Nhat Hanh: *Wat de wereld nodig heeft*

23 Thich Nhat Hanh: *Wat de wereld nodig heeft*, blz. 84/85

“Er was eens in het Oosten...”

Intermezzo

"Er was eens een 'Oude Meester', 'Oud Kind' genaamd, die als archivaris aan het keizerlijk hof werkzaam was geweest. Op een gegeven ogenblik wilde hij China verlaten maar werd door de grenswachter Yin Xi tegengehouden en gevraagd om zijn opvattingen op schrift te stellen. Zo schreef hij 'Het boek over de weg en de innerlijke kracht' – een aan de keizer gerichte handleiding hoe het land te besturen en leiding te geven."

"Er was eens een prins, Siddharta Gautama genaamd, die in Noord-India leefde. Tot zijn negentwintigste was hij nooit buiten de muren van het paleis geweest. Op een dag maakte hij een rijtoer door de stad en zag hij onder meer een oude man, een zieke die in zijn eigen stront lag en een lijk. Siddharta was geschokt door het zien van de ellende en het lijden in de wereld. Hij besloot zijn vrouw en pasgeboren zoon in het paleis achter te laten en op zoek te gaan naar een oplossing voor het lijden in de wereld."

Het gaat noch om het sprookjes- of fabelachtige karakter van de levensverhalen van Lao Zi en Boeddha noch om de historische correctheid van de biografische gegevens.

Nee, wat opvalt in de vertellingen zijn de beweegredenen van de meesters.

De denkers, van wie de opvattingen beschouwd worden als het begin van twee van de belangrijkste stromingen in de Oosterse filosofie (b)lijken in hun teksten nou juist maatschappelijke respectievelijk politieke vraagstukken als uitgangspunt te hebben.

D. Maatschappelijk of politiek engagement?

Het is deze filosofie van het *zonder*-denken waarvan Zen volledig gebruik zal moeten maken indien zij niet binnen de beslotenheid van het klooster wil blijven

maar effectief het hoofd wil bieden aan de vele kwellende problemen waarmee de huidige wereld te kampen heeft ²⁴.

Oosterse filosofie kan (aldus) worden omschreven als (a) een bepaalde manier van zijnsverstaan, n.l. een meditatieve praktijk bestaande uit een reeks oefeningen, die (b) een bepaald zijnsbesef en (c) een bijbehorende zijnshouding bewerkstelligt.

Hoe verhoudt zich echter diegene, die zich **nu in Nederland**²⁵ door deze manier van zijnsverstaan dit zijnsbesef en deze bijbehorende zijnshouding heeft eigen gemaakt, tot huidige maatschappelijke en politieke kwesties?

Ofwel:

Kan Oosterse filosofie ook worden omschreven als (a) een bepaalde manier van zijnsverstaan, die (b) een bepaald zijnsbesef en (c) een bijbehorende zijnshouding bewerkstelligt die (d) ook een vorm van *maatschappelijk of politiek engagement* inhoudt?

Deze vraag hebben we de afgelopen twee jaar een aantal 'Oosterse denkers in de polder' gesteld.

²⁴ Masao Abe: *Zen en het westerse denken*, blz. 38

²⁵ Vanzelfsprekend zou je ook kunnen onderzoeken of, en zo ja hoe, belangrijke vertegenwoordigers van de verschillende stromingen in de Oosterse filosofie in het verleden maatschappelijk en/of politiek engagement hebben getoond.
Zie: Brian Victoria: *Zen at war*, voor een onthutsend verslag over hoe de meeste Zenmeesters tijdens de Tweede Wereldoorlog het nationalisme en militarisme van de Japanse machthebbers in woord en daad ondersteunden.