

Inhoud

1. Inleiding	9
<i>Meer dan “filosofie”: het daoïsme als oefenweg naar zelftransformatie</i>	10
<i>De plaats van Laozi en Zhuangzi binnen het daoïsme</i>	12
<i>Een verloren mondelinge traditie?</i>	13
<i>Een inspiratiebron voor levenskunst</i>	16
<i>Han de Wit: het contemplatieve grondpatroon</i>	18
<i>Het contemplatieve grondpatroon in het daoïsme</i>	19
<i>Vorbij de oppositie “actief/passief”</i>	21
<i>Een invitatie in een klein envelopje</i>	23
2. Zelftransformatie in troebele tijden	25
<i>Diagnose van het profane bewustzijn</i>	27
<i>Vruchten van de Spiltijd</i>	29
<i>Het historische landschap</i>	30
<i>Eerste levensbericht over Zhuangzi</i>	34
<i>De huidige versie van Zhuangzi</i>	35
3. Laozi's diagnose van het bewustzijn:	
<i>Het ontstaan van dualiteit</i>	37
<i>Verschillende versies van Laozi</i>	38
<i>Interpreteren: bewegen binnen de grenzen van de tekst</i>	40
<i>Laozi 1: diagnose van het profane bewustzijn</i>	42
<i>Vertaling en analyse van Laozi 1</i>	44
4. Laozi's oefenweg: De terugkeer naar de oorsprong	55
<i>Deprogrammering van de zintuiglijke waarneming</i>	56
<i>De “terugkeer” naar het open bewustzijn</i>	58
<i>Meer aanwijzingen voor de meditatie-oefening</i>	62
<i>Opengaan naar de ademruimte tussen hemel en aarde</i>	68
<i>De metafoer van de blaasbalg</i>	70
<i>“Bewaar het centrum”</i>	71
<i>De blaasbalg als medische metafoer</i>	72
<i>De adem van de kosmos</i>	75

<i>Concreet handelen in de alledaagse praktijk</i>	75
<i>Het belang van zachtheid</i>	77
<i>De kracht van de zuigeling</i>	83
<i>Het contemplatieve grondpatroon in Laozi</i>	88
5. Zhuangzi's diagnose van het bewustzijn:	
De Kun-vis en de Peng-vogel	89
<i>De transformatie van Kun in Peng</i>	90
<i>Het krekeltje en het duifje</i>	93
<i>Woorden voor "ruimte" en "tijd" in Zhuangzi</i>	97
<i>Wie is Peng?</i>	98
<i>De reis van de Peng-vogel</i>	100
<i>De Peng-vogel in ons</i>	101
<i>Zondernaam en de Nevelvogel</i>	103
<i>De vogel als symbool voor de geest of ziel</i>	104
6. Twee valkuilen op de weg	108
<i>Het geval Song Rongzi</i>	109
<i>Het probleem met Liezi</i>	110
<i>Het belang van weerstand voor de levenskunst</i>	112
<i>Vrij van verlangen naar erkenning en identiteit</i>	114
<i>Zwerven vrij en blij</i>	117
7. Zwerven in het oneindige: Wandelingen met Huizi	121
<i>Huizi en de reuzenkalebassen</i>	123
<i>Huizi en de kromme oude boom</i>	130
<i>De ontmoeting met de vrolijke vissen</i>	131
<i>De rivieren Hao en Pu: symbolen voor Dao</i>	134
<i>Het einde van de gezamenlijke reis</i>	137
8. Het profane bewustzijn nader bekeken	140
<i>De dood van Hundun</i>	141
<i>De tuinman en de wipput</i>	143
<i>Het "machinehart"</i>	146
<i>De "kunsten van mijnheer Hundun"</i>	149
<i>Louter cultuurkritiek? De interpretatie van Angus Graham</i>	152
<i>De hoge beambte en de man met één voet</i>	153
<i>De knagende onrust van koning Yao</i>	157
<i>De wilde zeevogel en de markies van Lu</i>	160

<i>De wilde zeevogel in ons</i>	162
<i>De offerpriester en de varkens</i>	163
<i>De disciplinerende werking van de taal</i>	165
9. Zhuangzi en de deconstructie van de taal	167
<i>De dood van het ego en de blaasmuziek van de aarde</i>	168
<i>De dualistische breuk</i>	171
<i>“Het recht zetten der dingen”</i>	174
<i>De taal van het pad en de taal der vervulling</i>	177
<i>De open ruimte rondom alle regelsystemen</i>	178
<i>Het “no-where” punt</i>	180
<i>De “Spil van Dao”: de mens als as tussen hemel en aarde</i>	181
<i>De energetische “spil”-ervaring</i>	183
<i>De etymologie van het karakter voor “spil”</i>	186
<i>Raakvlakken met mahavipashyana-meditatie</i>	187
<i>Waarom er geen objecten zijn</i>	188
<i>Snijden en scheiden: het effect van de taal</i>	191
<i>De betekenis van “recht zetten”</i>	194
<i>De apen die ’s ochtends drie noten kregen</i>	197
<i>Vertoeven op de “draaischijf des hemels”</i>	198
<i>De draaischijf des hemels: een ervaring uit de qigong-meditatie?</i>	200
<i>De vlinderdroom</i>	201
10. Zhuangzi’s oefenweg:	
<i>Opengaan voor de adem van de kosmos</i>	206
<i>Het “hart” als innerlijke openheid</i>	207
<i>Zhuangzi en de klasse der geletterde “ridders”</i>	208
<i>Het probleem van het ego</i>	209
<i>Het “vasten van het hart”</i>	210
<i>“Berijd de dingen en laat je hart vrij”</i>	216
<i>“Zitten en vergeten”</i>	219
<i>Termen voor het profane en het open bewustzijn</i>	222
<i>“Ademen uit de hielen”</i>	223
<i>Zhuangzi’s kritiek op de “zoekers naar het lange leven”</i>	226
11. Wuwei in de praktijk (1):	
<i>De levenslessen van kok Ding</i>	228
<i>Het woord wu 無</i>	231
<i>Het woord wei 爲</i>	234

<i>De wijze mens is zonder voorkeur en afkeer</i>	236
<i>Wuwei: egoloos handelen vanuit het open bewustzijn</i>	238
<i>De levenslessen van kok Ding</i>	239
12. <i>Wuwei</i> in de praktijk (2):	
Meer levenslessen van ultieme beoefenaren	248
<i>Hoe wielenmaker Bian alles op rolletjes liet lopen</i>	248
<i>Houtsnijder Qing: hoe je in aanraking kunt komen met een boom</i>	251
<i>Luisteren naar de structuur van het materiaal</i>	254
<i>Een moderne middeleeuwse bakker</i>	255
<i>De boodschap van de skill stories</i>	257
<i>De koene zwemmer bij de waterval</i>	259
<i>Zwemkunst als metafoor voor de levenskunst</i>	261
<i>Levenskunst: zich gracieus bewegen in een ruimte zonder grond</i>	265
<i>Meesterschap en egoloze ruimte</i>	266
13. Het continuüm van leven en dood	268
<i>De dood van Zhuangzi's vrouw</i>	270
<i>De dood en de vier vrienden</i>	272
<i>De "skull stories"</i>	278
<i>De wereld opbergen in de wereld</i>	280
<i>De dood van Zhuangzi</i>	282
Dankwoord	284
Appendix	287
Bibliografie	291
Namenregister	299
Zakenregister	301

1. Inleiding

De daoïstische tekst *Zhuangzi* (“Meester Zhuang”) ontstond in de vierde en derde eeuw v. Chr. in het oude China, en is bij het Chinese publiek al eeuwenlang geliefd vanwege zijn sprankelende, humoristische schrijfstijl, en de enorme vrijheidszin en onconventionaliteit die van elke bladzij afspat.

Tot op de dag van vandaag inspireert *Zhuangzi* in China miljoenen mensen die waarde hechten aan geestelijke en artistieke vrijheid, en wordt het gekoesterd als een leidraad voor een leven van maatschappelijke activiteit gebaseerd op innerlijke beschouwing, los van sociale en politieke betutteling en ideologische dogma’s. In het Nederlandstalige gebied is de *Zhuangzi* nog niet zo bekend als de *Daodejing* (Tao-te-ching) van Laozi, maar dankzij de vertaling van Kristofer Schipper, en de thematische analyse van René Ransdorp, beide uit 2007, is dit meesterwerk momenteel bezig met een grote inhaalslag.¹

Daodejing (ook bekend als *Laozi*) geldt als de eerste grondtekst van het daoïsme, en *Zhuangzi* als de tweede. Laozi was volgens de traditie een oudere tijdgenoot van Confucius (551-479 v. Chr.), en zou hem zelfs een keer de les hebben gelezen. De vaak geciteerde en afgebeelde scène van Confucius die bedremmeld het hoofd buigt voor Laozi is natuurlijk geliefd bij aanhangers van het daoïsme, en waarschijnlijk ook uit hun legenden afkomstig.

Hoewel *Zhuangzi* grotendeels voortbouwt op de filosofie en levenskunst van de *Laozi*, ademt het een totaal andere sfeer. Qua vorm en schrijfstijl is het veel toegankelijker: in plaats van korte, vaak raadselachtige spreuken op rijm vinden we hier een overvloed aan levendige dialogen en meerzinnige parabels. *Zhuangzi* geldt in China dan ook als een parel van onnavolgbaar bruisende literaire stijl, en vooral de eerste zeven hoofdstukken dragen het onmiskenbare stempel van een unieke en originele geest. Het boek staat vol met sketches waarin quasi-historische en fabelfiguren op Snip en Snap-achtige wijze de draak met elkaar steken, tegen een kleurrijke

1 Schipper, 2007 en Ransdorp, 2007. Zie ook Chong, 2015.

achtergrond waarin paleizen en hun politieke intriges worden afgewisseld met weidse landschappen bevolkt met dieren, reuzenkalebassen en vreemde oude bomen. Zhuangzi voert ons over paden langs slingerende rivieren, een kolkende waterval, en meren die het zonlicht weerkaatsen als flonkerend zilver. We betreden een wonderlijke wereld waarin allerlei levensvormen rondbuitelen, de ene nog verbazingwekkender dan de andere.

Volgens Zhuangzi dragen alle wezens, op hun eigen unieke wijze, bij aan de heerlijke en eindeloze stroom van vorm en kleur die het universum volgens hem is. Zijn werk straalt een diepe verwondering en dankbaarheid uit voor de bonte cascade van verschijnselen in de wereld, van het onafzienbaar grote tot het onmetelijk kleine, en heeft een scherpe en kritische blik voor al die situaties waarin het leven wordt geschaad door onachtzaamheid, leerstelligheid en de arrogantie van de macht. Uit het boek komt een filosofie en levenskunst naar voren die, in het voetspoor van *Laozi*, een weg wijst naar een onbevangen manier van leven waarbij je je eigen wezen tot bloei brengt en ernaar weet te handelen, en ook andere levende wezens volop de ruimte laat om in vrijheid hetzelfde te doen.

Meer dan “filosofie”: het daoïsme als oefenweg naar zelftransformatie

Het is geen wonder dat *Zhuangzi*, vanwege zijn unieke schrijfstijl en verrijkende inzichten, tegenwoordig vaak wordt gelezen en bestudeerd als literatuur of filosofie, in de moderne zin van het woord. De vraag is echter, of op deze manier de volle diepte en zeggingskracht van *Zhuangzi* voldoende naar voren kan komen. Zoals de Franse filosoof Pierre Hadot benadrukt, is filosofie in de moderne cultuur een apart academisch domein geworden, los van de praktische beoefening van levenskunst en spiritualiteit.² Men kan iets dergelijks ook zeggen van de moderne literatuur. Je kunt tegenwoordig aan de universiteit filosofie of literatuur studeren zonder een spirituele oefenweg af te hoeven leggen.

Als we *Laozi* en *Zhuangzi* echter lezen met dezelfde verwachtingspatronen waarmee we moderne filosofie of literatuur benaderen, ontdekken we al gauw dat er iets wringt: onze theoretische

2 Hadot, 2004.

2. Zelftransformatie in troebele tijden

Laozi en Zhuangzi richtten zich tot de elite van hun tijd, die zich, in de functie van vorst, beambte, diplomaat of militair, staande moest zien te houden in een tijd van voortdurende oorlog en politieke conflicten. De oefenweg van Laozi en Zhuangzi was niet bedoeld voor asceten of de sociaal verdrukten, maar voor mannen van aristocratische afkomst die midden in de wereld stonden, en van jongs af aan waren opgevoed om zelfstandig beslissingen te nemen in risicovolle situaties, vanuit een positie van verantwoordelijkheid jegens een gemeenschap, met name de clan. Daadkracht, zelfvertrouwen, eergevoel, en de neiging tot arrogantie was hun niet vreemd.

Het feit dat Laozi en Zhuangzi zich tot deze sociale bovenlaag richtten, heeft uiteraard gevolgen voor de aard van hun levenskunst. Zoals bekend, werd Laozi het niet moe om richtlijnen te formuleren voor de juiste wijze van regeren, onder verwijzing naar de catastrofale maatschappelijke situatie van zijn tijd, die werd gekenmerkt door oorlog en verwoesting, en als gevolg daarvan armoede en honger onder het volk. Waar de elite een ethos hooghield van eer en moed, kracht en machtsvertoon, benadrukte Laozi juist het belang van zachtheid, geduld, en het vermogen om omzichtig te opereren in het verborgene. Oorlog en geweld roepen alleen maar een harde tegenreactie op, waardoor beide partijen uiteindelijk verliezen. Bescheidenheid, toegeeflijkheid en mededogen stellen de leider niet alleen beter in staat om succes te behalen, maar ook om zijn successen te consolideren op de lange termijn.¹ Daartoe moet zijn ego worden ontmanteld via een meditatieve oefenweg, zodat hij wordt opgenomen in de open ruimte in hemzelf en om hem heen, waardoorheen de adem stroomt die hem verbindt met de hele kosmos.²

1 Zie met name *Laozi* 30, 31, 45, 57, 59, 67, 68, 69.

2 Zie Hoofdstuk 4 in dit boek.

Laozi's motto, dat *Zhuangzi* onverkort deelt, is: als je de wereld wilt veranderen, begin dan bij jezelf. De grondhouding van het vroege daoïsme, net als van het confucianisme en het oude Griekse denken, is aristocratisch, gebaseerd op het vermogen van de individuele persoon om zichzelf te ontwikkelen tot geestesadel, en van niemand afhankelijk te zijn als het gaat om zaken van de geest. Geestelijke vrijheid en onbaatzuchtige adeldom is de basis van waaruit de beoefenaar deelneemt aan politiek en bestuur.

Filosofisch gesproken kun je de plek waar je nu staat, alleen helder zien vanaf een andere plek. Je moet ruimte ervaren om te kunnen inzien dat wat je, vanuit het profane bewustzijn, *denkt* over jezelf en de werkelijkheid, niet hetzelfde is als de werkelijkheid. Naar een dergelijke ruimte probeert Zhuangzi de beoefenaar te verplaatsen: hij schudt hem los van de plaats waar hij gewoonlijk vertoeft, met al zijn vanzelfsprekende zekerheden, en zet hem in een open ruimte zonder houvast waarin hij ontdekt, dat de plek waar hij zich eerst bevond relatief is, en geen absolute fundering, zoals hij meende.

De strategieën die Zhuangzi voor dit doel inzet hebben qua werking veel weg van een zekere kermisattractie die ik ooit als kind van een jaar of elf argeloos betrad, zonder te weten wat me te wachten stond. Deze "attractie" was opgesteld op de Nieuwmarkt in Amsterdam, vlak bij mijn ouderlijk huis, en hij bestond eruit, dat er geen enkel oppervlak was waar je stevig op kon blijven staan. Vloeren kwamen in beweging zodra je erop stapte, en rolden dan onverwacht met grote snelheid onder je vandaan; trappen bleken in feite samengesteld uit losse treden die elk hun eigen weg gingen, zodat het bijna onmogelijk was om omhoog te klimmen, en ga zo maar door.

Zhuangzi geeft je precies zo'n gevoel: zodra je ergens houvast denkt te hebben gevonden, trekt hij meteen de vloer onder je voeten weg. Waarom? Om dezelfde reden dat ook Laozi weigert om je iets aan te bieden waarmee je je kunt identificeren, en waarvan je je geestelijk afhankelijk kunt maken, zoals regelsystemen, theorieën, zingevingsverhalen, en al dat soort quasi-steunpunten. Op deze manier wil het daoïsme een vrije ruimte laten ontstaan in je geest. In deze ruimte, deze openheid, kan het menselijk potentieel dat zich latent in je verbergt, en dat overwoekerd is door conventionele kennis en gedragspatronen, pas tot volle bloei komen.

Het daoïsme gaat er namelijk vanuit dat de mens, net als alle andere fenomenen, een manifestatie is van Dao. Dao is dus inherent in ieder van ons aanwezig, en daarmee bezitten we ook allemaal het potentieel om te leven in de geest van Dao: ontvankelijk en aandachtig, ruimhartig en vrijgevig, respectvol en zorgzaam, in staat om alles wat hemel en aarde ons ook maar toebedelen gelijkmoedig te ontvangen, en alle wezens, inclusief onszelf, te accepteren en de ruimte te laten om te zijn zoals ze zijn.

“De ruimte laten” wil overigens niet zeggen: alle ruimte laten. Vanuit het open, egoloze bewustzijn is het mogelijk om alles precies de ruimte te laten die het op dat moment aankan, en die nodig is om het te laten bloeien: niet teveel en niet te weinig. Het gaat om het ontwikkelen van juist dit gevoel voor maat en proportie. Vandaar dat het zo belangrijk is om het ego te ontmantelen. De zijnswijze van iemand die leeft in de geest van Dao, zonder ego, is open en vrij, en tegelijkertijd op natuurlijke wijze verbonden met het geheel van alles wat is.

Diagnose van het profane bewustzijn

Maar als we dit potentieel van nature hebben, waarom leven we dan niet consequent op deze manier? Waarom is onze alledaagse staat zo ver verwijderd van onze Dao-gelijke inborst? De diagnose van Zhuangzi luidt als volgt: we hebben geleerd om ons volledig te identificeren met de specifieke rollen en functies die we vervullen binnen een bepaalde, sociaal gedeelde werkelijkheid. We proberen houvast te vinden in een beeld van onszelf dat we zelf hebben geconstrueerd, onder invloed van de maatschappij. Maar dit zelfbeeld of “ego” kan alleen stand houden binnen het wereldbeeld dat we delen met onze sociale groep, en daarom is het, heel letterlijk, direct in het belang van ons “zelf” om ook dit sociaal gedeelde wereldbeeld de status te geven van de enige echte, absolute werkelijkheid.

Het resultaat van het zich vastklampen aan deze dubbele constructie, van het “ik” en de “wereld” die daarbij hoort, is volgens Zhuangzi, dat onze aangeboren natuur, onze elementaire menselijkheid, systematisch wordt overwoekerd en verstikt. Het hart, van oorsprong een open en ontvankelijke ruimte, loopt constant vol met allerlei denkbeelden en voorstellingen die een bepaalde werkelijkheid voor ons construeren. Op deze manier, zegt Zhuangzi,

raakt het “hart”, onze oorspronkelijke openheid, overwoekerd door “lianen”, een wildgroei van struikgewas.³

Het “hart” (*xin* 心) is voor de oude Chinese filosofen de zetel van zowel het denken als de emoties en het gevoel. Zolang die ruimte wordt ingenomen door vastgeroeste ideeën, en emoties van verlangen en afkeer, zet je je aangeboren menselijkheid, aldus Zhuangzi, gevangen in een “kooi” of “put”. De vogelkooi en de kikker in de put behoren tot een heel arsenaal van kleurrijke beelden waarmee hij verwijst naar het profane bewustzijn.⁴ Mensen komen vaak in een kooi terecht doordat ze worden aangelokt door dingen die ze graag wilden hebben, zegt Zhuangzi⁵, maar wie eenmaal ontdekt dat hij in een kooi zit, is ook prima in staat is om zich hieruit te bevrijden.

Nu bedoelt Zhuangzi hiermee niet, dat je alles wat je ooit in de maatschappij hebt opgedaan aan kennis, ervaring en vaardigheden moet weggooien. Integendeel, volgens hem komt dit allemaal juist veel beter tot bloei als je niet langer zit vastgeklemd in een kunstmatig zelfbeeld en een beperkte werkelijkheidsopvatting. Als je die ballast eenmaal hebt afgeworpen, hoeft je je kennis en vaardigheden niet langer te gebruiken volgens de voorgeschreven patronen, maar kun je ze eindelijk vrij laten in de creatieve kracht die je deelt met Dao, en die de hele kosmos voelbaar doorstroomt.

Zhuangzi nodigt ons daarom uit tot een proces van loslaten en opengaan: loslaten van het ommuurde ego in zijn geconstrueerde wereld, en opengaan naar een allesomvattende, scheppende openheid die Zhuangzi o.a. “het Onuitputtelijke” noemt.⁶ Elk mens is in staat om zichzelf te transformeren via oefening; er is geen tussenkomst nodig van priesters of bovennatuurlijke instanties, geen heilige teksten, speciale locaties of bepaalde liturgische handelingen. De meester leeft simpelweg het leven volgens Dao voor, in alle eenvoud, en inspireert daarmee de leerling om eveneens Dao als zijn of haar richtlijn te nemen.

3 *Zhuangzi*, Hoofdstuk 1; Schipper, 2007, p. 52.

4 Voor de kikker zie *Zhuangzi*, Hoofdstuk 17; Schipper 2007, 221. In Hoofdstuk 4, in het verhaal over het “vasten van het hart”, gebruikt Zhuangzi voor “kooi” het karakter *fan* 樊; zie Schipper 2007, p. 82. Aan het eind van Hoofdstuk 12 en 23 gebruikt hij o.a. het karakter *long* 籠; zie Schipper 2007, pp. 184 en 310.

5 *Zhuangzi*, Hoofdstuk 23; zie Schipper, 2007, p. 310.

6 *Wuqiong* 無窮. Deze term komt in *Zhuangzi* 25 keer voor, zie de zoekfunctie in www.ctext.org.