

VU Research Portal

De sjamanistische wortels van zen

van der Braak, Andre

published in
Filosofie-Tijdschrift
2022

document license
Unspecified

[Link to publication in VU Research Portal](#)

citation for published version (APA)

van der Braak, A. (2022). De sjamanistische wortels van zen: naar een inclusieve zenspiritualiteit. *Filosofie-Tijdschrift*, 32(5), 33-38.

General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal

Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

E-mail address:
vuresearchportal.ub@vu.nl

De sjamanistische wortels van zen: naar een inclusieve zenspiritualiteit

André van der Braak

*De ontmoeting van het Japanse zenboeddhisme met de westerse moderniteit heeft geleid tot verschillende vormen van moderne zen. In dit artikel betoogt André van der Braak, aan de hand van het boek *The Shamanic Bones of Zen* van Earthlyn Manuel, dat een meer inclusieve zenspiritualiteit gevonden kan worden middels het omarmen van de sjamanistische wortels van zen.*

Zoals ik in mijn recente boek *Reimagining Zen in a Secular Age* heb betoogd, heeft de ontmoeting van de Japanse zenboeddhistische traditie met de westerse moderniteit geleid tot verschillende voorstellingen van zen, variërend van traditioneel tot seculier.¹ Dergelijke voorstellingen zijn beïnvloed door bredere tendensen zoals universalisering, psychologisering, de therapeutische wending en expressief individualisme. Dit heeft geleid tot verschillende vormen van moderne zen die eerder gericht zijn op de individuele religieuze ervaring dan op de belichaamde collectieve rituele praktijk, een fenomeen dat Charles Taylor “excarntie” heeft genoemd.

Dit artikel betoogt dat we in het Westen een “reïncarnatie” van zen nodig hebben die verder gaat dan zowel romantische “mystieke” zen als seculiere “mindfulness” zen. Het zal ingaan op een recent boek van de Amerikaanse zenmeester Earthlyn Manuel, *The Shamanic Bones of Zen*, waarin zij het verband onderzoekt tussen de hedendaagse zenpraktijk en sjamanistische, of inheemse, spiritualiteit.² Zij betoogt dat de sjamanistische en magische elementen in zen zijn gemarginaliseerd door koloniale en modernistische krachten. Ze bespreekt rituele praktijken zoals het voorbereiden van een sacrale ruimte, de recitatie van mantra’s, en belichaamde ceremonies. Dit artikel bespreekt de relevantie van haar verkenningen voor de ontwikkeling van een nieuwe “inclusieve” zenspiritualiteit voor onze seculiere tijd.

Zen in het Westen begrijpen

Een van de voornaamste inzichten van de filosofische hermeneutiek van Gadamer is dat wanneer we iets proberen te begrijpen, we nooit kunnen hopen het simpelweg te vatten “zoals het werkelijk is”. Door de verschillende vormen van voorverstaan die we in ons dragen, stellen we ons het altijd voor *als* iets, *in termen van* iets. Zenboeddhisme vormt hierop geen uitzondering. Wij begrijpen zen *als* een vorm van boeddhisme, *als* een filosofie, *als* een vorm van mystiek, of juist *als* niet-mystiek. We kunnen ons zazen voorstellen *als* een vorm van meditatie, *als* een rituele herbeleving van de verlichting van de Boeddha, of *als* een contemplatieve praktijk. De kaders die wij hanteren bepalen de waaier van mogelijke interpretaties die ons ter beschikking staan. Daarom moeten we onze kaders zorgvuldig en bewust kiezen. Men zou kunnen aanvoeren dat dergelijke kaders “vertekenen” wat zen “echt” is. Maar zonder zulke kaders zou elk begrip (en interpretatie) van zen in het Westen onmogelijk blijven. Zin geven aan zen binnen onze westerse horizon vereist de toepassing van zulke kaders.

André van der Braak is verbonden aan de Vrije Universiteit in Amsterdam als hoogleraar comparatieve filosofie van de religie. Hij is co-redacteur van de rubriek ‘Comparatieve filosofie’ in dit tijdschrift.

Op basis van Charles Taylor's boek *Een seculiere tijd*³ heb ik in *Reimagining Zen* vier onbewuste vooronderstellingen besproken (met betrekking tot de aard van de werkelijkheid, God, religie en de mens) die tezamen een schijnbaar vanzelfsprekend "immanent kader" vormen dat ons denken over religie en religieuze ervaring structureert.⁴

1. *Universalisering* gaat ervan uit dat er één uiteindelijke werkelijkheid bestaat die in de verschillende wereldreligies wordt benoemd als God, Allah, JHWH, Brahman, de Dao of Boeddhanatuur. Religies zijn wegen naar die ene waarheid. Elke religie biedt een universele waarheidsclaim die helpt om die ene uiteindelijke werkelijkheid te begrijpen zoals zij werkelijk is, en daarin de uiteindelijke zin van het bestaan en werkelijk geluk te vinden, een staat die Taylor aanduidt als "volheid." Volgens dit voorverstaan biedt zen een weg naar een dergelijke volheid (verlichting), opgevat als een waar begrip van de ultieme werkelijkheid dat gerealiseerd kan worden door meditatiepraktijken die universeel werkzaam zijn.
2. *Psychologisering* gaat ervan uit dat, zo die ene uiteindelijke werkelijkheid al bestaat, wij mensen daar in elk geval geen toegang toe hebben. Daarom kan religieuze betekenis niet gevonden worden door één te worden met de ultieme werkelijkheid. Ze is altijd geconstrueerd door de menselijke geest. Dit betekent dat het realiseren van verlichting te maken heeft met de menselijke ervaring. Niet een ervaring van iets wat transcendent is aan de menselijke geest, maar in een veel meer immanente zin. Spirituele ervaring wordt niet zozeer voorgesteld als een proces van opstijgen naar de spirituele hoogten en contact maken met de ware werkelijkheid, maar eerder als een proces van afdalen naar de diepten van het menselijk bewustzijn en het realiseren van onze ware natuur. De ontologische opvatting van een ware werkelijkheid maakt hier plaats voor een fenomenologische nadruk op onze menselijke ervaring van die werkelijkheid.
3. De *therapeutische wending* gaat ervanuit dat volheid niet langer gevonden kan worden in onze ervaring van een uiteindelijke werkelijkheid. God is dood. Volheid kan gevonden worden door heling en genezing. Religies zijn eigenlijk systemen van heling. Steeds meer worden religieuze concepten vervangen door therapeutische concepten. Wat bijvoorbeeld eerst werd geïnterpreteerd als "zonde" of "karma", wordt nu geherïnterpreteerd als ziekte. En in plaats van berouw en bekering heeft de patiënt genezing

nodig door middel van een goede behandeling door een bekwame specialist.

4. De opkomst van het *expressieve individualisme* in het huidige "tijdperk van authenticiteit" leidt ertoe dat religieus toebehoren wordt gezien als een individuele keuze. Onze religieuze identiteit moet voor ons "goed voelen", en kloppen met onze eigen religieuze doelen en opvattingen. Religies worden aanbieders op de markt van welzijn en geluk. In plaats van middeleeuwse vormen van religieus toebehoren, die religieuze identiteit zien als vaststaand en verbonden met nationale en culturele identiteit (het ontvangen van een religie door er in geboren te zijn), of moderne vormen van religieus toebehoren die religieuze identiteit zien als een persoonlijke toewijding aan een zelf gekozen denominatie binnen een religieuze traditie (het kiezen van je religie uit een reeks van vooraf gegeven opties, zoals het kiezen van een internetprovider), gaan postmoderne vormen van religiositeit niet langer over een vaste religieuze identiteit maar over een voortdurend proces van religieuze identificatie: het construeren van je persoonlijke religiositeit (of spiritualiteit) door het combineren van verschillende praktijken en overtuigingen uit verschillende religieuze tradities. In feite maakt religie hier vaak plaats voor spiritualiteit.

Taylor merkt op dat dergelijke vooronderstellingen niet zomaar gegeven zijn, maar voortdurend worden betwist. Dit leidt tot wat hij noemt "tegenstelde krachten binnen het immanente kader".⁵ Het zoeken naar universele patronen binnen religiositeit wordt altijd bestreden door hen die de noodzaak benadrukken van het respecteren van de bijzonderheden van individuele religieuze tradities. De psychologische "excarntie" van religieuze betekenis wordt betwist door hen die het belang benadrukken van rituele belichaming en uitvoering. De therapeutische wending wordt bekritiseerd door hen die het belang benadrukken van "andere kracht" en genade in de contemplatieve praktijk. En het expressieve individualisme wordt betwist door hen die het belang van de gemeenschappelijke liturgische en rituele praktijk benadrukken.

Toch ziet Taylor een algehele tendens van inclusief naar exclusief, van meer veelomvattend naar minder veelomvattend. De werkelijkheid wordt steeds meer uitgekleeft doordat vormen van transcendentie worden buitengesloten. De mensvisie wordt steeds meer uitgekleeft doordat ziel en geest worden buitengesloten. En volheid wordt steeds meer uitgekleeft tot een vage notie van

wellness en spiritualiteit. Taylor ziet deze ontwikkeling uitmonden in het ontstaan van een exclusief humanisme, dat volheid interpreteert als welzijn en geluk binnen deze materiele werkelijkheid, in plaats van een verbinding met een of andere uiteindelijke werkelijkheid. Zo wordt ontologische transcendentie overbodig. In *Een seculiere tijd* betoogt hij hoe een dergelijk exclusief humanisme in de loop van de afgelopen eeuwen een aantrekkelijk alternatief is geworden voor meer expliciet religieuze opties.

Van een exclusieve naar een inclusieve zen

In de ontmoeting van de Japanse zen met zowel het christendom als een dergelijk westers exclusief humanisme is een vorm van zenmodernisme ontstaan dat zen op een exclusieve manier presenteert: als gericht op therapeutische genezing en welzijn in plaats van op religieuze bevrijding, en gepresenteerd als een vorm van individuele spiritualiteit in plaats van een gemeenschappelijke religieuze praktijk. Zo'n exclusieve zen heeft verschillende vormen aangenomen. Stephen Batchelors seculier boeddhisme ontdekt het boeddhisme van noties als karma, wedergeboorte en het bestaan van bodhisattva's. Deze opvattingen worden als culturele Aziatische ballast gezien die voor in het boeddhisme geïnteresseerde westerlingen niet langer relevant is. De Japanse Sanbokyodan zen school claimt dat er naast "boeddhistische zen" ook een "zuivere zen" bestaat, die niet langer boeddhistisch is maar eerder de essentie van alle religies belichaamt. In dergelijke benaderingen wordt de historische uniciteit en contextualiteit van de zentraditie verdoezeld, wordt het belang van belichaming, genade en gemeenschap verminderd, en worden ontologische kwesties uit de weg gegaan.

De beperkingen van zo'n exclusieve zen worden algemeen erkend. Maar hoe kan zen inclusiever worden gemaakt? Zo'n inclusieve zen zou een duidelijk besef moeten hebben van haar eigen historische en contextuele contingentie, van het feit dat ze ingebed is in een grotere traditie die twee en een half millennium omspant. Ze zou verlichting moeten zien als historisch en contextueel. Ze zou een manier moeten vinden om rituele belichaming en uitvoering een plaats te geven. Ze zou moeten overwegen dat zazen-beoefening geen instrument is voor contemplatieve fitness, maar een rituele en belichaamde praktijk-realisatie. Ze zou gemeenschappelijke en traditionele elementen moeten omarmen.

De sjamanistische wortels van zen

In haar recente boek *The Shamanic Bones of Zen* onderzoekt de Amerikaanse boeddhistische auteur, dichter en gewijd boeddhistisch priester Zenju Earthlyn Manuel het verband tussen de hedendaagse Soto zenpraktijk en de sjamanistische of inheemse spiritualiteit. Als zwarte non met een verleden in een Amerikaanse zwarte kerk en het Nichirenboeddhisme, put zij uit Afrikaanse, Caribische en inheemse Amerikaanse ceremoniële praktijken om een manier te vinden om de onderdrukte sjamanistische, of magische, elementen in zen, die door koloniale en modernistische krachten zijn gemarginaliseerd, weer op te nemen. Ze presenteert richtlijnen voor westerse zenbeoefenaars om nieuwe contemplatieve rituele praktijken in hun leven te ontwikkelen, zoals het inrichten van een sacrale ruimte, het beoefenen van sjamanistische praktijken, en het verdiepen van belichaming binnen zenceremonies. In haar voorwoord tot het boek schrijft zenwetenschapper Paula Arai over het herformuleren van zenbeoefening als een sjamanistische activiteit:

"Zenbeoefening biedt talrijke poorten naar de stroom van intieme interconnecties waarin bevrijdende transformatie plaatsvindt. Eenworden en communiceren met wezens die men nog nooit ontmoet heeft, is sjamanistische activiteit. Offerandes brengen aan voorouders en aan hen die men niet persoonlijk kent of liefheeft, is sjamanistische activiteit. In dankbaarheid buigen voor hen die kwaad hebben gedaan, is sjamanistische activiteit. Zazen is een geritualiseerde handeling die je hart opent om te groeien, uit te breiden en zich te verbinden, waardoor je in staat bent om huilen te horen, zelfs wanneer je stil alleen zit."⁶

Deze laatste opmerking is een verwijzing naar de bodhisattva Kuan Yin, "zij die de noodkreten der mensen hoort," die de boeddhistische beoefening van compassie symboliseert. Arai voegt eraan toe: "Beoefening op sjamanistische wijze heelt wonden die zijn ontstaan door waanideeën, hebzucht, haat en onderdrukking. Net als gletsjers, vindt het grootste deel van haar massale activiteit plaats onder het oppervlak."⁷

Voor Manuel houdt zenbeoefening op sjamanistische wijze in dat je je relatie met het onzichtbare, met de geestenwereld, verdiept door middel van veranderde (of beter gezegd, alternatieve) staten van bewustzijn.⁸ Zenpraktijken zoals chanten, zazen, rituelen en ceremonies dragen transformatie en genezing in zich, omdat ze

deuren openen naar wijsheid en mededogen.⁹ Zij kunnen een veranderde bewustzijnstoestand veroorzaken die het mogelijk maakt te communiceren met ongeziene goden of geesten. In mijn eigen herhaalde bezoeken aan het Longquan klooster in Beijing heb ik herhaaldelijk gezien hoe de anderhalf uur durende zenceremonie, die twee keer per dag wordt gehouden, een zeer strikte choreografie behelst met herhaald buigen en met zo'n snel gezang dat het de monniken in een trance brengt die hen onderdompelt in dergelijke ongeziene werelden. Het ontwikkelen van dergelijke vaardigheden wordt beschouwd als een essentieel onderdeel van de Chinese zen training.

Manuel betoogt dat er historische sjamanistische perspectieven op de rituelen en ceremonies van zen zijn die niet aan het Westen zijn overgedragen.¹⁰ Wat betekent het om een sjamanistische interpretatie van zenceremonies te hebben? Het betekent dat zenrituelen de beoefenaars niet beheersen, maar hen in stilte leiden naar de plaats van mededogen en inzicht.¹¹ In de zenceremonie wordt een wereld buiten onze gewone wereld geschapen, en een collectieve energie geschapen waarin geen zelf en onderlinge verbondenheid tastbare realiteiten worden.

Sjamanistische zenpraktijken

Manuel bespreekt verschillende van zulke sjamanistische zenpraktijken. Het prepareren van een sacrale ruimte verwijst naar het reinigen van de zendo (bijvoorbeeld door wierook of een bel) en de mensen voordat ze deelnemen aan de ceremonie of de zenmeditatie, om de zendo te ontdoen van onzichtbare energetische elementen die de ceremonie of zenpraktijk zouden kunnen verstoren.¹² Het buigen voor het binnengaan van de zendo maakt bewust dat hier een sacrale ruimte wordt betreden waar een andere vorm van bewustzijn leidend is, niet de probleemoplossende cognitieve modus van veel van het dagelijks leven. Het eren van de zen-voorouders kan plaatsvinden door het ritueel brengen van offerandes, en door het reciteren van de lijn van patriarchen (en vrouwelijke voorgangsters).¹³ De ultieme voorouder in alle boeddhistische tradities is Shakyamuni Boeddha.

De meditatiebeoefening van zazen kan ook gezien worden als een sjamanistische praktijk, waarbij het gaat om het leren eenworden en communiceren met onzichtbare aspecten van de werkelijkheid.¹⁴ Zoals onderricht

door de Japanse zenmeester Dogen is zazen geen solitaire praktijk van aandachtstraining, maar een gezamenlijk afdalen naar een ander bewustzijnsniveau, in samenwerking met alle boeddha's en bodhisattva's die de werkelijkheid doordringen, om de verlichting van de Boeddha ritueel te belichamen.¹⁵ Het ritueel reciteren van spreuken (mantra's) en bezweringsformules (dharani's) dient ter bescherming van de deelnemers aan de ceremonie of zenpraktijk.¹⁶ Een meerdaagse sesshin kan worden gezien als een sjamanistische ceremonie.¹⁷ Verschillende inwijdingen en het afleggen van de boeddhistische geloften (*jukai*: het nemen van toevlucht tot de boeddha, dharma en sangha; *tokudo*: het verlaten van het huis) hebben ook een sjamanistische betekenis.¹⁸ De *seijiki*-ceremonie probeert de rusteloze en lijdende geesten te ondersteunen en van voedsel te voorzien.¹⁹

Zoals dit laatste voorbeeld al aangeeft, gaat een sjamanistische zenspiritualiteit ook samen met een ontologie waarin het bestaan van geesten een plek heeft. Maar hoe moeten we dergelijke *spirit ontologies* begrijpen? In een eerder artikel in *Filosofie-Tijdschrift* heb ik geprobeerd om het bestaan van dergelijke *spirit ontologies* in sjamanistische vormen van spiritualiteit te verhelderen voor 'wij modernen' die binnen het voorverstaan van het immanente kader opereren.²⁰

Discussie

Toen ik bovenstaande ideeën deze zomer presenteerde op een boeddhismeconferentie in Salzburg leidde dat tot veel discussie. "Moeten we dan weer in geesten en geestenwerelden gaan geloven?" riep een van de aanwezige academici sceptisch uit. En inderdaad, vanuit het immanente kader bezien impliceert het opnieuw spreken over geesten een terugkeer naar het geloof in een geestenwereld naast of boven de empirische wereld. Echter, vanuit een sjamanistisch perspectief wordt een dergelijk dualisme niet gehanteerd. Mensen en geesten bestaan niet in ontologisch verschillende domeinen maar in ontologisch overlappende domeinen. Het totale web van die overlappende domeinen bevat planten, dieren, mensen en geesten, maar is niet bovennatuurlijk maar natuurlijk. Het is een ecologisch web.²¹

Vanuit een sjamanistische visie maken geesten deel uit van dat natuurlijke web (hoewel niet altijd voor iedereen zichtbaar en/of bereikbaar). Via rituelen en ceremonies worden ze toegankelijk gemaakt middels alternatieve bewustzijnstoestanden die het resultaat zijn van de sja-

manistische praktijken. In feite is er niets “buitengewoons” aan dergelijke alternatieve ervaringen. Ze zijn slechts buitengewoon gezien vanuit het immanente kader, maar niet vanuit sjamanistische spiritualiteit.²² Zoals ik eerder schreef:

“Sjamanistische spiritualiteit is dus religieus in de zin van re-ligare (opnieuw verbinden), maar dan wel opnieuw verbinden met het ecologische web, niet met God or een andere vorm van ‘ultieme werkelijkheid’. Deze verbinding is in alle richtingen: zowel ‘horizontaal’ met mensen, dieren en planten als ‘verticaal’ met bovenmenselijke gidsen (voor zover je in een web nog van boven en onder kunt spreken.”²³

Een dergelijke inclusieve zen overstijgt de stille consensus van het zachte secularisme (Charles Taylor noemt dit het immanente kader), volgens welke religie wordt gedoogd zolang ze maar geen ontologische aanspraken maakt. Inclusieve zen maakt een hernieuwde aandacht voor ontologie noodzakelijk. In het Westen is de ontologie sinds Kant voor veel filosofen vervangen door de fenomenologie: de nadruk ligt op de kwaliteit van de menselijke ervaring, niet op de ontologische aard van de werkelijkheid zelf. Sjamanistische *spirit ontologies* brengen geen splitsing aan tussen immanentie en transcendentie als twee verschillende ontologische domeinen, maar gaan uit van één onderling samenhangend web van planten, dieren, mensen en geesten.

Het gaat echter niet om het al dan niet hebben van bepaalde overtuigingen met betrekking tot het bestaan en de aard van geesten of een goddelijke werkelijkheid (dit zijn de vragen die de theologie behandelt), maar om rituele praktijken om met meer-dan-menselijke krachten te kunnen samenwerken. Voor zulke rituele praktijken is een overgang nodig van wat Taylor omschrijft als “het omsloten zelf” (het autonome ego dat zichzelf opstelt als staand tegenover de externe werkelijkheid) naar een “poreus zelf” (het doorlaatbare zelf dat zich laat raken en aanraken door de tienduizend dingen uit de werkelijkheid). Een dergelijke overgang gaat gepaard met alternatieve bewustzijnstoestanden. Dit druipt in tegen de huidige maatschappelijke focus op het belang van het autonome ego, en tegen de sacralisatie van het zelf die we in veel vormen van hedendaagse moderne spiritualiteit tegenkomen.

De inclusieve zen die ik in dit artikel heb besproken wordt allang beoefend in veel zencentra, ook in Nederland en België. Deze rituele praktijk van zen is dus niets

nieuws. Wat nieuw is, en waar meer nood aan is, is de filosofische reflectie op deze praktijken, en de expliciete benoeming van deze praktijken als afkomstig uit een sjamanistisch milieu. Zo kunnen de sjamanistische wortels van zen de plek krijgen in de hedendaagse westerse zenbeoefening die ze verdienen.

Noten

1. André van der Braak. *Reimagining Zen in a Secular Age. Charles Taylor and Zen Buddhism in the West*. Leiden: Brill Publishing, 2020.
2. Earthlyn Manuel. *The Shamanic Bones of Zen: Revealing the Ancestral Spirit and Mystical Heart of a Sacred Tradition*. Boulder, CO: Shambhala Publishing, 2022.
3. Charles Taylor. *Een seculiere tijd*. Rotterdam: Lemniscaat, 2009.
4. Van der Braak, *Reimagining Zen*.
5. Taylor, *Een seculiere tijd*, 777-806.
6. Paula Arai, “Foreword,” in: *The Shamanic Bones of Zen*, x.
7. Ibid.
8. Manuel, *Shamanic Bones of Zen*, 6.
9. Ibid., 17.
10. Ibid., 25. Zie ook Sam van Schaik, *Buddhist Magic: Divination, Healing, and Enchantment through the Ages* (Boulder, CO: Shambhala, 2020). T. Griffith Foulk heeft betoogd dat dergelijke rituele aspecten zijn ontkend in de westerse receptie van zen (T. Griffith Foulk, “Denial of Ritual in the Zen Buddhist Tradition”, *Journal of Ritual Studies* 27/1: 47-58). Zie ook Steven Heine en Dale Wright, *Zen Ritual* (Oxford: Oxford University Press, 2007).
11. *Shamanic Bones of Zen*, 31.
12. Ibid., 38.
13. Ibid., 47-65.
14. Ibid., 69-98.
15. Taigen Dan Leighton, “Zazen as an Enactment Ritual,” in: *Zen Ritual*, red. Steven Heine en Dale S. Wright (Oxford: Oxford University Press, 2007).
16. *Shamanic Bones of Zen*, 101-118.
17. Ibid., 126-131.
18. Ibid., 131-141.
19. Ibid., 141-144.
20. André van der Braak, “Spirit ontologies en ‘wij modernen’”, *Filosofie-Tijdschrift* 31,1: 34-39.
21. Ibid., 36.
22. Ibid.
23. Ibid., 37.