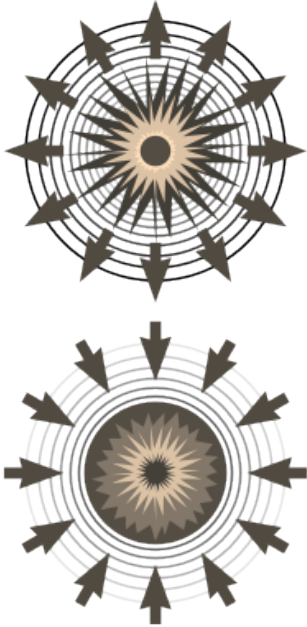


met onzichtbare energie (yang). Op zich hebben we niets aan deze energie. In de andere hand hebben we iets materieels (yin) een zaklamp bijvoorbeeld. Daar hebben we op zich ook niets aan. Deze twee worden pas 'iets' wanneer we de batterij (energie) met de lamp (materie) verbinden: dan is er een derde, in dit geval het licht.

Ons universum is voortgekomen uit de verbinding tussen energie en materie; het yin en het yang zorgen ervoor dat al het bestaande voortdurend in zijn tegendeel verandert.



Dit geldt ook voor de levensduur van het universum. Uit een klein puntje samengebalde energie ontvouwde zich een immens grote kosmos; een manifestatie van immense yang-energie, als een vloedgolf in de zee (tekening boven).

In miljarden verbindingen tussen energie en materie ontwikkelen zich daarin wat Lao Zi noemt: de tienduizend dingen.

Het heelal dijt nog almaar verder uit en daarin verschijnen nog almaar nieuwe dingen.

Maar ook het universum is onderhevig aan de wetten van zowel yin als yang. Het uitdijende heelal zal daarom – in de visie van het Taoïsme - ooit tot haar uiterste grens komen, waarna de yin-energie de overhand krijgt en het heelal in zal krimpen, zoals de zee bij eb.

Dan vloeien de tienduizend dingen weer terug in de oer-chaos en uiteindelijk weer tot in Tao.

Het gehele kosmische lichaam volgt een cyclus volgens de universele wetten van het yin en het yang.

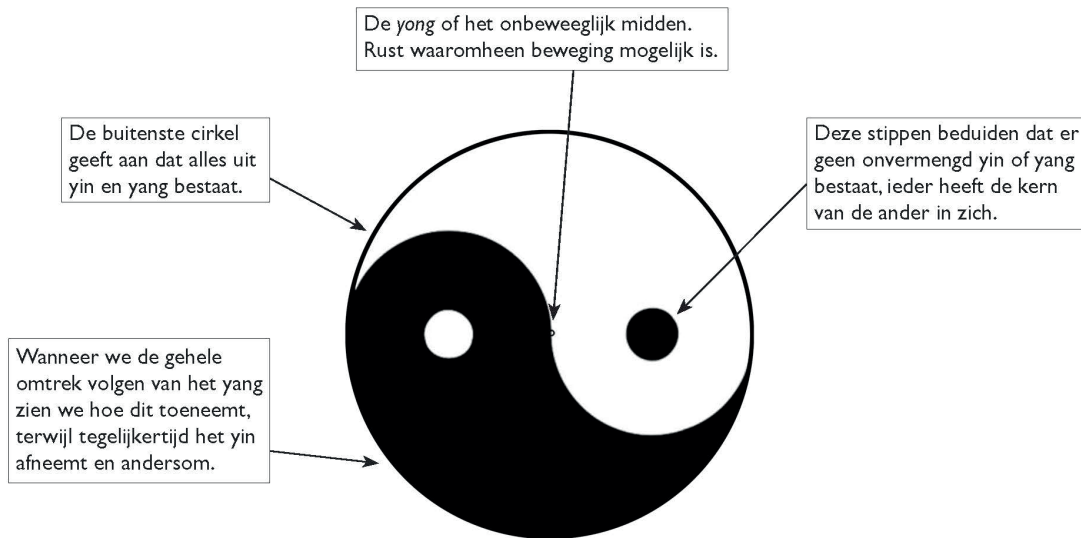
Een taoïstisch metafysische wet zegt dat ieder lichaam dat een langdurige en herhaalde cyclische beweging doormaakt, zichzelf zuivert en veredelt. . .

Van alle wezens is de mens het meest geestelijk, schrijven de taoïstische boeken. Zijn lichaam is bijzonder geëigend om energie te vergaren en zichzelf te veredelen. . .

Hij kan in harmonie leven met alle kringlopen van tijd en ruimte, daardoor kan hij bewust en doelgericht werken aan zijn vervolmaking en zelfs zijn vergaarde energie weer uitstralen, dat wil zeggen: transcendent worden.²⁷

Deze langdurige en herhaalde cyclische beweging is de werking van het yin en het yang. Deze vindt in alles plaats, dus ook in de mens.

27. Kristofer Schipper, *Tao, levende religie van China*, gedeelten uit pagina. 59 en 60.



3.2 Yin en Yang zijn polariteiten



In de uitgaande stroom van het universum ontstaan almaar meer zelfstandige vormen, als in een eindeloze waaier vol bonte kleuren en verscheidene vormen. Alle dingen ontwikkelen zich op hun eigen manier en hebben hun eigen verhouding tussen yin en yang. Zij bewegen allemaal rond een onbeweeglijk midden – de *yong* - Yin en yang zijn polariteiten, twee uitersten van één gemeenschappelijk iets, bijvoorbeeld:

	Yang:	Yin:
Dynamiek:	Uitbreiden	Samentrekken
Ruimte :	Hoog	Laag
Tijd :	Snel	Langzaam
Licht:	Wit / helder	Zwart / donker
Temperatuur:	Hitte	Koude
Beweging:	Actie	Rust
Etmaal:	Zon / dag	Maan / nacht
Afmeting:	Groot	Klein
Polariteit:	Positief (<i>natuurkundig</i>)	Negatief (<i>natuurkundig</i>)

Yin en yang zijn niet statisch maar dynamisch: neemt de een toe, dan neemt de ander in gelijke mate af. De seizoenswisselingen zijn een goed voorbeeld van de wisseling tussen yin (winter) en yang (zomer).



Alles is altijd alleen maar yin of yang ten opzichte van iets anders. Wij onderscheiden bijvoorbeeld licht omdat we het kunnen vergelijken met donker. Zou er alleen maar dag bestaan en geen nacht dan zouden we ons niet bewust zijn van het bestaan van het licht. Deze interactie tussen yin en yang vindt in al het bestaande plaats.

Ook in de mens: in zijn levensloop, emoties, denken en handelen, zelfs in zijn organen, spieren en weefsels, tot in zijn atomen aan toe.

Steeds wanneer er ergens te veel van het een is, bestaat er aan de andere kant een tekort. Yin en yang zijn voortdurend bezig om het evenwicht tussen beide te hervinden, dit is echter steeds maar van korte duur, daarna veranderen de verhoudingen weer in hun tegendeel. Hierdoor verandert alles voortdurend.

Yin en yang zijn dus nooit statisch, maar altijd dynamisch.

De werking van yin en yang is zeer verfijnd. Wie hierover nadenkt ziet nog talloze andere verbanden!

Lao Zi spreekt in vers 2 over deze polariteiten:

Als de hele wereld weet wat het mooie mooi maakt, dan is er al het lelijke.
Als iedereen weet wat het goede goed maakt, dan is er sprake van het niet goede.
Daarom:
Bestaan en niet-bestaan brengen elkaar voort, het moeilijke en makkelijke vormen elkaar.
Het lange en korte modelleren elkaar,
Hoog en laag steunen elkaar.
Klanken en geluiden harmoniëren met elkaar,
Eerder en later volgen elkaar op.

René Ransdorp (uit het Chinees)

Kennen allen onder de hemel de schoonheid van het schone, dan ook het lelijke.
Kennen allen de goedheid van het goede, dan ook het niet-goede.
Want zijn en niet-zijn baren elkander.

Moeilijk en licht vervolmaken elkander.
Lang en kort bepalen elkander.
Hoog en laag komen uit tegen elkander.
De toon en de stem sluiten aan bij elkander.
Voor en na volgen elkander.

J.A. Blok (hertaling)

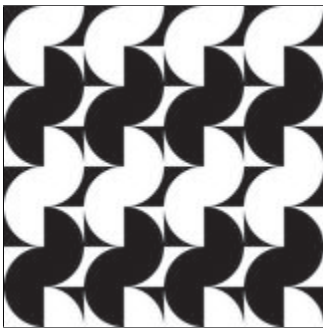
3.3 Polariteiten worden tegenstellingen

Het kenmerk van de tienduizend dingen is dat deze zich almaar verder ontwikkelen tot steeds complexere structuren.

Toen eeuwen geleden de primitieve mens begreep hoe de dingen werken, ging hij zich beschermen tegen vijandelijke elementen en zocht hij naar steeds meer welvaart.

Dit ontwikkelde zich verder tot een samenleving met zeer veel mogelijkheden. In onze westerse cultuur wordt het leven beschouwd als maakbaar, of tenminste als zodanig te beïnvloeden dat het aangenaam is en blijft.

Dit heeft ertoe geleid dat een mens zijn energie inzet om datgene te krijgen wat hem aanstaat en om wat hem niet bevalt zo ver mogelijk buiten de deur te houden. Energie is echter altijd in beweging: van yin naar yang en omgekeerd, niets is dan ook blijvend. Een mens neigt ertoe om het leven statisch te maken, wat onmogelijk is, en is ontgoocheld wanneer dit niet lukt.



De gevolgen zijn ernstiger dan op het eerste gezicht lijkt. Allereerst wordt ons perspectief vernauwd omdat er iets gescheiden wordt wat met elkaar verbonden is. Omdat het verband zoek is, worden geen tienduizend eenheden ervaren, maar twintigduizend losse delen. Dit werkt vervreemdend. Hierdoor houdt de mens zelf de dualiteit in stand.

Erger is, dat wanneer polariteiten worden beschouwd als zelfstandige eenheden, het evenwicht van het onbeweeglijk midden – het mysterie – niet meer wordt ervaren. Dit kan een groot gevoel van leegte veroorzaken, een leegte die opgevuld wordt met het zoeken naar blijvend geluk in een wereld van voortdurende veranderingen.



Wanneer polariteiten ervaren worden - het leven in heel zijn volheid wordt beleefd – blijft er openheid voor het mysterie van het bestaan. Dan is het mogelijk om in het eigen hart iets te ervaren dat niet meebeweegt, de *yong*, als vonk van Tao, het oeratoom. Daar gaat een rust vanuit die niet gepolariseerd is en dus niet in haar tegendeel kan verkeren. Hieruit ontstaat bij de leerling een liefdevol besef van verbondenheid met het grote geheel.

3.5 Keerpunt

Daodejing 16

Tracht naar de uiterste leegte.
Bewaar de diepste stilte.
In het gewoel der tienduizend dingen zij aan zij,
ontwaren we een wederkeer.

René Ransdorp (uit het Chinees)

Bereik de spil van de leegte
en verblijf in het midden.
De tienduizend wezens bloeien tezamen op, en ik
zie hun terugkeer aan.

Baker en Wilkes (hertaling)

Hier is een mens aan het woord die zich tot het midden richt, tot het centrum in zijn eigen hart. Daarin is hij verbonden met de tijdloze stilte: met de vonk van Tao, het oeratoom. Hier spreekt een wijze die in alle opzichten volkomen leeg is geworden: hij heeft geen enkele voorkeur, wijst niets af, verzet zich nergens tegen en verbindt zich met niets.



Lao Zi stelt deze mens ten voorbeeld aan zijn lezers: ga zelf ook de weg tot in Tao. Wie zich zijn raad ter harte neemt, begint aan een proces van dagelijks minder worden, leger aan eigenbelang en begeerten. Hand in hand daarmee openbaart zich vanuit het midden - uit zijn hart - een diepe, innerlijke stilte.

Het is een zuivere rust die niet in haar tegendeel om kan slaan, want het oeratoom maakt geen deel uit van onze kosmos.

Tao is niet van deze natuur, is niet gepolariseerd, nooit ontstaan en zal ook nooit vergaan. Hetzelfde geldt voor de vonk van Tao in ons hart. Deze is leeg gezien naar de tienduizend dingen, maar vol van een tijdloze liefdekracht die nooit in haar tegendeel om kan slaan en die niets of niemand buitensluit.

In onze wereld fungeert zij als een 'leeg' midden waaromheen al het gepolariseerde leven zich op zijn eigen manier kan ontwikkelen, zoals een wiel kan draaien dankzij de stilstaande as.

Vanuit deze 'leegte' ziet deze wijze mens de tienduizend dingen als in een bonte stoet aan zijn geestesoog voorbijtrekken. Hij neemt waar hoe zij zich ontwikkelen, maar ook hoe zij weer terugkeren tot hun wortel.

Dit is echter geen volautomatisch proces, want een mens die aandacht gaat besteden aan zijn innerlijke bron moet daarvoor moeite doen. Het gaat niet vanzelf om te leren ons eigenbelang opzij te zetten. Het vraagt aandacht om zich te richten tot de tijdloze natuur in het centrum. Het vraagt om een wilsbesluit om aan dit midden zijn vrije energie toe te wijden.

We kunnen dus niet rustig achterover leunen en gewoon doorgaan met ons leventje in de idee dat we allemaal als vanzelf ooit wel een keer tot de leegte in het eigen hart zullen komen.

J. van Rijckenborgh zegt hierover:

Wees stil.

Dit stil – zijn duidt op een bepaalde toestand des harten.

Het hart valt samen met het middelpunt van de microkosmos.

Én in dit middelpunt bevindt zich het oeratoom.

In de natuurlijke menselijke staat is het hart echter de plaats waar uiteenlopende begeerten, angsten en driften woelen en koken.

Het hart van de mens is niet stil.

De stilte van het hart te verwerkelijken is een taak van iedere leerling. Het duidt op het rein maken van het hart.

Wanneer ge uw hart stil en rein maakt, eerst dan zult ge waarlijk kunnen luisteren!³⁰

Van nature zijn we geneigd om ons met de tienduizend dingen bezig te houden. We nemen een standpunt in ten aanzien van alles wat op ons afkomt en daaruit volgen onze handelingen. Van wat we aangenaam vinden willen we almaar méér hebben en van wat ons niet aanstaat zo min mogelijk. Maar wat we ook doen, we blijven aan de tienduizend dingen gebonden want we maken er nu eenmaal deel van uit. Daarnaast hebben we ook nog eens allemaal een eigen karakter, temperament en manier van leven. Dat alles brengt en houdt ons voortdurend in beweging, maar waar we ons ook mee verbinden, het zal uiteindelijk in zijn tegendeel omkeren. Zoals een gezegde luidt: 'Zoek niet naar het geluk, want je zoekt je een ongeluk'. Met al dat aantrekken en afstoten houdt een mens de tienduizend dingen in beweging.

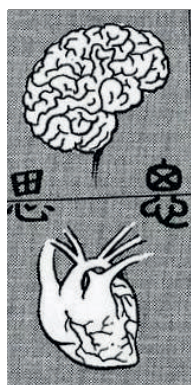
Maar dat niet alleen: hij vult er ook zijn hart mee en bedekt op die manier de tijdloze vonk die daarin rust.

Wie de weg terug tot in Tao gaat, gaat de weg van de Koning. Deze weg wordt ook wel genoemd: de weg van het midden.

Hierop wordt de komende hoofdstukken dieper ingegaan.

Op deze weg wordt alles losgelaten dat tegen Tao ingaat.

Dat houdt in: onszelf loslaten in ons denken voelen én handelen.



In de taoïstische filosofie is het hart niet alleen de plaats van de gevoelens, maar ook van het denken.

In het Chinese karakter voor 'denken' worden de karakters voor schedel 田 en hart 心 gecombineerd tot het karakter voor 'gedachte': rede en emotie vormen samen een stabiele geest.

In een 'leeg' hart kan de kracht die van Tao uitgaat des te sterker werkzaam zijn. Deze kracht tilt ons boven onszelf uit. Van ons wordt alleen maar gevraagd om hieraan mee te werken.

30. J. van Rijckenborgh *Egyptische Oergnosis deel I pag. 253 - 255.*

Zhuang Zi, schreef over het leeg worden van het hart:

*Als je niet in jezelf vastzit
dan openbaren de dingen zich vanzelf aan je.
Als ons hart beweegt is het als stromend water.
Door stil te zijn wordt het als een spiegel.
Het weerkaatst alles als een echo.
Eerst is alles chaotisch en onzichtbaar.
Dan komt de stilte en wordt alles helder.
Hij die zich hiermee verenigt, zal het behouden.
Maar wie het wil vasthouden, zal het verliezen.³¹*

De geciteerde verzen in hun geheel

Daodejing 2

Als de hele wereld weet wat het mooie mooi maakt, dan is er al het lelijke.
Als iedereen weet wat het goede goed maakt, dan is er sprake van het niet goede, daarom:
Bestaan en niet-bestaan brengen elkaar voort, het moeilijke en makkelijke vormen elkaar.
Het lange en korte modelleren elkaar, hoog en laag steunen elkaar.
Klanken en geluiden harmoniëren met elkaar, eerder en later volgen elkaar op.
Hierom beoefent de wijze mens het niet-doen.
Hij betracht het onderwijs van het niet- spreken.
De 10.000 dingen zijn volop actief aanwezig, maar de wijze mens laat ze niet in de steek.
Hij brengt ze tot ontwikkeling, maar eigent zich ze niet toe.
Hij is actief, maar hij laat zich er niet op voorstaan.
Hij voltooit zijn werk, maar hij blijft er niet in steken.
Juist omdat hij er niet prat op gaat, blijven zijn verdiensten behouden.

René Ransdorp (uit het Chinees)

Kennen allen onder de hemel de schoonheid van het schone, dan ook het lelijke.
Kennen allen de goedheid van het goede, dan ook het niet-goede.
Want zijn en niet-zijn baren elkander.

Moeilijk en licht vervolmaken elkander.
Lang en kort bepalen elkander.
Hoog en laag komen uit tegen elkander.
De toon en de stem sluiten aan bij elkander.

Voor en na volgen elkander.
Daarom maakt de Wijze werk van het niet-doen,
en predikt de leer zonder woorden

De tienduizend wezens komen op en hij weigert niet.
Hij brengt voort en rekent niet als eigen.
Hij doet en steunt er niet op,
Verwerft verdienste en hecht er niet aan.

Juist omdat hij er niet aan hecht wordt zij hem nimmer ontzegd.

J.A. Blok (hertaling)

31. Kristofer Schipper, *Zhuang Zi, de volledige geschriften*, hfs. 33. Uitg. Augustus 2007.

Daodejing 40

Teruggaan: dat is de dynamiek van de Tao.
Zwak zijn: zo functioneert de Tao.

Alle dingen in de wereld komen van het 'iets'.
Het 'iets' is geboren uit het 'niets'.

Kristofer Schipper (uit het Chinees)

Terugkeer is de beweging van de Weg.
Zwakheid is het middel van de Weg.

Alles onder de hemel ontstaat uit het zijnde.
Het zijnde ontstaat uit het niets.

Bartho Kriek (hertaling)

Daodejing 16

Probeer de uiterste leegte te bereiken
en de diepste stilte te bewaren.
In het gewoel van de tienduizend dingen,
zij aan zij, ontwaren we een terugkeer.
Welnu, de tienduizend dingen woekeren;
elk keert terug naar zijn wortel.
Terugkeren naar de wortel heet stilte.
Dat is wat we terugkeer naar de bestemming
noemen.
Terugkeren naar de bestemming heet: het
permanente.
Het permanente kennen heet: helderheid.
Niet bewust zijn van het permanente,
wil zeggen roekeloos handelen.
Bewust zijn van het permanente
en dan ook ontvankelijk;
ontvankelijk zijn
en dan ook onpartijdig.
Onpartijdig zijn
en dan ook koninklijk;
koninklijk zijn
en dan ook natuurlijk.
Natuurlijk zijn en dan ook Tao;
Tao dan ook langdurend.
Je leven lang dan ook niet uitgeput raken.

René Ransdorp (uit het Chinees)

We bedoelen met het uiterste, het bereiken van
leegte.
We bedoelen met het midden, het behouden
van stilte.
Zij aan zij, komen en gaan de tienduizend
dingen, en door [leegte en stilte] zie ik hun
terugkeer.
Dingen worden voortgebracht in grote
aantallen, en ieder ding keert naar de eigen
bron terug.
Dit noemt men "stilte".
"Stilte" - Dat is wederkeren naar je eigen lot.
Terugkeren naar je eigen lot, betekent
gelijkmatig zijn.
Wie weet hoe gelijkmatig te zijn is wijs.
Wie geen gelijkmatigheid kent, is doelloos en
wild, en je daden zullen ongeluk brengen.
Wie gelijkmatigheid kent, is openhartig.
Wie openhartig is, is onpartijdig.
Wie onpartijdig is, handelt koninklijk.
Wie zich koninklijk gedraagt, is als de Hemel.
Wie is als de Hemel, is gelijk aan de Weg.
Als je gelijk bent aan de Weg,
zal je geen schade lijden tot het eind van je
dagen.

Matwangdui versie, Bram den Hond