

DOGENS TENZO KYÖKUN, 'DE AANWIJZINGEN VOOR DE KOK'

Ofwel: richtlijnen voor een beoefening in je dagelijkse leven.

Lees de onderstaande tekst als een metafoor voor hoe je je leven kunt verdiepen, verrijken en intensiveren.

Van oudsher hebben de boeddhistische kloosters zes toezichthouders en afdelingshoofden. Ze zijn allen volgelingen van de Boeddha en verrichten allemaal het werk van de Boeddha. Een van hen is de kok, die verantwoordelijk is voor de verzorging van de maaltijden voor de gemeenschap. In de Regels van zuiverheid voor zen-kloosters (*Chanyuan qinggui*, **noot 1**) staat: 'Om de gemeenschap van voeding te voorzien, is er een kok.' Van oudsher wordt deze positie toegewezen aan ervaren studenten, vooraanstaande personen die de zen-boeddhistische praktijk belichamen en een sterk verlangen naar ontwaken hebben. (**noot 2**)

Aldus is de positie van kok er een waarbij je wordt gevraagd je met hart en ziel in te zetten. Als je niet volledig bent vervuld van het verlangen naar ontwaken, zal ze uiteindelijk uitmonden in een vergeefse strijd en een zinloze beproeving. In de Regels van Zuiverheid voor zen-kloosters staat: 'Men moet zijn verlangen naar ontwaken blijven voeden, zich aanpassen aan de omstandigheden en ervoor zorgen dat de gemeenschap ontvangt wat ze nodig heeft om zich op haar gemak te voelen'.

In het verleden werd deze rol vervuld door studenten zoals Guishan en Dongshan, en verscheidene andere voorgangers hebben hem op een of ander moment in hun loopbaan ook vervuld.

Al-met-al kan het dus beslist niet op een lijn worden gezet met het werk van gewone koks, koninklijke chef-koks en wat dies meer zij.

Toen deze bergzwerfer (ik, Dōgen) in Sung China verbleef, ondervroeg ik in mijn vrije tijd gepensioneerde zoekers met belangrijke en minder belangrijke posities en zij deelden iets van hun standpunten met mij. Hun verhelderingen vormen de botten en het merg van wat de boeddha's en voorouders, vervuld van het leven, ons hebben nagelaten.

Om te beginnen moet je de Regels van Zuiverheid voor zen-kloosters zorgvuldig lezen. Vervolgens dien je uitvoerig aandacht te schenken aan de gedetailleerde uitleg van deze zoekers in ruste.

De taken van de kok gedurende een volledig etmaal zijn als volgt.

Ga, om te beginnen, na de lunch naar de directeur en de adjunct directeur om de ingrediënten voor de maaltijden van de volgende dag in ontvangst te nemen: rijst, groenten, enzovoort. Ga er als je ze eenmaal hebt ontvangen zeer zorgzaam en zorgvuldig mee om, alsof het je eigen ogen zijn. Zenmeester Yong van het Baoning-klooster zei: 'Ga zorgzaam en zorgvuldig om met kloosterbezittingen, als waren ze je eigen ogen.' Respecteer en apprecieer ze, als waren ze de ingrediënten voor een koninklijke dis. Deze zorgzaamheid betreft zowel de verse als de gekookte bestanddelen.

Vervolgens komen de toezichthouders en afdelingshoofden in de keuken of de provisiekamer samen om te bepalen hoe het eten voor de volgende dag zal worden gekruid,

welke groenten zullen worden gebruikt en hoe de rijstpap moet worden bereid. In de Regels van Zuiverheid voor zen-kloosters staat: 'Overleg voor het vaststellen van de ingrediënten, de kruiden en het aantal bijgerechten van de maaltijd, altijd eerst met de andere toezichthouders en afdelingshoofden.' Er wordt hier verwezen naar de directeur, de adjunct directeur, de penningmeester, de monitor van de studenten, de kok en de werkleider. Als het dagmenu is vastgesteld, publiceer het dan op de prikborden bij het abtsverblijf en de gemeenschappelijke ruimten.

Maak daarna de rijstpap voor de volgende ochtend klaar.

Als je rijst wast, groenten bereidt, et cetera, doe dit dan met je eigen handen, met volledige aandacht, grote inspanning en oprechte aanwezigheid. Laat verstrooiing en luiheid je geen moment verleiden. En laat je aandacht voor één ding er niet toe leiden dat je andere zaken over het hoofd ziet. Veronachtzaam zelfs de kleinste druppel in de oceaan van verdienste niet; een berg aan goed karma kan door slechts een enkel stofdeeltje nog verder worden verhoogd.

In de Regels van Zuiverheid voor zen-kloosters staat: 'Als de zes smaken en drie deugden ontbreken, heeft de kok niet voor de gemeenschap gezorgd.' Als je de rijst controleert, let dan op het zand; als je het zand controleert, let dan op de rijst. Als je aan elk detail zorgvuldig aandacht besteedt en je bent aanwezig in wat komt en gaat, dan zal je aandacht niet versnipperd raken en de maaltijd op natuurlijke wijze zijn verzadigd van de drie deugden en de zes smaken.

Xuefeng werkte als kok toen hij in het Dongshan-klooster verbleef. Op een dag, terwijl hij de rijst aan het wassen was, vroeg Dongshan hem: 'Zeef je het zand van de rijst, of zeef je de rijst van het zand?' Xuefeng zei: 'Zand en rijst worden beide tegelijkertijd verwijderd.' Dongshan vroeg: 'Wat moeten de monniken dan eten?' Xuefeng keerde de kom om. Dongshan zei: 'Een dezer dagen vertrek je en dan zal je door een ander worden beproefd.'

In het verleden werd deze weg (van de kok) uitgeoefend door ontwaakte mensen, die levenslustig werkten met hun eigen handen. Daar moeten wij, die zo laat zijn begonnen met onze uitoefening (**noot 3**), niet te licht over denken. De voorgangers zeggen dat koks het opstropen van hun mouwen zien als de realisatie van het verlangen om te ontwaken. Om te voorkomen dat er fouten ontstaan in het zeven van rijst en zand, moet je het eigenhandig controleren. In de Regels van Zuiverheid voor zen-kloosters staat: 'In het bereiden van de maaltijden, moet men intiem zijn met zichzelf, het voedsel zal dan als vanzelf puur en verfijnd zijn.'

Bewaar het witte water dat achterblijft als je de rijst hebt gewassen en gooi het niet achteloos weg. Vroeger filterden ze dat witte water met een stoffen doek en kookten daarin de rijst voor de ochtendpap. Besteed alle aandacht aan de rijst als je hem in de pan hebt gedaan, en blijf er vervolgens bij. Sta niet toe dat er per ongeluk muizen en dergelijke aan zitten, of dat inhalige nietsnutten hem bekijken en eraan komen.

Terwijl je de groente voor de ochtendpap kookt, reinig je de potten, het bestek en de materialen die zijn gebruikt voor het middagmaal. Was ze smetteloos schoon en leg wat op een hoge plek hoort op een hoge plek, en wat op een lage plek hoort op een lage plek. 'Hoge plekken zijn hoog en één; lage plekken zijn laag en één.' Behandel keukengerei zoals tangen

en pollepels en alle andere voorwerpen en ingrediënten met gelijk respect. Ga zorgvuldig met alle dingen om, pak ze op en leg ze neer op een ordentelijke wijze.

Als je daarmee klaar bent, begin je met de ingrediënten voor de maaltijden van de volgende dag. Controleer eerst de rijst. Verwijder aandachtig eventuele insecten, groene bonen, doppen of steentjes die erin zitten. Terwijl de rijst en groenten worden gecontroleerd, dienen de assistenten teksten te reciteren en de verdienste op te dragen aan de god van de keuken. Selecteer vervolgens de ingrediënten voor de bijgerechten en de soep en kook deze. Ga met de toezichthouder die verantwoordelijk is voor de voorraden niet in discussie over de hoeveelheid ingrediënten die je hebt gekregen. Bekommer je niet over de kwaliteit ervan en maak simpelweg het beste van wat je wat hebt. Laat je niet kennen en zeg niets over de hoeveelheid ingrediënten. Overdag en 's nachts, of nu de dingen in je aanwezigheid opkomen en zich daar verstrooien, of dat je aanwezigheid zich roert en zich met de dingen verstroot, wees er intiem mee en ga ijverig door met je uitoefening.

Maak voor middernacht de balans op van de taken voor de volgende ochtend en begin na middernacht aan de ochtendpap. Was de volgende dag na het ontbijt de potten, stoom de rijst, en bereid de soep. Als je de rijst voor het middagmaal weekt, blijf dan in de buurt van de gootsteen. Houd een scherp oog op alles zodat je geen korrel rijst verspilt, en was uit de rijst wat er niet in thuis hoort. Hevel de rijst over in potten, maak het vuur aan en stoom de rijst. Het gezegde luidt: 'Als je rijst kookt, behandel de pan dan alsof het je eigen hoofd is en als je de rijst wast, weet dan dat het water je eigen bloed is.' Als de rijst klaar is, schep je hem in bamboe manden of houten bakken en zet deze op tafel. Bereid de groenten en soep en dergelijke terwijl de rijst wordt gestoomd.

De kok houdt toezicht op de ruimte waarin de rijst en soep worden bereid, geeft opdrachten aan de assistenten en instrueert hen in de omgang met het verschillende keukengereedschap. Tegenwoordig hebben grote kloosters koks voor de rijst en koks voor de soep, maar deze staan gewoon onder de leiding van de (hoofd)kok. In het verleden bestond er niet zoiets als een kok voor de soep of een kok voor de rijst, alleen die ene leidinggevende, de kok zelf.

Beschouw in de alledaagse bereiding van de maaltijden deze niet met alledaagse ogen of alledaagse emoties. 'Het oprapen van een enkel grassprietje, bouwt een altaar; een enkel stofdeeltje binnengaan, laat het grote wiel van de Dharma draaien.'

Al maak je bijvoorbeeld een soep van de meest simpele groente, hekel dat dan niet of er niet te gemakkelijk mee om. Zelfs als je de meest exquisite crème-soep maakt, hoef je je daarover niet te verheugen of opgewekt te zijn. Hoe zou je tegenzin kunnen ontwikkelen als je vanaf het begin af aan al vrij bent van voorkeuren (**noot 4**)? Als je met inferieure ingrediënten werkt, is er geen enkele nonchalance. Geconfronteerd met onvoldoende ingrediënten, zet je je volledig in. Pas je gemoed niet aan al naar gelang de omstandigheden. Wie zijn gemoed verandert naar gelang de omstandigheden, of zijn toon of gedrag aanpast aan de persoon met wie hij spreekt, is geen mens van de weg.

Vastberaden en oprecht moet je ernaar streven de meesters in helderheid te overstijgen en de aandacht van zelfs de vroegere zoekers nog te overtreffen. De manier om die aspiratie in individuele uitoefening om te zetten, is bijvoorbeeld om voor hetzelfde geld dat de voorouders hadden om soep te maken van simpele ingrediënten, nu de meest verfijnde

crème-soep te bereiden. Is dat lastig? Waarom? Omdat heden en verleden totaal van elkaar verschillen, zoals de afstand tussen hemel en aarde. Hoe zouden we ze ooit kunnen evenaren? Desalniettemin, als we met aandacht werken, hebben we de intentie die het mogelijk maakt onze voorgangers te overtreffen.

Dat je de onbetwistbaarheid van dit principe nog niet begrijpt, is omdat je denken zoals wilde paarden alle kanten op gaat. En omdat je, zoals apen in het woud, je emoties de vrije loop laat. Als je deze apen en paarden de stap achteruit kunt laten maken, die het licht keert en naar binnen laat schijnen, zal je op natuurlijke wijze volledig zijn geïntegreerd. Dit is de manier waarop wij, die gewoonlijk door de dingen in beweging worden gebracht, in staat zijn de dingen in beweging te brengen.

Als je jezelf op deze manier zuivert en in harmonie brengt, verlies dan noch het ene oog (van transcendent wijsheid), noch de twee ogen (van het onderscheid makende bewustzijn). Als je zelfs ook maar een enkel stukje groente oppakt, manifesteer dan het lichaam van zes voet (d.w.z. een boeddha) en laat dat lichaam van zes voet dat enkele stukje groente bereiden. Dit zijn de geestelijke krachten en wonderbaarlijke transformaties van de kok, dit is zijn boeddha-werk en de wijze waarop hij de levende wezens tot nut is.

Als je klaar bent met de voorbereidingen en alles is gekookt, kijk dan naar 'die zijde' en zet de dingen weg op 'deze zijde'. Als de trommel klinkt of de bel slaat, sluit je dan aan bij de gemeenschap en wees aanwezig tijdens de bijeenkomst (om de lezing van de abt te horen). 'Ochtend en avond, onderzoek en wees aanwezig', zonder ook maar eens tekort te schieten.

Meteen als je terug bent in de keuken, sluit je je ogen en maak je je een heldere voorstelling van het aantal personen in de Hal van de Gemeenschap, van het aantal studenten in individuele kamers of senioren van lagere en hogere rang et cetera, van het aantal mensen dat zich in het ziekenverblijf bevindt, op de seniorenafdeling, in de logeervertrekken, enzovoort; van het aantal ambulante studenten dat geregistreerd is in de gastruimtes, en van het aantal mensen in de sub-tempels. Als je na zorgvuldige telling ook maar de geringste twijfel overhoudt, ga dan naar de desbetreffende manager en vraag deze om uitsluitel.

Bereken nu zorgvuldig: voor elke korrel rijst die wordt gegeten, moet een korrel worden geofferd. Als een enkele korrel rijst wordt gedeeld, heb je twee halve korrels rijst. Drie tiende, vier tiende, een halve, twee halve. Als je twee halve korrels geeft, heb je een enkele hele korrel. Geef negen tiende en kijk hoeveel tiende je nog hebt, neem nu negen tiende terug en kijk hoeveel tiende er nog overblijft.

Het eten van een enkele korrel rijst uit Luling, stelt je in staat de monnik Guishan te zien. Een enkele korrel rijst uit Luling schenken, stelt je in staat de waterbuffel te zien (die Guishan zal worden). De waterbuffel eet de monnik Guishan en de monnik Guishan voert de waterbuffel. Is mijn berekening volledig of niet? Is die van jou volledig of niet? Als je de zaken zorgvuldig onderzoekt en uitputtend controleert, zal het je gaan dagen en helder worden. Als dan vervolgens een mogelijkheid zich voordoet, zeg dan iets; als iemand je ergens op aanspreekt, spreek dan. En, als je jezelf op deze wijze zonder onderbreking geeft, dag na dag, zal je het niet vergeten, zelfs niet tijdelijk.

Als een patroon naar het klooster komt en geld doneert om een banket te geven, moet je alle leidinggevenden en toezichthouders raadplegen; dit gebruik is vroeger in de kloosters ontstaan. Ook met betrekking tot de verdeling van de lovenswaardige donaties moet men

gezamenlijk overleggen. Creëer geen frictie in de hiërarchie door inbreuk te maken op andermans zeggenschap.

Als de lunch of het ontbijt zo op de juiste manier is bereid en op tafel is gezet, doet de kok zijn monnikskleed om en met zijn gezicht naar de Hal van de Gemeenschap spreidt hij zijn buig mat, offert wierook en maakt negen prostraties. Daarna stuurt hij het eten naar de Hal van de Gemeenschap.

Verspil gedurende de dag terwijl je het eten bereidt je tijd niet. Als je inspanning oprecht is, zullen je bewegingen en activiteiten als vanzelf de moederschoot van de wijze verzorgen. De manier om de gemeenschap op zijn gemak te stellen, is door zelf een stap terug te doen en te transformeren.

Het is al weer lang geleden dat het woord 'buddhadharma' in ons land Japan voor het eerst werd gehoord. Echter, onze voorouders hebben niets vastgelegd en de voormalige leraren hebben ook niets onderricht over de juiste gang van zaken aangaande de bereiding van de maaltijd voor de studenten. Over het ritueel van de negen prostraties voorafgaand aan de maaltijd hebben ze zelfs niet gedroomd. Er wordt in dit land wel eens gezegd, dat de manier waarop de studenten eten en de wijze waarop in de kloosters het eten wordt bereid, vergelijkbaar is met de manier waarop je je vogels en je huisdieren voert. Dit is echt pathetisch, ronduit bedroevend. Hoe heeft het ooit zo ver kunnen komen?

Toen deze bergmonnik (ik, Dōgen) in het Tiantong-klooster verbleef, had een zekere Yong uit die provincie de positie van kok. Op een dag was ik na de lunch via de oostelijke gang op weg naar de Chaoran-kamer (waar mijn leraar Myōzen werd verpleegd), toen ik voor de Boeddha-hal de kok paddenstoelen zag drogen. Hij had een bamboestaf in zijn hand, maar hij had geen hoed op zijn hoofd. De zon scheen fel, de vloertegels waren heet en het zweet liep van zijn rug, terwijl hij vlijtig de paddenstoelen droogde. Hij was flink aan het afzien. Met zijn gebogen rug en borstelige wenkbrauwen leek hij op een kraanvogel.

Ik ging naar hem toe en vroeg hem naar zijn Dharma-leeftijd (**noot 5**).

Hij zei: 'Achtzestig jaar'.

Ik vroeg: 'Waarom gebruik je geen assistenten of andere krachten?'

Hij antwoordde: 'Zij zijn mij niet.'

Ik vervolgde: 'Waarde man, u heeft inderdaad de juiste instelling, maar de zon is zo heet, waarom doet u dit nú?'

De kok antwoordde: 'Tot welk moment moet ik wachten?'

Ik vertrok, maar terwijl ik door de gang liep, realiseerde ik me pas wat een buitenkans deze positie is.

In de vijfde maand van het zestiende jaar van de Jiading-periode (1223) verbleef ik in Qingyuan aan boord van een schip. Ik was in gesprek met de Japanse kapitein toen er een oude monnik arriveerde. Hij was ongeveer een jaar of zestig. Hij ging direct aan boord en vroeg de Japanse passagiers of hij Japanse paddenstoelen kon kopen. Ik nodigde hem uit voor een kop thee en vroeg hem waar hij vandaan kwam. Hij was de kok van het klooster op de berg Ayuwang.

Hij zei: 'Ik kom uit Sichuan, maar verliet mijn geboortedorp veertig jaar geleden. Dit jaar word ik eenenzestig. In het verleden heb ik in nogal wat verschillende kloosters getraind. De afgelopen jaren verbleef ik enige tijd bij Guyun, ik kon me inschrijven bij het Yuwang-

klooster, maar ik voelde me daar niet op mijn plek. Echter, aan het einde van de zomerretraite vorig jaar, werd ik benoemd tot de kok van dat klooster. Morgen is de vijfde dag (banket) en het menu heeft nog geen enkele delicatessen. Ik moet noodlesoep maken, maar ik heb nog geen paddenstoelen. En dus ben ik speciaal hiernaartoe gekomen om wat shiitake te kopen die ik de studenten kan serveren.'

Ik vroeg hem: 'Hoe laat vertrok u daar?'

De kok antwoordde: 'Na de lunch.'

Ik vroeg hem: 'Hoe lang is het van Yuwang naar hier?'

'Vierendertig of vijfendertig li (zo'n 17 kilometer)', antwoordde hij.

Ik vroeg: 'Wanneer gaat u weer terug naar het klooster?'

Hij zei: 'Als ik nu paddenstoelen kan inkopen, dan vertrek ik meteen daarna.'

Ik vervolgde: 'Ik had helemaal niet verwacht u hier vandaag aan boord te ontmoeten, laat staan dit gesprek te hebben. De vorming van deze karmische band is buitengewoon fortuinlijk, niet waar? Ik, Dōgen zal u, de kokende zenmeester, graag op een maaltijd onthalen.'

De kok zei: 'Dat is onmogelijk. Als ik geen toezicht houd op de voorbereidingen voor het banket van morgen, zal het niet goed gaan.'

Ik vroeg: 'Zijn er geen collega's in het klooster die weten hoe je de maaltijd moet bereiden?'

Wat mist er nu eigenlijk als er maar een persoon, alleen de kok, afwezig is?'

De kok antwoordde: 'Ik aanvaardde deze positie op latere leeftijd. Ze is de uitoefening van deze oude man. Hoe zou ik dat aan anderen kunnen overlaten? Daar komt bij, dat ik niet heb gevraagd of ik een nacht kon wegblijven toen ik vertrok.'

Opnieuw vroeg ik de kok: 'U heeft al een eerbiedwaardige leeftijd, waarom zit u niet in meditatie of bestudeert u niet de woorden van de meesters als uitoefening van de weg? Het is nogal een gedoe om kok te zijn. Je bent alleen maar aan het werk. Waar is dat helemaal goed voor?'

De kok schaterde en zei: 'Beste man, vriendelijke vriend uit den vreemde, je begrijpt nog niet wat het betekent om de weg te volgen, en je weet ook niets van geschreven woorden.'

Toen ik hem zo hoorde, was ik verbijsterd en overrompeld door schaamte. Ik vroeg hem:

'Wat zijn geschreven woorden? Wat is het uitoefenen van de weg?'

De kok zei: 'Als je niet struikelt en de plek waar je naar vraagt passeert, hoe zou je dan niet een mens van de weg kunnen zijn?'

Op dat moment snapte ik er niets van.

De kok zei: 'Als je het nog steeds niet begrijpt, kom dan op een ander moment naar de berg Yuwang. Dan hebben we opnieuw de gelegenheid om van gedachten te wisselen over het principe van geschreven woorden.'

Dit gezegd hebbende, stond de kok op en sprak: 'Het is al laat en ik heb haast, dus ik ga weer terug nu.'

In de zevende maand van datzelfde jaar meldde ik me aan bij het Tiantong-klooster. Terwijl ik daar verbleef, bezocht deze kok me en zei: 'Aan het einde van de zomerretraite ging ik met pensioen als kok, en ik ben nu op de weg terug naar mijn geboortedorp. Ik hoorde toevallig een student zeggen dat u hier was. Ik moest toen vanzelfsprekend even langskomen om u gedag te zeggen.'

Ik sprong van vreugde een gat in de lucht en was zeer dankbaar. In het daaropvolgende gesprek dat ik met hem had, bracht ik naar voren wat we al eerder op het schip bespraken, de karmische conditie van geschreven woorden en de uitoefening van de weg.

De kok zei: 'De studie van geschreven woorden gaat om het begrijpen van het gebruik van de geschreven woorden. Volledige toewijding in de uitoefening van de weg vraagt om een bekrachtiging van het doel van uitoefening.'

Ik vroeg hem: 'Wat zijn geschreven woorden?'

De kok antwoordde: 'Een, twee, drie, vier, vijf.'

Ik vroeg hem ook: 'Wat betekent het uitoefenen van de weg?'

Hij zei: 'Het is in de hele, wijde wereld nergens verborgen.'

Hoewel er nog een hele reeks andere onderwerpen de revue passeerden, ga ik daar nu niet verder op in. Het weinige dat ik weet van geschreven woorden en begrijp van de uitoefening van de weg, is te danken aan de grote welwillendheid van deze kok. Ik deelde het voorgaande met mijn leraar Myōzen en hij was er zeer door verblijd. Later zag ik een gedicht dat Xuedou ooit schreef om zijn studenten te onderwijzen:

Een letter, zeven letters, drie letters, of vijf,

De tienduizend dingen verhelderend, vind je geen grond.

In het holst van de nacht, zakt de maan in de donkere zee;

Zoekend naar de parel van de zwarte draak, vind je er vele.

Wat de kok enige jaren daarvoor zei en wat Xuedou in dit gedicht uitdrukt, is duidelijk hetzelfde. Meer en meer begrijp ik dat de kok een waarachtig mens van de weg was. Zag ik in het verleden van geschreven woorden een, twee, drie, vier, vijf, tegenwoordig zie ik ook zes, zeven, acht, negen, tien.

Jullie studenten die na mij komen, reflecteer grondig over 'daar' in relatie tot 'hier', en reflecteer grondig over 'hier' in relatie tot 'daar'. Als je je zo inzet, zal je door geschreven woorden de zen van een enkele smaak vatten. Zonder die toewijding, zal je goedschiks of kwaadschiks onderworpen zijn aan het gif van de zen van vijf smaken. En waar het de bereiding van de maaltijden voor de studenten betreft, zal het je ontbreken aan de juiste vaardigheid.

Ik heb gehoord van vroegere koks, en heb met mijn eigen ogen en oren huidige koks ervaren. Er zijn met betrekking tot deze positie geschreven woorden en richtlijnen. Waarlijk, deze positie mag met recht het hart van de uitoefening van de weg worden genoemd! Zelfs als je het voorrecht hebt tot abt te zijn benoemd, dan dient je geestelijke instelling precies dezelfde zijn. In de Regels van Zuiverheid voor zen-kloosters staat: 'Het voedsel voor de twee dagelijkse maaltijden dient verfijnd en overvloedig te zijn. In de voorziening van het viervoudige aanbod voor de studenten mag er geen tekort of schaarste zijn. De Ene Verhevene schonk zijn volgelingen de zegeningen van twintig jaar. De verdienste van een enkele lichtstraal raakt nooit uitgeput als hij door zijn volgelingen wordt ontvangen en gebruikt. Daarom, wees niet bang voor schaarste als je de gemeenschap bedient.'

Als je je onbegrensde aanwezigheid herinnert, zijn ook de zegeningen vanzelfsprekend grenzeloos. Dit is de innerlijke houding van de abt in de verzorging van de gemeenschap. Voor wat betreft de juiste houding in de bereiding van de maaltijden en de omgang met ingrediënten het volgende. Ga niet in discussie over de verfijndheid van je materiaal, noch over de simpelheid ervan, maar beschouw de oprechte motivatie van ware en respectvolle aanwezigheid als essentieel. Heb je nooit gehoord hoe de oude vrouw een enkele kom wit zetmeelrijk water offerde aan Hem met de Tien Namen en daarmee zoveel verdienste verkreeg, dat ze moeiteloos door toekomstige wedergeboortes werd gedragen? En hoe kan

het dat koning Ashoka een halve wilde appel doneerde aan een klooster en zo de goede karmische zaden plantte van zijn grote successen? Hoewel ze een karmische band met de Boeddha creëren, zijn grote maar niet oprechte donaties niet hetzelfde als kleine en oprechte donaties. Dit is de uitoefening van de ware student.

De bereiding van voortreffelijke delicatessen is niet noodzakelijkerwijze superieur en de bereiding van een soep van de simpelste groente is niet noodzakelijkerwijs inferieur. Als je in waarachtige, oprechte en open aanwezigheid simpele groente selecteert en serveert, zijn ze identiek aan voortreffelijke delicatessen. Waarom is dat zo? Omdat als je de zuivere en grote oceanische weg van de Ontwaakte betreedt, voortreffelijke delicatessen niet worden waargenomen en de smaak van eenvoudige groente niet bestaat. Er is slechts de ene smaak van de grote zee, en dat is alles. Daarenboven, in de verzorging van de ontlukende zaadjes van de weg en het voeden van de heilige kiem, zijn voortreffelijke delicatessen en simpele groenten als een. Er is geen onderscheid.

Volgens een oud gezegde is de mond van de monnik als een oven. Je moet dit goed begrijpen. Je moet inzien dat zelfs de meeste platvloerse groente de heilige kiem kan voeden en de ontlukende zaadjes kan verzorgen. Beschouw die groente niet als simpel of saai, hekel haar niet. Een leraar van mensen en goden ziet simpele groente als iets dat mensen transformeert en bevrijdt.

Voorts moet je je niet bezighouden met de sterkte en zwakte van de gemeenschap, of de studenten als onervaren of ervaren beschouwen. Zelfs het zelf kent zijn eigen zwakke punten niet, hoe zouden anderen dan de zwakke punten van anderen kunnen kennen? Hoe zou het geen misvatting zijn om de eigen tekortkomingen voor die van anderen te houden?

Hoewel er verschillen zijn in het voorkomen van senioren en junioren, en sommigen wijsheid bezitten terwijl anderen dwaas of onnozel zijn, zijn ze als leden van de gemeenschap allemaal gelijk. Daarenboven, iets wat in het verleden niet waar was, kan dat nu wel zijn, dus wie kan de wijze van de gewone mens onderscheiden? In de Regels voor Zuiverheid van zen-kloosters staat: 'De gemeenschap komt vanuit de tien richtingen samen, zonder onderscheid tussen wijzen en gewone mensen'. Als je de intentie hebt niet alle kwesties meteen in goed en fout te verdelen, is dat de uitoefening die het volmaakte ontwaken onmiddellijk nadert.

Als je verward bent over de stap die je zojuist hebt gezet, struikel je en ga je voorbij aan dat wat je aanstaart. In een dergelijke toewijding vind je de botten en het merg van de meesters. Studenten van deze huidige generatie die de positie bekleden van kok, zullen in hun toewijding ook het eerst deze botten en dit merg verkrijgen. Hoe zouden de regels van de grote meester Baizhang voor niets zijn geweest (**noot 6**)?

Nadat ik in Japan terugkeerde, verbleef ik een aantal jaren in het Kennin-ji klooster. Dit klooster kende weliswaar formeel de positie van kok, maar alleen in naam. Er was niemand die de positie ook feitelijk bekleedde. Nog onbekend met het gegeven dat dit het werk van de Boeddha is, was hun uitoefening van de weg pathetisch! Het is echt betreurenswaardig dat zij, omdat ze nog nooit zo'n kok hadden ontmoet, hun dagen zo verspilden en de uitoefening zo roekeloos te gronde richtten.

Ik constateerde eens dat de student die de positie van kok in dat klooster had, echt helemaal niets deed in de verzorging van de twee dagelijkse maaltijden. Hij vertrouwde alle grote én

kleine zaken toe aan een hersenloze en gevoelloze bediende en gaf hem alleen globale instructies. Hij controleerde nooit of het werk correct was gedaan. Hij gedroeg zich als de vrouw van de burens, alsof iemand controleren hetzelfde is als iemand bekluren; dit is aanstootgevend en om je voor te schamen! Hij verborg zichzelf in zijn kantoor, soms liggend, dan kletsend en lachend; soms soetra's lezend, soms mantra's reciterend. Dagenlang, zelfs maandenlang, kwam hij niet in de buurt van de potten en de pannen. Laat staan dat hij de balans van keukenspullen opmaakte of aandacht besteedde aan het aantal bijgerechten of het kruiden daarvan. Hoe heeft hij dit werk ooit kunnen doen? Het is overbodig om te vermelden dat hij zelfs in zijn dromen de twee dagelijkse negen prostraties niet maakte.

Toen de tijd kwam om jonge assistenten te instrueren, wist hij niet wat hij moest doen. Hoe beklagenswaardig en triest is deze man die elk verlangen naar ontwaken ontbeert. Nooit kwam hij in contact met mensen die wel de merites van de uitoefening kenden. Hij ging een berg vol juwelen binnen, maar keerde met lege handen terug. Hoewel hij een oceaan vol sieraden betrad, kwam hij terug met alleen zijn naakte lichaam.

Als hij ook maar een waardig voorbeeld zou hebben ontmoet, zou hij in zijn uitoefening zijn verlangen naar ontwaken hebben aangewakkerd. Als zijn verlangen oprecht was geweest, zou hij in zijn uitoefening ook die weg zijn tegengekomen, zelfs als hij nooit een waardig mens als voorbeeld zou hebben ontmoet. In werkelijkheid ontbraken beide, waardoor het voor hem niet mogelijk was bij zijn uitoefening baat te hebben.

Ik observeerde in de kloosters en tempels van het grote land van Sung dat de studenten die de verschillende posities van bestuurder of afdelingshoofd hadden, de belichaming waren voor de drie manieren van het onderhouden van de weg van de Ontwaakte, al waren ze maar een jaar in functie. Tijdens de periode waarin ze deze posities vervulden, gebruikten ze deze drie vormen van uitoefening.

(1) Werk voor het welzijn van anderen, je hebt daar zelf ook ruim baat bij.

(2) Laat het klooster bloeien en vernieuw zijn hoge maatstaven.

(3) Sta schouder aan schouder met de geëerde voorgangers, treedt in hun voetsporen en heb de intentie hen voorbij te streven.

Van deze zaken moet je grondige kennis bezitten.

Er zijn dwazen die met zichzelf omgaan als met ieder ander, en er zijn wijzen die met anderen omgaan zoals ze met zichzelf omgaan.

Een oudere zei:

Tweederde van onze dagen is snel voorbijgegaan,

Geen enkel facet van de troon van aanwezigheid is gepoetst,

Hunkerend naar het leven, gaat dag na dag voorbij in pijn

Als je je niet omkeert nadat je bent geroepen, wat kan je dan nog tot hulp zijn?

Zonder wijze leraar ben je geneigd door je eigen emoties te worden meegesleept.

Hoe beklagenswaardig is de dwaze zoon die het door zijn invloedrijke vader nagelaten familiekapitaal achterliet en nutteloos, ten overstaan van derden, afval en drek recyclede. Zijn we tegenwoordig niet geneigd om precies hetzelfde te doen?

Ik zag hoe de karaktereigenschappen van vroegere geslaagde koks op natuurlijke wijze aansloten bij hun officiële rol. De grote Guishan ontwaakte toen hij kok was. Dongshan's uitspraak over 'Drie pond vlas' stamt ook uit de tijd dat hij kok was.

Als je toch aan waarde hecht een zaak, hecht dan waarde aan ontwaken. Als er toch een moment is waaraan je waarde hecht, hecht dan waarde aan het moment van ontwaken!

Uit het verhaal over 'het grijpen van zand en het maken van een juweel' blijkt waarin het aanwakkeren van de toewijding aan die zaak en de verslaving aan de uitoefening kan resulteren. We kunnen met regelmaat ervaren wat het effect is van de prostraties voor een Boeddhabeeld. Met de positie van de kok is het (karmisch resultaat) net zo, en zelfs nog beter. Er is niets veranderd ten opzichte van het verleden. Als de kok iemand is die het wezen en de uitoefening van ontwaken kan overdragen, verschijnen de schoonheid en vervulling ervan toch als vanzelf?

In de uitvoering van rituelen en hun werk moeten de verschillende toezichthouders en afdelingshoofden, waaronder ook de kok, een vreugdevolle, ouderlijke en grenzeloze aanwezigheid in stand houden.

De zogenaamde vreugdevolle aanwezigheid is de staat van zijn waarin je opgetogen bent. Je moet in gedachte houden dat als je in de hemel bent geboren, je gehechtheid aan genot grenzeloos is. Je kunt het verlangen naar ontwaken dan niet verder aanwakkeren. Uitoefening van de weg is dan niet realistisch. En maaltijden bereiden en offeren aan de drie juwelen al helemaal niet!

Van de tienduizenden dingen zijn de Drie Juwelen het meest kostbaar en geëerd. De Drie Juwelen zijn het meest verheven. Indra valt daarbij in het niet. Een koning die het wiel in werking zet, kan ze niet evenaren. In de Regels van Zuiverheid staat: 'Geëerd door de wereld, is het een onovertroffen ruimte voorbij die wereld. Zuiver en onthecht, is de gemeenschap het beste.' We hebben nu het geluk als mens geboren te zijn en bereiden de maaltijden die door deze Drie Juwelen worden ontvangen en genuttigd. Is dit niet van grote karmische betekenis? We zullen ons zeer opgetogen voelen.

Nogmaals, realiseer je dat als je bent geboren in het rijk van de hel, of dat van de hongerige geesten, de dieren, de anti-goden en dergelijke, of dat je bent geboren met de acht moeilijkheden en je simpelweg niet in staat bent om maaltijden te bereiden en te offeren aan de Drie Juwelen, zelfs niet als je jezelf omgeeft met de kracht van de gemeenschap. Steunend op die pijnlijke manifestatie, lijd je en ben je gebonden aan lichaam en geest. Welnu, in dit leven heb je al gekookt. Zulk een fortuinlijke geboorte! Zulk een fortuinlijk lichaam! Het is het goede karmische resultaat van onmetelijke en onbegrensde eonen. Het is een verdienste die niet vergaat.

Als je voedsel bereidt en kookt, moet je dat doen met de intentie tienduizenden reïncarnaties te concentreren in deze ene enkele dag, alsof dit ene moment de enige mogelijkheid is het goede karma van de lichamen van miljoenen wedergeboorten samen te bundelen. Als je zo op de dingen reflecteert en ze zo opvat, is je aanwezigheid een vreugdevolle aanwezigheid. Echt waar! Als je de maaltijden niet bereid als een gift aan de Drie Juwelen is je inspanning uiteindelijk vruchteloos, zelfs als je een koning bent die het wiel in werking zet. Dit heeft dan slechts het karakter van water, schuim, bubbels of vlammen.

De zogenaamde ouderlijke aanwezigheid is de staat van zijn van ouders. Bijvoorbeeld, deze is zoals die van een vader of een moeder die verzot is op het kind; jouw gedachten aan de Drie Juwelen zijn als hun focus op dat ene kind. Ze houden intens van dat ene enkele kind en

verzorgen het, ook als ze arm zijn, of als ze zich in een uitzichtloze positie bevinden. Buitenstaanders kunnen hun gesteldheid van geest niet begrijpen. Ze snappen haar pas als ze zelf vader of moeder worden. Zonder bevangen te zijn door hun eigen armoede of welvaart, richten ouders hun gedachten oprecht op de opvoeding van het kind. Zonder in beslag te worden genomen door de vraag of ze het zelf warm of koud hebben, leggen ze het kind in de schaduw of ze bedekken het. We kunnen dit duiden als het meest intense, liefhebbende denken. Iemand die deze staat van zijn laat opwellen, is zich daar volledig van bewust. Iemand die deze staat van zijn cultiveert, is iemand die er waarachtig tot ontwaakt. Daarom moet de kok zich om het water en het graan bekommeren met de zorg en de liefde waarmee je een kind grootbrengt.

Daarenboven, de grote leraar Shakyamuni gaf ons twintig jaar van zijn leven als Ontwaakte om ons te helpen in deze tijd van de verdwijnende Dharma. Wat was zijn intentie? Hij deed het simpelweg omdat hij de staat van zijn van ouders zo waardeerde. Tenslotte kan een Aldus-gekomenegewoonweg geen enkele vrucht of geen enkel gewin najagen.

De zogenaamde grenzeloze aanwezigheid is in zijn essentie als een onmetelijke berg of zee, ze is niet verdeeld en niet bevooroordeeld. Als ze een ons draagt, beschouwt ze dat niet als licht en als ze een rots tilt, voelt dat niet als zwaar. Door de stemmen van de lente verleid, dwaalt ze niet af naar het moeras van de lente. Hoewel ze de kleuren van de herfst ziet, heeft ze niet een herfstgevoel. Ze contrasteert de vier seizoenen tegen de achtergrond van één enkel vergezicht. Zij ziet lichtgewichten en zwaargewichten binnen de context van één enkel meetsysteem.

Als teken voor deze gelijkheid, kunnen we het karakter 'groot' gebruiken. Het karakter 'groot' moet je leren kennen. Het karakter 'groot' moet je bestuderen. Als de kok Jiashan het karakter 'groot' niet had onderzocht, zou hij niet spontaan zijn enkele lach hebben gelachen en Taiyuan hebben gered. Als zenmeester Guishan het karakter 'groot' niet zou hebben geschreven, had hij nooit het stuk brandhout kunnen oppakken en er driemaal op kunnen blazen. Als de eerwaarde meester Dongshan het karakter 'groot' niet had gekend, zou hij nooit in staat zijn geweest de student te onderrichten door 'drie pond vlas' op te houden.

Alle grote leraren van weleer bestudeerden 'groot' in relatie tot de verschillende verschijnselen van deze wereld. Ook nu zijn er mensen die vrijelijk een groot geluid maken, de grote betekenis verkondigen, de grote zaak voleindigen, zich met grote mensen verbinden, en de karmische condities van deze ene grote zaak vervullen. Hoe hebben abten, toezichthouders, afdelingshoofden en studenten deze drie vormen van aanwezigheid kunnen vergeten?!

*Vastgelegd in de lente van het derde jaar van de Katei-periode (1237)
Als richtlijnen voor toekomstige getalenteerde beoefenaren van de weg
Vastgelegd door de dharma overdragende monnik Dôgen,
Abt van het Kannon Dôri Kôshô Hôrin zen-klooster*

Bovenstaande vertaling is in 2014 gemaakt door Gertjan Mulder en Maurice Knegt en ze is tot stand gekomen op basis van eerdere vertalingen in het Engels.

Er is gestreefd naar een kwetsbare balans tussen de authentieke tekst en toon enerzijds en de leesbaarheid voor de moderne, Nederlandse mens anderzijds. Klassieke Chinees-Japanse formuleringen en zinsopbouw zijn om redenen van leesbaarheid omgezet naar meer gangbare zinsconstructies. Waar die fragmenten bepalend zijn voor de tekst is veelal een verhelderende voetnoot ingevoegd.

Als basistekst is gebruik gemaakt van de vertaling zoals aangeboden door het Soto Zen Tekst Project (SZTP), een initiatief van de Sotoshu Shumicho International Division, het officiële orgaan van de door Dōgen Zenji gestichte Soto zen school. Deze vertaling door T. Griffith Foulk is te vinden op:

http://scbs.stanford.edu/sztp3/translations/eihei_shingi/translations/tenzo_kyokun/tenzo_kyokun.html.

Als controletekst is daarnaast gebruikt gemaakt van de navolgende publicaties, waarbij met name de eerstgenoemde in een aantal gevallen een bruikbaar alternatief was. Vooral daar waar de vertaling van het SZTP gewoonweg niet logisch of consistent leek.

de vertaling van Daniel Taigen Leighton en Shohaku Okumura in Dogen's Pure Standards for the Zen Community : A Translation of the Eihei Shingi SUNY Series in Buddhist Studies (ebook isbn13: 9780585046235);

de vertaling van Thomas Wright in How to cook your life. From the Zen kitchen to enlightenment van Dōgen Zenji in de vertaling en commentaar van Kōshō Uchiyama Rōshi;

de vertaling van Anzan Hoshin rōshi en Yasuda Joshu Dainen rōshi zoals te vinden op <http://wwzc.org/dharma-text/tenzo-kyokun-instructions-tenzo>.

Nederlandse vertalingen zijn er bij ons weten alleen van de Triratna organisatie (te vinden op <http://www.de3juwelen.org/instructiesvoordezenkok.html>) en door ons niet gevonden, maar in 1985 door Theresiahoeve uitgegeven vertaling door Judith Bossert (ISBN: 9789071013027).

Noten

noot 1. De Chanyuan Qinggui van Changlu Zongze uit 1103 geldt als DE standaard tekst betreffende rituelen, organisatie, architectuur in en van Zen kloosters in Sung China en in Japan. In deze tekst komen we ook de driemaal door Dogen vertaalde Tsochan-yi ofwel de Zazengi (Japans) tegen, de legendarische tekst met de 'Instructies voor het zitten in zen'.

noot 2. 'Verlangen naar ontwaken' is onze vertaling van het Indiaas boeddhistische kernbegrip *bodhicitta*, letterlijk 'geest van ontwaken'. Als begrip is bodhicitta wellicht nog belangrijker dan begrippen als sambodhi (ontwaken) en nirvana (onverstoorbare vrijheid van geest) en in deze tekst van Dogen is het een dragend begrip.

noot 3. Dogen heeft het nooit over beoefening, maar altijd over beoefening-realisatie. Dit vertalen wij met 'uitoefening', in de zin van uitoefening van je praktijk, zoals een arts of een advocaat zijn praktijk uitoefent.

noot 4. Wat Dogen hier schrijft, gaat over *upekkha*, ‘gelijkmoedigheid van geest’, een binnen de boeddhistische tradities zeer begerenswaardige geestelijke toestand. Upekkha betekent overigens letterlijk: ‘kijken naar’ en betreft eerder een volstrekt ontvankelijke dan een stoïcijnse toestand van geest.

noot 5. De Dharma-leeftijd telt het aantal jaren vanaf het moment dat iemand formeel tot boeddhist is gewijd (‘toevlucht heeft genomen’).

noot 6. De Chinese meester Baizhang (720 – 814) heeft als eerste de klooster regels voor de zen gemeenschap vastgesteld, de *Baizhang qinggui*, ‘De regels van zuiverheid van Baizhang’. Beroemd was zijn motto ‘Een dag zonder werk, is een dag zonder eten.’ Fysieke arbeid neemt dan ook een centrale plaats in in het zen klooster bestaan, tot op de dag van vandaag.