

juni 2026

# ACHTVOUDIGE PAD

Oefenen in heel je leven

In je zenbeoefening zijn de meditatie en het zelfonderzoek een fundamenteel onderdeel. Maar ook alle andere facetten van je leven – in feite ieder moment – vormen ieder voor zich en samen de essentie van zen. Wat doet onze manier van communiceren in de wereld? En – bijvoorbeeld – de manier waarop we in ons levensonderhoud voorzien?

## De oude vrouw van de berg Wutai (China, 9de eeuw)

Aan de weg die naar de berg Wutai voerde woonde een oude vrouw. Een monnik op pelgrimsreis vroeg haar: 'Wat is de weg naar de Wutai?' De oude vrouw zei: 'Gewoon altijd rechtdoor.'

De monnik deed een paar stappen en zij zei: 'U bent een goede monnik, maar nu loopt u al verkeerd zoals alle anderen.' Er kwamen vele monniken, ze stelden dezelfde vraag en kregen hetzelfde antwoord.

Later vertelde een monnik aan Zhaozhou wat er gebeurd was, en Zhaozhou zei: 'Ik zal er eens heen gaan en deze oude vrouw zelf eens nader bekijken.' De volgende dag zocht Zhaozhou de oude vrouw op en vroeg: 'Wat is de weg naar de berg Wutai?'

'Gewoon altijd rechtdoor', antwoordde ze.

Zhao-zhou deed een paar stappen.

De oude vrouw zei: 'U bent een goede monnik, maar nu loopt u al verkeerd zoals alle anderen.'

Zhaozhou keerde naar het klooster terug en zei tegen de monniken: 'Ik heb voor jullie de oude vrouw van de berg Wutai zelf eens nader bekeken.'

### **Bronnen:**

Florence Caplow & Susan Moon (2013) Het verborgen licht, blz. 16.  
Koan uit de Jingde chuandeng lu (Optekeningen van de overdracht van de lichten uit de omgeving Jingde), het Ware dharma-oog (koans van Dogen), de Summon Kattoshu (Verstrengelde wijnstokken), de Wumen Guan (Mumonkan in het Japans, Poortloze Poort, geval 32) en de Congrong lu (Shoyoroku in het Japans, Boek van de gelijkmoedigheid, geval 10). Vertaald door Loori en Tanahashi in The Rue Dharma Eye, blz. 181 e.v.; Ogata in Transmission of the Lamp, blz. 351; Heine in Opening a Mountain, blz. 91; Aitken in The Gateless Barrier, blz. 195; Cleary in The Book of Serenity, blz. 42; en in vele andere bronnen.

## **Linji ontmoet de oude vrouw die een os voortdrijft (China, 9de eeuw)**

Meester Linji Yixuan bracht een bezoek aan meester Bingdian An. Op weg daarheen kwam hij een oude vrouw tegen die een os naar het veld dreef. Linji vroeg haar: 'Welke weg gaat naar Bingdian?'

De vrouw sloeg de os met haar stok en zei: 'Dit dier. Het loopt overal heen zonder de weg ook maar te zien.'

Hij herhaalde: 'Ik heb je iets gevraagd. Welke weg gaat naar Bingdian?'

De vrouw zei: 'Dit beest! Het is vijf jaar oud en is nog steeds voor niets te gebruiken.'

Linji zei bij zichzelf: 'Wanneer je van iemand die je tegenkomt iets wilt weten, kijk dan eerst naar wat hij aan het doen is.' En hij had het gevoel dat zijn struikelblok uit de weg was geruimd.

Toen hij bij meester An aankwam vroeg deze hem: 'Ben je mijn schoonzuster niet tegengekomen?'

Linji zei: 'Ja, ik werd al flink door haar onder handen genomen'.

### **Bronnen:**

Florence Caplow & Susan Moon (2013) Het verborgen licht, blz. 73.  
Bron onbekend, waarschijnlijk uit Linji-lu (Optekeningen van Linji).  
Vertaald door Cleary in Kahawai Journal, 1984.