

Mijn eerste pijl

Binnen de kortste keren zijn er alleen nog een boog, een pees, vier pijlen en de sensatie van iets nieuws leren

“Kijk”, zegt Jac. “Zie je dat je pijlen nu veel dieper in het bord zitten dan in het begin?” Ik zie het, het scheelt zomaar een centimeter of vijf. “En moest je er nu meer kracht voor gebruiken?” Nee, dat hoefde niet, het ging juist makkelijker. Als we met de pijlen teruglopen lijkt Jac even te aarzelen en zegt: “Niet meteen naar het coachen vertalen wat ik nu zeg, hoor.”

Jac Rongen leert mij boogschieten. Met een ‘recurve bow’, een boog die naar de uiteindes toe naar buiten krult. Tegelijk is het boogschieten met Jac ook een coachingsessie. Want dat is wat Jac doet, naast andere trainingen: coachen met boogschieten. Soms ook boogschieten in combinatie met lessen filosofie – we zijn niet voor niets in de bossen bij de Internationale School voor Wijsbegeerte in Leusden. Boogschieten is simpel, schrijft Jac op zijn site. ‘Je legt een pijl op de boog, je ademt in en de pijl vertrekt op je uitademing’. Alles wat er tijdens die handeling gebeurt, de manier waarop je staat, ademt en je kracht gebruikt geeft inzicht in ‘patronen waar je vaker tegenaan loopt’.

Maar als we eenmaal bezig zijn, op een vrijdagochtend dat de regen met bakken uit de hemel valt, verdwijnt de ‘coaching’ al snel naar de achtergrond. Binnen de kortste keren zijn er alleen nog een boog, een pees, vier pijlen en de sensatie van iets nieuws leren. Jac doet het voor, laat de boog voor zich hangen, sluit de ogen, ademt in, richt de boog op, ademt uit en laat de pijl gaan. Dan mag ik. Mijn eerste pijl. Op de boog leggen, die laten hangen,

rechterhand op de pees, linker op de boog, inademen, optillen, aanspannen, en pats, de pijl zit gewoon in het bord. Heel simpel. Dat was de eerste en meteen ook de laatste onbekommerde keer. Nu komen er aanwijzingen van Jac, van knieën niet op slot, langzamer, de rechterarm hoger, de handen minder gespannen, niet opzij leunen, niet proberen te richten, en vooral dat mystieke verdwijnpunt, de overgang van in- naar uitademen. De ochtend vliegt voorbij. Mijn leercurve gaat eerst fiks omhoog, om vervolgens een verwarrende duikvlucht naar beneden te maken.

Thuis zoek ik het boekje op waar Jac het over had; ‘Zen in de kunst van het boogschieten’ van Eugen Herrigel, een Duitse filosoof die na de Eerste Wereldoorlog naar Japan reisde om Kant te onderrichten. Dolgraag wilde hij zich het zenboeddhisme eigen maken. Maar hij werd steeds afgewezen: een westerse intellectueel zou een leer zonder dogma en doel nooit kunnen begrijpen. Uiteindelijk werd hem toegestaan via het boogschieten te leren wat zen betekent. Volgden vijf (!) intensieve jaren waarin Herrigel wanhopig met zijn Japanse meester in de clinch lag, die hem vijf jaar lang in steeds andere, soms raadselachtige woorden hetzelfde verweet: zijn ijver.

Zie je wel, denk ik: boogschieten is helemaal niet simpel. Het is gewoon moeilijk.



Zen en boogschieten

‘Zen in de kunst van het boogschieten’ van Eugen Herrigel (1884-1955) is alleen nog antiquarisch te verkrijgen. Het leest door alle nano-gedetailleerde bespiegelingen bijna als een tragi-komedie. “Ik kwam tot de conclusie dat de fout niet lag op de door de Meester vermoede plaats en wel aan het gebrek aan onopzettelijkheid en ik-loosheid, maar dat het alleen kwam omdat de vingers van mijn rechterhand de duim te vast omsloten hielden.” Jac Rongen is te vinden op <https://rongen.com>

Andrea Bosman schrijft elke week over ons vermaak, in de breedste zin van het woord. Reacties naar andreabosman@trouw.nl