

40 zomerse gedachten

Inleiding

Mijn ziel is niet puur noch slecht. Het is verwarrend voor vele mensen. Bij momenten ziet men iemand in mij die goed is. Soms iemand die net niet deugt. Het zijn indrukken die ik opwek. Het is verwarrend voor mezelf. Niet alleen anderen moeten het bij momenten dragen. Ik ook.

Maar ik kan niet zomaar puurder worden. Er is een gebrek om des te spontaner des te puurder te worden. Ongerepter, deugdzamer. Ik zit in een niemandsland. En toch, ik heb mezelf steeds beter leren kennen doorheen de laatste jaren. Anderen zien dat daarom nog niet. Maar ik weet het.

Die laatste zomer, of daaromtrent, hebben 40 gedachten laten ontstaan. Deze 40 gedachten zetten mij gaandeweg op een pad dat eindelijk mijn leven een nieuwe adem geven.

Haast als het lot ben ik 39 jaar. En de 40^e gedachte voltooide het proces.

1. Het conflict tussen subjectiviteit en objectiviteit

De sleutel tot het bewust zijn, is het vertoeven in objectiviteit. Maar de mens wil het echter vaak anders zien dan hoe het werkelijk is.

Mensen kunnen bv. naar iets verlangen dat meer lijkt te zijn. Een mooie vrouw kan bv. fenomenaal lijken te zijn in de ogen van een man (of vrouw). En die schoonheid kan ongetwijfeld fenomenaal zijn t.o.v. iemand die niet die bepaalde uiterlijke aantrekkingskracht heeft. Maar evenzeer kan men zich dan laten misleiden door te denken dat zij werkelijk zo fenomenaal is als dat zij eruit ziet. Men zou haast ontgoocheld kunnen zijn wanneer zij dan ook 'maar' een mens lijkt te zijn met haar tekortkomingen.

Maar is er dan niets dat werkelijk meer is? Wat met de grootse prestaties waartoe de mens in staat is? Die zijn er natuurlijk. Maar stel dat bv. een jonge wiskundige eindelijk een doorbraak heeft gemaakt. Zijn (of haar) naam is ineens gevestigd. Dat kan iets doen met hem. Het zelfvertrouwen krijgt een ware boost. De kans bestaat dat het een beetje naar het hoofd stijgt. Ineens zou hij zich des te specialer kunnen voelen. Misschien, mogelijk onvoorzien, zou hij zich zelfs superieur kunnen voelen t.o.v. hen die nooit tot zo'n prestatie in staat zouden zijn. En de hele passie voor de wiskunde zelf, zou ineens een deuk kunnen krijgen. Aldus, dat wat men als meer kan aanzien, kan zich evenzeer leiden naar een attitude die helemaal niet zo groots lijkt te zijn. Maar daarom heeft die persoon dat nog niet al te zeer door. Wat natuurlijk niemand

hoeft te remmen om iets proberen te presteren dat iets waard is. Maar evenzeer zou men hierbij kunnen vergeten dat de mens faalbaar is.

Het komt er op neer dat hoe men het wil zien vanuit de wil, vanuit de 'ik' of ego, niet altijd overeenkomt met de realiteit. Evenzeer creëert men dan, wat men een 'alternatieve realiteit' zou kunnen noemen. Dit is ook vaak zo wanneer mensen een oordeel vellen. Dit is zeker merkbaar wanneer het gaat over omstreden kwesties. Tal van mensen kunnen tot totaal verschillende conclusies komen. Vaak omdat zij niet alle nodige informatie hebben en ook niet lijken te behoeven. Vele mensen hebben een overtuiging en op basis daarvan kunnen zij dan hun oordeel vellen en willen vellen. Maar dat wilt natuurlijk nog niet zeggen dat hun overtuiging overeenstemt met de realiteit.

Is de waarheid dan eigenlijk iets dat heerst binnen een samenleving? Komen mensen tot de waarheid? Zij komen vast geregeld dichterbij de waarheid. Maar daarom komen zij nog niet tot de waarheid zelf. Stel bv. dat iemand valselijk beschuldigd wordt van iets. Er zullen dan al heel wat mensen zijn die overtuigd zijn dat hij/zij het ook heeft gedaan, louter op basis van hun overtuiging en van wat zij hebben gehoord. Maar stel dat er ook mensen zijn die het proberen uit te klaren en zo eerlijk mogelijk te vertellen wat er werkelijk gebeurd is. Wel, uiteraard kan dat helpen maar daarom gaat de waarheid nog niet heersen. Sommigen zullen hun foute overtuiging niet laten vallen. Anderen zullen de twijfel verkiezen boven de waarheid omdat ze niet kunnen achterhalen dat de waarheid ook de waarheid is.

En wat dan met onze waarden? Wij kunnen geloven in onze waarden en wij kunnen die waarden willen. Maar zijn zij de

realiteit? Stel bv. dat de persoon die valselijk beschuldigd wordt, wordt getolereerd door iemand ondanks de fout die hij/zij zou gemaakt hebben. Wel, die tolerantie kan voortkomen vanuit goede bedoelingen. Maar iemand die valselijk beschuldigd wordt, heeft daarom nog geen baat bij de herkenning dat hij/zij zulke tolerantie mag verdienen ondanks de fout die hij/zij niet heeft gemaakt. Anders gezegd, de waarden die mensen hebben, gelden vaak niet als de ware waarden, wanneer zij zich niet baseren op de waarheid.

De christelijke waarden (zoals ik ze opvat) kunnen zulke kwesties vast overstijgen. Iemand die vergiffenis krijgt vanuit de gedachte dat iemand zich hiermee beter zou kunnen herpakken, dat lijkt te helpen voor eenieder die zich zou willen herpakken. En ook wanneer de persoon de eigenlijke fout niet had gemaakt, zou die aanvaarding kunnen helpen. Maar het is vast evenzeer zo dat zulke waarden slechts bij een minderheid van mensen gelden. Het lijkt er mij ook niet op dat zulke christelijke waarden een grote opmars zullen maken. En dat is natuurlijk evenzeer van belang voor iemand die wel een fout heeft gemaakt. Mensen zullen oordelen. En dat kan gepaard gaan met uitsluiting. Ook dan lijkt het pijnlijk te kunnen zijn om te geloven dat men de vergeving verdient... omdat ze niet werkelijk objectief aanwezig is.

Ook zij die geen grote fouten hebben gemaakt en zeer van goede wil zijn, kunnen geconfronteerd worden met het contrast tussen hun waarden en hoe zij het willen zien... en wat er werkelijk plaatsgrijpt. Het kan voor hen mooi lijken wanneer de liefde zou overheersen tussen mensen. En hun liefdevol gedrag kan een poging zijn om dichterbij zo'n wereld te komen. En daar kan natuurlijk schoonheid en grootsheid in herkend worden. Maar evenzeer kan er vaak

naïviteit in herkend worden. Want liefde is misschien vaak niet wat zal overheersen tussen mensen. En diegene die de liefde proberen te behouden, zouden het dan lijdzaam kunnen ondergaan wanneer zij geen gehoor krijgen voor hun liefdevolle boodschap. Toch is liefde is vast iets dat meer kan lijken en vast ook meer kan zijn. Dus dit is niet bedoeld als een kritiek op wat zij willen bereiken, maar het zou beter kunnen gaan voor hen wanneer zij objectiever zijn in wat er werkelijk kan en zal bereikt worden.

Is de wereld eerlijk? Dat is ook iets dat mensen willen. En het kan er dan voor hen op neer komen dat sommigen hun verdiende loon zouden moeten krijgen. En dat zij die pech hebben en de underdog zijn, meer glorie verdienen. Maar dat lijkt vaak niet werkelijk plaats te grijpen. Iemand kan onheil willen veroorzaken en ermee weggomen en er zich goed bij voelen. En wraak nemen om een soort van balans te herstellen, is daarom nog geen goede optie. Of iemand anders kan gebukt gaan onder een ziekte terwijl men het zelf veel beter heeft.

Het is niet eerlijk. Maar het lijkt beter te worden wanneer men objectiever in het leven staat. Er lijkt op zich niets mis te zijn met “de wil” of “de 'ik' of ego”. Maar er lijkt wel vanalles mis te zijn met het maken van een alternatieve realiteit die eigenlijk niet zo reëel is of zal zijn. Onze eigen subjectieve invulling van de realiteit, kan ons leven kleur geven. Maar het wordt problematisch wanneer we niet doorhebben dat die subjectieve invulling een strijd aangaat met de objectiviteit.

Mensen hebben het probleem dat ze met zoveel onwetendheid in het leven komen. Slechts geleidelijk aan lijken ze de kans te hebben om tot een objectievere kijk te komen. Maar zelfs dan is er tal van onzekerheid die open blijft. Hoe wilt men leven? Hoe kan men leven? Welke opties zijn haalbaar? Kan men

anders worden? Wilt men anders worden? En hoe het te bepalen? Dat zijn de kwesties die zich kunnen stellen.

2. De bevrijding van de ervaring

Ik heb ooit vernomen van ene U.G. Krishnamurti dat de enige echte verandering, een fysische (of lichamelijke) verandering is. En specifiek, een lichamelijke verandering die plaatsgrijpt doordat er iets in de hersens verandert. Iets dat maakt dat de hersens anders gaan functioneren dan voorheen. Ik heb het hier dan niet echt over iets dat men kiest maar over iets dat gebeurt. Men wordt anders... en vaak gebeurt dat nogal onvoorzien. Soms ervaart men dat als negatief en soms als positief. Bij een trauma is het negatieve ervaring en een krachtige ervaring. Maar ook bij liefde en seksualiteit kan men evolueren en dus anders worden. Zo ook voor herhaaldelijk leed.

Mensen kunnen worstelen met die wording. Iemand kan bv. nog zo gelukkig wensen te zijn dan voorheen en merken dat het herhaaldelijk faalt, wat dan pijn met zich kan meebrengen. Vanuit de wil kan men zo gelukkig willen zijn en dan kan men tal van gedachten onderhouden om het mogelijk te maken. Terwijl die gedachten vaak misschien een stukje helpen maar evenzeer onvoldoende lijken te zijn. Dit lijkt dan weer te geven hoe die lichamelijke verandering niet zomaar weg te schrijven is. Men is anders geworden maar omwille van negatieve ervaringen kan men niet zomaar teruggaan.

Soms kan men het proberen vanuit de wil. Men kan het proberen te trotseren. Het is vast niet onmogelijk om daar in zekere mate in te slagen. Maar dit hangt zelf af van de

eigenlijke toestand in die hersens omwille van de opgedane ervaringen. Iemand die vaak heeft gefaald en hierbij veel leed heeft ondergaan, zal zeer sterk kunnen neigen tot het mijden van verder leed. Het is alsof men dat heeft aangeleerd. Alsof er een onderbewustzijn is dat zegt: “Niet doen”. En zelfs wanneer men dat negeert en ontkent om proberen te herleven, dan zou men evenzeer kunnen neigen te merken dat het opnieuw faalt omdat men de energie niet lijkt te hebben. Het lijkt in grote mate bepaald te zijn voor zich. Iemand die depressief is of zelfmoordgedachten heeft en zich weer wenst te herpakken, kan vast gelukkige momenten hebben. Maar die persoon zou evenzeer kunnen merken dat men ook niet de energie heeft om die levenslust in zulke mate te behouden.

Toch lijkt het feit dat zulke ingrijpende lichamelijke veranderingen plaatsgrijpen omwille van opgedane ervaringen, net de sleutel te zijn tot het herstellen of herleven. Omdat men nog steeds in staat is om ervaringen op te doen. En ik denk dan vooral aan nieuwe ervaringen of ervaringen die men reeds vergeten was. Men kan nog steeds veranderen en dat kan als positief ervaren worden. En men kan dat proces zelf proberen te bemoedigen door anders in het leven te staan. Maar het lijkt dan van groot belang te zijn dat men luistert naar zichzelf en de eigen zwaktes opdat men zou slagen om het te kunnen. Net zoals het van groot belang lijkt te zijn dat men beseft dat men via die nieuwe ervaringen wel opnieuw de hersens kan beïnvloeden om een 'lichamelijke verandering' te doorgaan. Maar dat dit proces in grote mate niet onder de eigen controle is. Men heeft het tempo waarop zoiets zou plaatsgrijpen, niet onder de eigen controle. Het gaat om een beleving waar men zelf niet los van staat, men is erin betrokken. En dat is vast essentieel.

3. De betekenis bij zichzelf leggen

In een samenleving zijn er onder mensen vast twee krachten bezig die het tegenovergestelde proberen te bereiken. De ene kracht is om mensen te verenigen door liefdevol te zijn. De andere kracht, gebeurt onder het motto van “verdeel en heers”, waarbij men mensen tracht te verdelen.

Vele mensen lijken beide krachten soms te handhaven. Iemand die roddelt, kan bv. Zowel het goede vertellen als het minder goede vertellen over andere mensen. Soms zal men dingen vertellen die waar zijn, soms dingen die niet waar zijn. Zo kan men iemand onbedoeld een slechte naam geven door dingen te vertellen over iemand die niet mooi zijn en niet waar zijn. Zo wordt het duidelijk dat men niet zomaar mensen kan onderverdelen in diegenen die wensen onvrede te stoken, daar waar het hen uitkomt, en diegenen die dat trachten te voorkomen. Ook mensen met goede bedoelingen kunnen deelnemen aan het veroorzaken van verdeeldheid onder mensen.

Hun moralen zijn hierbij geregeld niet wat ze denken dat ze zijn. De moralen op zich zijn daarom niet altijd zo slecht. Maar zelfs dan dienen ze zich te baseren op feiten. Een groot probleem, is dat mensen hierbij veel te snel zijn met het geloven in dingen die niet waar zijn. En het is moeilijk om een goed oordeel te vellen wanneer men zich niet baseert op feiten. Daarmee dat hun werkelijke moralen geregeld minder goed zijn als de moralen die ze naar buiten brengen.

En dat is iets hardnekkig. Jezus zou 2.000 jaar geleden gezegd hebben, “Zij die zonder zonden zijn, werp de eerste steen.” Maar dat is wat men nog steeds doet, wij werpen met stenen. Sommige mensen doen dat met opzet. Anderen, per ongeluk. Wij lijken hierin nogal vrij onverbeterlijk te zijn. Wat ook een andere christelijke uitspraak onder vuur brengt: “Zie uw buur graag, zoals uzelf”. Op zich, vast niet het slechtste principe, maar misschien geregeld moeilijk haalbaar. Zeker wanneer men niet kan vertrekken vanuit een goede reputatie. Het kan moeilijk zijn om iemand lief te hebben wanneer die achter diens rug dingen over zich zit te vertellen die misschien nog eens niet waar zijn. Al zou het evenzeer helpen om in te zien dat het misschien iemand is die niet beter weet en zelfs een goed hart heeft. Echter, nog minder relevant wordt het om een zekere liefde op te brengen voor die mensen die met opzet kwade dingen over zich verspreiden omdat ze iets tegen zich hebben.

En mensen komen tot die ervaring doordat ze goed probeerden te zijn en misschien soms iets te veel moeite leken te doen en hierbij zichzelf kwetsten. Zo neigen mensen vaak tot een liefde die relatief is tot de persoon in kwestie. Hoeveel liefde ze horen op te brengen, voor iemand, hangt af van hoe die persoon naar zich staat of naar anderen staat.

Het goed proberen te zijn, is hierbij iets dat mensen zowel betekenis kan geven, als dat het hen de moed kan laten verliezen. Maar wat als men inderdaad de moed verliest? Waar kan men dan betekenis vinden? Vast bij hen die zich wel vertrouwen. Maar evenzeer bij zichzelf. Kan men zichzelf vertrouwen? Is men iemand die men wel echt wilt zijn? Men kan de betekenis bij zichzelf leggen door een leven te leiden waarin men zelf best kan geloven. En men kan in zichzelf

proberen te geloven, ongeacht van wat anderen van zich zouden kunnen denken.

4. Het belang van de eigen subjectiviteit

Zichzelf kunnen zijn, lijkt in te houden dat men kan handelen volgens hoe het subjectief voor zich aanvoelt. Natuurlijk neem ik dan aan dat men hierbij kan handelen volgens een besef van wat er plaatsgrijpt. En dan men zich dus geen waanvoorstellingen maakt.

Maar wat er plaatsgrijpt, is dat iets waarmee men zelf wilt instemmen? Denk bv. aan de volgende uitspraak: “We lachen niet met jou, maar om jou.” Wel, als dat het geval is, dan zijn er geen kwaadaardige intenties. Maar daarom hoeft men nog niet mee te lachen als het niet aangenaam aanvoelt. Het lijkt belangrijk te zijn om te kijken naar de eigen subjectiviteit. Hoe voelt het aan voor zich? Natuurlijk kan het zwak lijken als men begint te klagen over gedrag dat onschuldig bedoeld was. Maar men kan het evenzeer loslaten. Het laten gebeuren. Leven en laten leven.

En zelfs wanneer men zich wel probeert te raken of te gebruiken, dan kan het ook handig zijn als men kan “leven en laten leven”. En evenzeer wanneer men onopzettelijk zich lijkt te willen raken doordat men bv. dingen van zich insinueert die niet waar zijn, dan kan het evenzeer van belang zijn om te “leven en laten leven”. Men laat het los alsof het niet bestaat.

Omdat dit geregeld de enige manier is om zichzelf nog te kunnen zijn. Natuurlijk kan men proberen om op te komen

voor zichzelf. Al was het maar om twijfel te zaaien opdat mensen niet zomaar dingen aannemen over zich die niet waar zijn. Dat heeft een plaats. Maar vast ook een grens. Vaak lijkt men het onrecht maar in beperkte mate te kunnen overwinnen. Tenzij dan misschien... wanneer het niet bestaat voor zich.

Wanneer men kijkt naar de eigen subjectiviteit, vrij van demonen uit het verleden, vrij van nieuwe demonen die zich lijken aan te bieden, dan kan men herleven. Dan kan de subjectiviteit vrij komen te staan van de subjectiviteit van anderen.

Natuurlijk, op die momenten dat men wel zich kan vinden in de subjectiviteit van anderen, dan kan men wel verbondenheid aangaan met anderen.

Men dient naar zichzelf te kijken, alleen lijkt het behulpzaam te zijn dat er zich dan geen ego mee komt moeien. Vanaf er een ego is dat begint te oordelen over wie men kan dulden en wie niet, dan wordt het al snel een stuk minder onschuldig. Maar als dat ego er niet is, of nauwelijks is, en men laat dan het gedrag van andere mensen los op basis van hoe het voelt voor zich, zonder hen hierbij zelf wensen te kwetsen, dan heeft men één wijze gevonden waarop men kan trachten te leven.

5. De betekenis ligt in de ervaring

Wat geeft ons betekenis? Wel, het zijn onze ervaringen. Niet elke ervaring uiteraard. Sommige ervaringen lijken beter vergeten te worden. Maar zonder betekenisvolle ervaring is het moeilijk om betekenis aan iets te hechten. Als men bv. iets

wilt bijdragen door iets te doen en het geeft zich na een tijdje haast geen voldoening meer, dan is dat geen aangename ervaring. En hoe kan men (als dat al zou moeten) zichzelf dan blijven overtuigen om het toch te blijven doen? Wel, men kan momenten hebben waarbij men reflecteert over de betekenis die erin schuilt. En in zulke momenten kan men dan misschien nog betekenis vinden. Dan kan er even een betekenisvolle ervaring zijn. Waarna men kan proberen om toch vol te houden. Maar sowieso speelt de ervaring een cruciale rol in het vinden van betekenis.

Dit wil zeggen dat betekenis geregeld niets heeft te maken met wat moreel is of immoreel is. De ervaring is geregeld amoreel. Het heeft niets te maken met wat goed is of niet goed is, zolang het maar aanvoelt als een 'goede ervaring'. Tegelijkertijd, is dit allerm minst een pleidooi om te negeren wat immoreel is. Maar voor iedereen met een geweten, zal het niet goed aanvoelen om dingen goed te praten en toe te laten wanneer kan inzien dat het niet wenselijk is om zich zo te gedragen. Zodat voor hen een betekenisvolle ervaring niet van immorele aard zal neigen te zijn. Dan stelt er zich geen probleem om zich te focussen op de ervaring.

6. Weten en voelen

Als een gymnast een dubbele schroef maakt, weet hij dan hoe hij dat doet? In zekere zin wel en in zekere zin niet. Hij voelt het aan. Maar kan dat nooit volkomen in woorden omschrijven. Misschien is dat voor ons ook zo. Misschien doen wij vrij onbewust tal van dingen zonder we eigenlijk het allemaal kunnen concretiseren in onze eigen gedachten.

Uiteindelijk is leven ook een soort van behendigheidsoefening.

Onze gedachten hebben wel een functie. De gymnast kan ook leren uit de eigen gedachten of de gedachten van een trainer opdat hij eruit kan leren. Maar dan lijkt het ook behulpzaam te zijn om dat ook weer te vergeten wanneer hij de oefening uitvoert. Misschien is het ook zo voor ons. Wij kunnen leren en lessen trekken. Wij kunnen ook dingen plannen om ergens te geraken. Maar misschien is het voor ons ook vaak behulpzaam om te leven op een wijze die we niet volkomen begrijpen. Om te leven op ons gevoel, alleen niet enkel op ons gevoel.

Zo laten we een zekere controle los. En dat is misschien wel logisch want vanuit die controle lijken we aan te nemen dat wij voldoende kennis hebben om te bepalen welke richting we dienen uit te gaan. Terwijl het net aan te nemen valt dat dit niet waar is. Dat we het onvoldoende weten, net zoals die gymnast. En dat we onszelf zouden kunnen misleiden wanneer we nogal sterk ons gaan baseren op onze eigen gedachten.

Dit is echter geen kritiek op het 'weten'. Maar voelen is een wijze waarop wij iets kunnen weten. De vraag is een beetje: wat komt eerst? Is het eerst weten en dan voelen? Of is het eerst voelen en dan weten? Als men bv. zin heeft in koffie, dan weet men vast dat die koffie zich een goed gevoel kan geven. Dan komt eerst het weten... en dan het voelen. Maar voelen, gaat hier niet om emoties. Het gaat over een belonend gevoel. Maar als het bv. laat op de avond is en men heeft zin in koffie, dan kan zich afvragen of dat wel een goed idee is. Of men wel goed zal slapen. En dan kan men voelen. En hier gaan dan emoties mee gepaard. Welke emotie brengt het op wanneer men zich inbeeldt dat men nog een kop koffie zou drinken?

Misschien beseft men, met enige helaasheid, dat het niet de moeite waard is. En zo kan men het ook weten.

7. Vrijheid en/of verbondenheid

Er is een verwantschap tussen vertrouwen en de waarheid. De waarheid is iets waarmee men mensen geregeld niet kan overtuigen. Want als men niet kan bewijzen dat men de waarheid spreekt, dan dienen zij zich te vertrouwen. En dat doen ze geregeld niet. Zo proberen mensen te voorkomen dat ze iets zouden geloven dat niet waar zou zijn. Maar evenzeer zullen mensen zich niet geloven, of de twijfel kunnen verkiezen, wanneer men hen de waarheid vertelt.

Daarmee dat men het vertrouwen in zich, niet kan afdwingen. Wel, sommige mensen proberen dat wel te forceren, zelfs wanneer ze weten dat ze niet de waarheid spreken. En het is niet onmogelijk dat zij daar in zekere mate in slagen. Maar voor anderen is het net tegenovergesteld. Ze zouden er zich bij kunnen neerleggen dat anderen twijfel of ongeloof in zich vertonen zelfs wanneer men eerlijk is naar hen. Ze zouden het niet proberen te forceren.

Maar dient men dan nog verbondenheid aan te gaan met hen, zoals men dat voorheen deed? Want bij het aangaan van verbondenheid, lijkt men te wensen dat mensen zich vertrouwen. Zo kan het voor hen ook een positief effect hebben. Dat is het hele heilzame effect. Dat wij elkaar kunnen vertrouwen en dat wij daardoor spontaan met elkaar verbondenheid zullen aangaan. En die heilzame toestand begint te haperen wanneer er twijfel of ongeloof ontstaat naar

elkaar. En aangezien men dat vertrouwen niet zomaar kan forceren en wilt forceren, kan men niet altijd teruggaan naar die heilzame toestand.

Soms kunnen mensen dan bezitterig worden. Men heeft iets misdaan of ze denken dat men iets misdaan heeft, en men gaat nog verbondenheid met zich aan, maar onder voorwaarden: men dient diegene te zijn die hun vertrouwen verdient door gewillig te zijn aan hun verwachtingen. En als dat te veel is van “het goede” voor zich, dan voelt dat aan als gebondenheid. Alsof de eigen vrijheid waarvan men voelt dat men die verdient, niet langer lijkt te verkrijgen doordat het vertrouwen in zich schade heeft opgelopen.

Het kan ongezond voelen om dan nog op eenzelfde wijze te proberen om verbondenheid aan te gaan. Het kan ongezond zijn naar anderen. Want als men zich dan nog steeds probeert in te zetten voor hen, net zoals voorheen, dan kan hun bezitterigheid net versterken doordat zij dan het gevoel krijgen dat hun verwachtingen toch ingelost worden. Het kan hen zelfs het gevoel geven dat men hiermee toegeeft dat men wel degelijk een fout had gemaakt, zelfs wanneer men reeds heeft laten weten dat men dat niet had gedaan.

En terwijl voorheen het vertrouwen in zich kon gepaard gaan met een gevoel van vrijheid en kracht, omdat men voelde dat anderen zich in zulke mate vertrouwden dat zij zich wilden laten zijn zoals men wou zijn, zou nu, eens het vertrouwen is beschadigd geraakt, die vrijheid niet langer zo heilzaam zijn voor zich... of anderen. En wat kan men dan doen? Als men van mening is dat men inderdaad die vrijheid verdient en als men van mening is dat men anderen hiermee geen schade bezorgt, en mogelijk net helpt door niet langer diezelfde verbondenheid aan te gaan, dan kan men inderdaad kiezen

voor een nieuwe vorm van vrijheid. Een vrijheid die erom draait dat we elkaar vrij laten. En dat men dat zelf bekrachtigt door die vrijheid te nemen. En sommigen zullen zich daarin steunen. En anderen misschien niet. Maar men kan de vrijheid nemen. Men zou de kracht kunnen hebben om het te doen. En daarin kan evenzeer een toonbeeld schuilen voor anderen.

8. Men kan niet vergeten wie men is

Soms is het pijnlijk om zichzelf te zijn. Alsof men zichzelf niet kan zijn. Omdat men bv. een fout heeft gemaakt of omdat anderen zich verkeerd begrijpen. En dan kan men proberen om zichzelf even te vergeten. Door bv. de tijd te verdrijven, zich te ontspannen. Wat vast kan helpen. Maar evenzeer merkt men na een tijdje dat dit zich ook weinig voldoening brengt. Dat men zichzelf wat in de steek laat. Eigenlijk geeft het aan dat het zeer moeilijk kan zijn om zichzelf echt te vergeten. Dus... het is soms alsof men zichzelf niet kan zijn. Maar waarbij men er evenzeer niet in slaagt om zichzelf niet te zijn. Maar dus... als men er niet in slaagt om zichzelf niet te zijn, dan lukt zich eigenlijk, in zekere zin, wel degelijk om zichzelf te zijn!

Het heeft dus tijd nodig. En op een gegeven moment zal men zich weer des te meer bereid voelen om 'te zijn'. Maar wat hierbij kan helpen, is om te voelen. Om te ervaren. En om soms geen dingen te doen waarmee men zichzelf even vergeet, maar net dingen te doen waarmee men voelt dat men iets bereikt doordat men iets doet waarvan men weet dat het zich vooruit helpt. Zodat men kan ervaren dat men soms wel degelijk zichzelf kan zijn.

9. Een minimum aan discipline

Als men zichzelf niet kan vergeten, dan haat het niet uit om zichzelf te verloochenen. En wat is zichzelf verloochenen? Dat is iets doen waarvan men inziet dat het eigenlijk niet goed is voor zich en volgens zich. Soms wilt men het echter goedpraten. Omdat men bv. verlangt naar iets en het onschuldig genoeg acht om het te doen. Maar natuurlijk... men zou later toch kunnen inzien dat het zich niet dient om op dat verlangen in te gaan.

Soms heeft men het niet door dat men zich laat verleiden. Men denkt dat men de nodige controle zal behouden. En dat men zichzelf dan niet zal verloochenen. Maar eens men ingaat op een verlangen, kan zich dat evenzeer ontvankelijker maken om op minder onschuldige verlangens in te gaan.

Maar hoe kan men de nodige controle dan wel behouden? Wel, men dient het weer om te keren. In plaats van soms te verlangen naar datgene wat niet goed is voor zich, dient men weer te leren dat het niet goed is voor zich wanneer men dat verlangt. En dat kan men doen door te voelen. Door zich bv. treurig te voelen wanneer men bij zichzelf herkent dat men iets verlangt wat niet heilzaam is voor zich. Dan voelt het weer negatief aan i.p.v. positief. Dan verlegt men de grenzen niet verder, maar dringt men ze terug. Opdat men meer zichzelf kan zijn.

Nog beter is het echter om meer afstand te kunnen behouden van datgene dat men wilt mijden. Doordat men bv. iets anders

nastreeft opdat men haast niet meer bezig is met wat men wou mijden omdat men iets anders voor ogen heeft.

10. Het mijden van de dualiteit

Wanneer wij iets trachten te begrijpen, dan zullen we het trachten te concretiseren. Maar hierdoor laten we tal van informatie achterwege. Dit wil niet zeggen dat de conclusies die we trekken fout zijn, maar dat ze onvolledig zijn. En de fout die kan ontstaan, is dat wij die onvolledigheid dan negeren. En dat kan aanleiding geven tot een dualiteit.

Denk bv. aan de dualiteit tussen ego en egoloosheid, deugdzaamheid en ondeugendheid, of de ervaring en het vertoeven in de gedachten. Wij kunnen zulke zaken zien als contrasten. Wij kunnen er anderen op beoordelen; zijn ze zus of zo... Wij kunnen het ene wensen na te streven en het andere wensen uit te sluiten.

Maar in die opsplitsing die wij maken, sluiten we iets uit. Een andere blik op de werkelijkheid. Op onszelf. Als we bv. deugdzaam willen zijn, dan sluiten we de ondeugendheid uit. Maar is er niets anders dan deze twee facetten? Is er niets tussenin? Kan men niet iets doen dat niet zozeer deugdzaam is maar evenzeer niet ondeugend is?

Stel bv. dat iemand over iets aan het nadenken is. Het heeft geen doel. Men is er gewoon in betrokken. Men laat de gedachten stromen omdat het zich interesseert. Is dat deugdzaam of ondeugend?

Moeilijk te zeggen. Kan er een ego in herkend worden... of evenzeer egoloosheid?

Vast wel. En men is in de gedachten... maar gaat daar ook geen ervaring mee gepaard?

Vast wel.

Dus men hoeft misschien niet zulke opsplitsing te maken. Men hoeft misschien niet het ene uit te sluiten omdat er een voorkeur is voor het andere. Niet omdat het noodzakelijk fout is, maar omdat het moeilijk kan zijn om dat vol te houden. Denk bv. aan hoe moeilijk het zou zijn om altijd deugdzaam proberen te zijn. Waarmee ik niet wens te stellen dat men zou neigen te vervallen in ondeugendheid. Maar wie wilt er nu heel de tijd zo typisch deugdzaam zijn?

Misschien is het dan haalbaarder om een middenweg te zoeken. Om zich meer vrijheid te gunnen... zodat het beter vol te houden is... waardoor het dan net makkelijker zou kunnen zijn om geen fout pad te gaan bewandelen.

11. Los van het maatschappelijk kader

Men kan zeker een onderscheid maken tussen de samenleving en de maatschappij. Want er zijn de 'instituties' (zoals bedrijven en de overheid) en er is het menselijk contact dat daarbuiten plaatsgrijpt. Maar bij beiden is er een kader. Hiermee bedoel ik, een manier waarop men zich gedraagt en waarop men zich beoordeelt. En het is misschien moeilijker waar te nemen in het losse menselijk contact.

Maar dat kader bestaat als een netwerk waarin meningen worden gedeeld en dingen worden verteld over mensen. Soms wordt dat medegedeeld aan de betreffende persoon. Maar vaak niet. Soms wordt er opzettelijk kwaad gesproken of goed

gesproken over iemand om iemand zo opzettelijk een slechtere of betere reputatie te geven. Maar vaak ook niet. Vaak worden er tal van dingen medegedeeld over anderen om elkaar te informeren. En zo wordt dat kader in leven gehouden. En eenieder die er aan deelneemt, speelt er dan een rol in.

En men is hierbij dan overgeleverd aan wat anderen denken over zich. Als het positief is, kan het verrijkend zijn. Als het negatief is, kan het kwetsend zijn. En beide aspecten kunnen tegelijkertijd bestaan. Eenieder die een goede reputatie heeft, zal misschien niet al te veel problemen zien in het deelnemen aan dat sociale kader. Iemand met een minder goede reputatie zal misschien eerder geneigd kunnen zijn om dat hele kader in vraag te stellen. Omdat zulk kader zich vaak lijkt te kunnen overroepen. Mensen houden niet noodzakelijk al te veel rekening met hoe men zich werkelijk voelt en hoe men werkelijk in het leven staat. Dat kader kan een onafhankelijk leven leiden waarbij mensen tal van dingen vinden over zich, waar of onwaar, goed of niet zo goed, en waarbij men dan geregeld iets van die meningen kan ondervinden, ook al heeft men daar op dat moment geen enkele behoefte aan.

Mensen kunnen hierbij dan een autoriteit uit te oefenen die vaak verdoken is. Zij kunnen iets vinden van zich. En men kan dat ondervinden. Zij kunnen, vaak onuitgesproken, voorwaarden stellen aan zich. En men wilt misschien vaak niet gebukt gaan onder die autoriteit. Men zou misschien zelf ook niet die autoriteit willen uitoefenen naar iemand anders. Want men heeft misschien geen boodschap om iemand anders in een positie te steken of om zich een reputatie aan te meten omdat men dat nu eenmaal kan en omdat men nu eenmaal vindt dat het gerechtvaardigd zou zijn.

Het valt te bevragen hoe heilzaam dat kader dan ook werkelijk is. Het doet zich als deugdzaam voor maar het lijkt vaak niet zo deugdzaam te zijn. Het vormt ook een netwerk van projecties die we maken naar elkaar en over onszelf. En dat zal ons geregeld net weghouden van een ander contact met elkaar. Een vrijer contact. Een andere ervaring.

En toch is het niet makkelijk om dat kader helemaal achter te laten. Deels omdat men er toch ongewild in contact mee komt. En deels omdat het soms positief lijkt te zijn. Als iemand zich bv. ziet als diegene die hem/haar graag ziet, dan kan dat ook een kader vormen en een projectie vormen. Men is iemand voor die persoon, ook al wijkt dat af van hoe men werkelijk is. Maar het kan natuurlijk belangrijk zijn voor die persoon om te geloven dat men diegene is voor hem/haar.

Het is uiteindelijk aan zich om af te wegen waar men een houvast zou dienen te handhaven en waar men de vrijheid mag laten zegevieren door een ervaring op te zoeken die losstaat van een sociaal kader. Maar in mijn ogen kan zulk kader in grote mate achterwege gelaten worden door eenieder die zich toch nogal naar behoren zou gedragen zonder zulk kader. En het lijkt me zelf heilzamer te zijn om los te breken van dat kader om een vrijere ervaring toe te staan voor zichzelf.

12. Vrijheid boven projecties

Het vrij zijn, is om voor een stuk te weten hoe men dat dient te doen door o.a. te weten wat men allemaal niet dient te doen. Het is ook voor een stuk ontdekken wat het vrij zijn, kan inhouden.

Maar het is ook voor een stuk niet weten hoe men vrij dient te zijn en het toch spontaan proberen te realiseren door los te breken van de projecties waaruit men meent dat weet wat men dient te doen... wanneer men het eigenlijk niet weet.

13. Liefde langs elkaar

In de liefde van de andere naar zich, kan men zichzelf menen te herkennen, zoals men meent dat de andere zich ziet. Dit is niet altijd hoe men zelf wenst gezien te worden. Het kan lijken alsof men zich net lijkt uit te sluiten. Zoals wanneer iemand zou behoeven dat men zus of zo is voor de andere omdat dit zou aanvoelen als liefde voor zich terwijl men zich daar niet voor geroepen voelt.

En evenzeer kan er dan toch een liefde zijn die in de andere richting gaat. Men kan liefde hebben voor diegene die zulke liefde behoeft. Maar dat is misschien niet de liefde die aankomt bij de andere want de andere zou een andere vorm van liefde behoeven dan diegene die men geeft of heeft.

Zo kan de liefde langs elkaar lopen, i.p.v. naar elkaar. Waarbij mensen zich dan kunnen afschermen van elkaars liefde. Maar dat hoeft niet altijd fataal te zijn, zolang beiden een zekere liefde naar elkaar behouden.

14. Liefde en eer

Eer zonder liefde, is als autoriteit die haar verantwoording wens te ontlopen. Liefde zonder eer, maakt het des te moeilijker voor anderen om zich de liefde te geven die ze ten volle wensen te geven. Sommigen hebben te veel 'eer' en te weinig liefde. Anderen hebben liefde maar missen soms een zekere eer. De beide zijn nodig. Het pad naar het opbrengen van liefde, is evident genoeg. Het betekent om elke keer wanneer er moeilijkheden ontstaan, toch de liefde niet te laten vallen. En in dit proces, evolueert de liefde die men geeft. Het pad naar eer, is om te stoppen met datgene te doen waarmee men zich en anderen een zekere eer zou ontnemen.

15. De terugvalbasis van liefde

Uit liefde kan men de eigen verlangens of de verlangens van de andere wensen te beantwoorden. Als men bv. de andere liefheeft, zou men hem/haar kunnen wensen te vertroetelen. Of men zou kunnen herkennen dat de andere wenst vertroetelt te worden en daarop ingaan. En zo kan er een liefdesspel ontstaan. Soms kan dat natuurlijk botsen. Waarbij men dan niet verlangt om de verlangens van de andere te beantwoorden. Of omgekeerd. Mogelijk omdat men meent dat het geen goed idee is. Of dat de andere dat meent. En dan kan men een zekere afstand nemen. Het proberen onafhankelijk te bekijken. Inzien dat men dan niet op die verlangens zou dienen in te gaan. Maar als men er dan in slaagt om in te zien

dat er een andere liefde mogelijk is, dan kan men daarop terugvallen. En uit die liefde, zou men kunnen inzien welke liefde werkelijk mogelijk is voor beiden. En hoe doet men dat? Door de liefde naar elkaar niet te willen opgeven op een moment dat het wat moeilijker gaat.

16. De deugd van onafhankelijkheid

Ik denk dat er vrij algemeen kan gesteld worden dat positieve afhankelijkheid niet opweegt tegen negatieve afhankelijkheid. Men kan een relatie als voorbeeld nemen: als men naar de partner verlangt en zich ongemakkelijk, onzeker of jaloers voelt wanneer het niet zo goed gaat of wanneer het lijkt dat er iets mis zou kunnen zijn, dan kan dat zeer negatief en zwaar aanvoelen. Zulke afhankelijkheid kan men als negatief beschouwen. Maar waarom is men zo afhankelijk? Wel, het zou kunnen dat die partner zich ook positief heeft laten voelen. Waarbij er door die partner iets mogelijk leek te worden, zoals een romantiek, die men niet wilt verliezen. Die romantiek kan dan zeer positief aangevoeld hebben. Men zou dan kunnen spreken van een positieve afhankelijkheid. Maar weegt die positieve afhankelijkheid op tegenover die negatieve afhankelijkheid? Ik denk het niet. Als die partner zich nu altijd veilig laten voelen, dan zou er weliswaar geen probleem zijn met die positieve afhankelijkheid. Maar men zou dan misschien ook onafhankelijker worden. Omdat men zelfzekerder zou worden. Dus zelfs dan lijkt die positieve afhankelijkheid minder sterk te worden omdat men onafhankelijker zou worden.

Maar waarom dan niet meteen streven naar meer onafhankelijkheid? Dan kan men zich meteen sterker voelen. En vrijer voelen.

Men kan nog steeds een verbondenheid opzoeken. Maar op een andere wijze. De wijze waarop men dan verbondenheid opzoekt, kan onafhankelijker gekozen zijn door zich.

Hierbij kan men dan des te meer losbreken van dat hele gedrag waarbij men iets voor de ander doet omdat hij/zij iets voor zich deed. Dat is immers wat gevaarlijk kon gaan met die positieve afhankelijkheid. De andere liet zich goed voelen waarop men zelf de andere goed wou laten voelen. Al was het maar uit dankbaarheid .

Dat houdt allemaal wel steek, tot op zekere hoogte. Maar men kan ook de andere waarderen, louter omdat men waardering wilt geven. Of louter omdat de andere belangrijk voor zich geweest is en het daarom nog steeds is.

En doordat men autonoom handelt, kan men bv. evenzeer iets geven aan iemand waarvan men inziet dat men er misschien niets voor terug zal krijgen. Als men bv. een compliment geeft dat men vanuit zichzelf wilt geven, aan iemand die nogal verwend oogt, dan kan er wel iets van dat compliment aankomen, al zou het ook waarschijnlijk kunnen zijn dat men weinig waardering terug zal krijgen. Maar als men daar niet afhankelijk van is, dan heeft men vast ook weinig verloren. Terwijl, als men daar wel afhankelijk van zou zijn, dan zou men dat net kunnen mijden omdat men iets zou willen terugkrijgen voor wat men geeft.

Die onafhankelijkheid kan ook inhouden dat men minder snel naar iemands pijpen gaat dansen om daarvoor iets terug te krijgen dat men verlangt. Dat is een andere vorm van

afhankelijkheid die zou minderen wanneer men autonomer wordt.

Wat men doorheen deze voorbeelden ziet, is dat de waarden die men kan uitdragen, afhankelijk kunnen zijn van de onafhankelijkheid die men heeft.

17. Liefde, onafhankelijkheid en vrijheid

Als men zelf gelooft in het behouden van onafhankelijkheid in het geven van liefde, dan roept dat ook de vraag op: dient men iemand liefde te geven omdat hij/zij daar afhankelijk van zou zijn?

Kan die persoon die men liefde geeft niet onafhankelijker zijn van zich? Als men bv. iets minder ingaat op het geven van liefde aan iemand, gaat die persoon dan meer lijden? Of zou die persoon evenzeer onafhankelijker kunnen worden van zich?

Het is niet zo eenvoudig om dat te beantwoorden. Maar belangrijk om zulke kwesties te overwegen omdat de eigen vrijheid in het gedrang zou kunnen komen wanneer men ingaat op de wensen van iemand anders omdat men meent dat hij/zij dat werkelijk nodig heeft.

En zo is er eigenlijk een relatie te trekken tussen drie belangrijke peilers voor de mens: liefde, onafhankelijkheid en vrijheid.

18. Onvolkomen kennis in de mens

De mens lijkt altijd een onvolkomen kennis te hebben in zichzelf. De mens kan het mens zijn met veel moeite doorgronden, maar slechts in beperkte mate.

Dat betekent dat wanneer men de eigen kennis als leidraad wenst te gebruiken, dat men haast het onmogelijke van zichzelf zou kunnen vragen. Men kan bv. denken dat een levenswijze, zoals men ze bedenkt, een antwoord is voor zich. Terwijl men zich net zou kunnen misleiden omdat men niet inziet dat die levenswijze te veel vraagt van zich. Omdat men als mens niet aan die voorwaarden zou kunnen voldoen omwille van het feit dat men anders is als dat men meent dat men zou kunnen zijn.

Eigenlijk lijkt men zichzelf haast te 'breken' door zichzelf aan een 'levensmodel' proberen te voldoen. Men zou zichzelf kunnen proberen te helpen maar eigenlijk zou men eerder zichzelf kunnen ondermijnen omdat het niet zou werken. En dit kan dan herhaaldelijk plaatsgrijpen.

Daarom is het vast niet misplaatst om argwaan te hebben naar de macht of de kracht die men probeert uit te oefenen via de eigen vermeende kennis om zo het leven vorm te geven. Aldus, “weten” kan dan haast een synoniem worden met “vergeten dat men het niet weet”.

Als men niet spontaan aan de levenswijze kan voldoen die men voor zichzelf wenst te creëren, dan zal men controle uitoefenen om er toch proberen aan vast te houden.

Als ik dan toch een beeld zou mogen creëren van hoe de mens in elkaar zit, dan zou ik me de mens voorstellen als een vat gevuld met tal van verschillende gedragingen. Of als een zee van gedragingen.

In die gedragingen kan men een onderscheid maken. Sommige gedragingen zijn slechts mogelijk wanneer men controle uitoefent. Andere gedragingen komen spontaan tot stand zonder dat men hierbij controle uitoefent.

Men kan niet leven zonder controle uit te oefenen. Als men bv. voor geruime tijd alleen zou zijn in een eentonige omgeving, dan kan men eenzaam zijn en dan kan men uitgekeken zijn op die omgeving. Dat zijn gedragingen die spontaan tot stand komen en niets te maken hebben met het uitoefenen van controle. Maar dat kan negatief aanvoelen. En dat kan een reactie teweeg brengen waarbij men controle zou uitoefenen om die negativiteit te omzeilen. Men zou wensen te ontsnappen aan die omgeving of men zou ze wensen te veranderen.

Dus, als men in zo'n omgeving zou vertoeven met de gedachte dat het als mens haalbaar is om dat te doen, dan zou men zichzelf misleid hebben.

Maar men kan dan evenzeer meer controle gaan uitoefenen dan werkelijk nodig is. Dit voorbeeld geeft aan dat de mens een behoefte kan hebben aan menselijk contact en aan afwisseling. Het geeft bv. niet aan dat men als tegenreactie tal van projecten dient te gaan plannen. Dan zou men meer controle gaan uitoefenen dan werkelijk nodig was.

Nu, sommige mensen willen vrij veel controle zelf uitoefenen. Anderen net niet. Het is een persoonlijke behoefte. En het kan evolueren doorheen de tijd. Voor zij die zo min mogelijk

controle wensen uit te oefenen, komt het er dan op neer om aan een levenswijze te voldoen die zich dan bv. voldoende menselijk contact en afwisseling zou geven. Dat zou dan een behoefte zijn. Maar men zou het niet al te zeer gaan plannen. Zelfs dit bespreken is contraproductief. Want het zou de bedoeling zijn dat men eerder in de ervaring is dan dat men er buiten zou staan als een observator en planner.

19. Hoe onafhankelijk zijn?

Het onafhankelijk zijn, houdt niet slechts in dat men afhankelijkheid van anderen mijdt. Het houdt ook in dat men afhankelijkheid van zichzelf mijdt.

Men kan tal van dingen willen die niet realistisch zijn. Men kan ook tal van dingen willen die negatief of deels negatief zijn voor zich. Door zulke dingen na te streven, haalt men de eigen onafhankelijkheid onderuit.

Daardoor kan het als positief geacht worden wanneer men in staat is om niet iets na te streven dat zich afhankelijk zou maken. Dus ook wanneer men niet veel doet, kan men bij zichzelf inzien dat men in zekere mate in staat is om de eigen onafhankelijkheid te onderhouden.

Maar is er dan niets waarmee men het eigen leven in een zekere richting kan laten uitgaan zonder zich afhankelijk te maken? Wel, er kan zeker zo iets zijn. Het is datgene dat overblijft. Als men zich tal van dingen kan laten die een bedenkelijk pad vormen voor zich, dan kunnen er nog enkele paden overblijven. En dat zijn dan de paden die men meer kan willen. Misschien eerder uit het hart kan willen. Iets dat men

als werkelijk betekenisvol acht. Men hoeft er daarom nog niet naar te hunkeren. Als een nieuw verlangen waarmee men zich alsnog afhankelijk maakt. Maar men kan het wel een beetje nastreven, mogelijk vanuit een vrij spontane wil om het te doen.

20. Verschillende moralen

Het was Mahatma Gandhi die zei: “Oog om oog, tand om tand, maakt de hele wereld blind.”

Natuurlijk schuilt daar een zeer belangrijk inzicht in. Maar het mijden van “oog om oog, tand om tand”, neemt de blindheid bij anderen niet altijd weg. Erger nog, soms lijkt het dat het enige dat die blindheid wegneemt, is om terug te slaan.

Denk bv. aan kleine machtsspelletjes, provocaties die mensen kunnen uitoefenen. Zij kunnen daarop gedijen. Dat kan hen voldoening geven en vreugde geven. Het kan hen goed laten voelen. Slim laten voelen. En natuurlijk gaat het hier dan vast over banaliteit. Maar zulke verlichting omtrent de eigen gebreken bij hen die zulk banaal gedrag uitoefenen, is misschien datgene wat hardnekkig zal blijken te ontbreken. Bij zulk inzicht zou er een zekere onmacht kunnen ontstaan bij hen. Maar mensen kunnen dat trachten te mijden tenzij ze er op één of andere manier mee worden geconfronteerd.

Dit geldt evenzeer voor mensen die overtuigd zijn van hun eigen gelijk en hierbij mensen uitsluiten en andere mensen proberen te overtuigen van hun gelijk. Ook al is er iets ernstigs mis met dat 'gelijk' en ook al creëren ze zo verdeeldheid.

Ik wens niet te pleiten om “oog om oog, tand om tand”. Dat is ongetwijfeld niet wat goed is. Het jammerlijke eraan is, is dat goedheid soms de kop wordt ingedrukt. En leven en laten leven, is geregeld datgene wat zichzelf dan laat leven. Niet oog om oog, tand om tand.

Nu, wat heeft dat met moralen te maken? Wel, diegenen die zulke banaliteit uitoefenen, hebben ook hun moralen. Wat voor hen belangrijk is, is controle. Ze wensen hun controle niet te verliezen. Anders gezegd, ze wensen niet uitgesloten te worden door anderen omwille van hun gedrag. De hele voldoening die zij krijgen, is dat ze, volgens henzelf, ermee wegekomen.

Natuurlijk heeft dit op zich niets te maken met wat moreel is, maar het legt wel een aspect bloot van de samenleving. De samenleving functioneert als zulk controle-organisme. Mensen oefenen dat zelf uit via hun oordeel. Het aanzien dat men bv. krijgt, is afhankelijk van het oordeel van anderen over zich. Ze kunnen het zich geven en ze kunnen het zich ontnemen. Maar niet iedereen is even afhankelijk van zulk aanzien. Sommige mensen voorzien zichzelf met hun eigen aanzien. En als zich dan even niet zo deugdzaam of mooi gedragen, dan kunnen ze dat voor zichzelf rechtvaardigen. En als er mensen zijn die vragen om verantwoording, dan kunnen ze ook proberen om zichzelf te rechtvaardigen. En als de meeste mensen hen dan niet uitsluiten, dan kunnen ze ermee wegekomen. Het heeft weinig te maken met wat goed is, maar zolang ze ermee wegekomen, is hun ware gedrag vast niet enkel immoreel. Zelden is er iemand die allerlei dingen mispeutert en die alles in de doofpot kan laten verdwijnen. Geregeld komt er wel iets in de openbaring. Daarom zeker niet alles. Maar geregeld kunnen mensen een uitsluiting binnen de

samenleving vermijden doordat ze niet enkel zo doortrapt zijn. Ze kunnen ook in zekere mate deugen, ook al is hun deugdzaamheid geregeld niet voldoende om hun minder mooie kanten werkelijk te compenseren. Dan toch volgens mij.

Maar al deze dingen hebben tot gevolg dat de hele samenleving, een rommeltje wordt. Sommige mensen gedragen zich niet altijd zo mooi. En opzettelijk. Maar zij worden daarom niet uitgesloten. De uitoefening van de uitsluiting van iemand anders door mensen binnen de samenleving, is afhankelijk van hoe makkelijk zij weggomen met die uitsluiting. Als mensen bv. zien dat iemand ondeugend is en kwetsend is, dan kan het evenzeer gebeuren dat ze er is mee lachen omdat het evenzeer in hun ogen ietwat onschuldig kan lijken, zelfs wanneer ze zien dat het niet deugt. En in zulke omstandigheden kan het gebeuren dat zij die persoon niet wensen uit te sluiten via een oordeel omdat ze zouden kunnen vermoeden dat anderen hen niet gaan steunen in zulke uitsluiting. Zodat ze zichzelf wat zouden uitsluiten van dat groepsgedrag. Wat op zich helemaal niet negatief is. Het lijkt geregeld nodig dat iemand opkomt voor de eigen mening omdat men werkelijk goed begrijpt dat het gedrag dat men veroordeelt, werkelijk niet hoort getolereerd te worden. Maar daarom gaan anderen zich daarin nog niet steunen.

En soms is het net andersom. Soms lijkt het makkelijk om het gedrag van iemand te voordelen omdat men meent dat anderen er zich wel in gaan steunen. En toch kan in zulke situatie, de kans bestaan dat hun oordeel fout is. Dat ze een verkeerde opvatting maken.

En zo kan er soms iemand uitgesloten worden die niet uitgesloten diende te worden terwijl soms het gedrag van

iemand getolereerd wordt, terwijl het niet getolereerd diende te worden. Want soms maakt er iemand een fout(je) die hij/zij niet wenste te maken, en die fout kan veroordeeld worden. Terwijl een andere fout opzettelijk werd gemaakt en veel minder veroordeeld wordt.

En zulk wangedrag binnen de samenleving, is datgene waarop sommige mensen zich baseren wanneer ze hun behoud van controle vooropstellen t.o.v. hun moralen. Zolang ze er mee weggkomen, is het goed volgens hen. En kunnen zij zich sterk en onschendbaar voelen terwijl ze iemand anders mogelijk zwak en gekwetst kunnen laten voelen door hun gedrag. Natuurlijk, deze mededeling is meer ter informatie dan ter frustratie. Volgens mij is het aan de mens om er onafhankelijker van te worden.

En toch, wij lijken net geregeld onze kinderen op te voeden door ze in dat systeem te dompelen via disciplineren. Wat verdient aanzien en wat verdient uitsluiting? Dat is wat kinderen te weten komen via de disciplineren zoals die door ouders of andere mensen met gezag, kan worden uitgeoefend.

Hierbij is de disciplineren vast veranderd doorheen de tijden. Sommige samenlevingen waren eerder disciplinair van karakter als dat ze dat nu zijn. Of omgekeerd. In zulke discipline samenleving, werd het vast als deugdzaam en haast als evident aanzien om disciplineren op het kind uit te oefenen om het kind zo te vormen tot iemand die kan functioneren binnen die samenleving. Want wat is een centraal dogma binnen de discipline samenleving? Wel, dat diegene met gezag gelijk heeft. En niet andersom. Vandaar dat ouders het als hun rol kunnen aanzien om dit aan te leren aan hun kinderen. Aldus, dat de ouders gelijk hebben. En zij kunnen dat als deugdzaam zien omdat zij ergens begrijpen dat het niet

de bedoeling is dat het kind de eigen intenties en gedrag hoort te verdedigen t.o.v. iemand met gezag. Omdat het kind hierbij lijdzaam zou kunnen ondergaan dat diegene met gezag daar geen gehoor aan wenst te geven. En om dat lijden te mijden, kan men het kind wensen te disciplineren. Zodat het aangeleerd wordt om het gezag te respecteren. Hierbij wordt er echter ook aangeleerd om de controle te behouden. Want diegenen die in zo'n samenleving toch wensen te rebelleren, kunnen geregeld door anderen aanzien worden als diegenen die te zwak zouden blijken te zijn om werkelijk voor zichzelf op te komen.

En dit heeft natuurlijk te maken met wat voorheen besproken werd. Zelfs wanneer een disciplinaire samenleving in verval raakt, kan er een gelijkaardig gedrag blijven bestaan. Mensen oefenen nog steeds gezag uit via hun oordeel en hun gedrag naar zich. En er zijn nog steeds mensen die dat lijdzaam ondergaan. Ook dan is er nog steeds, in zekere mate, een disciplinaire samenleving. En op tal van wijzen.

Ik zie het uiteraard als positief om onafhankelijker te zijn t.o.v. die hele warboel. En zo ook in de opvoeding van kinderen: ze aanleren dat het misschien niet altijd deugt om te rebelleren tegen de disciplinerende. Maar om ze ook aan te leren dat de disciplinerende zoals ze dan wordt uitgeoefend, mogelijk ook niet deugt. Opdat ze enige onafhankelijkheid kunnen bekomen.

De hele rol van liefde is hierin nog niet aan bod gekomen. De hele kwestie is dat mensen met goede bedoelingen zelf in dat 'systeem' terecht komen. Ze lopen misschien mee met anderen of ze maken zelf een verkeerd oordeel. Dit is problematisch omdat liefde me niet echt veel te maken lijkt te hebben met disciplinerende. Het lijkt me te gaan over het geven aan kansen

aan mensen daar waar mogelijk. En om zichzelf en anderen te beschermen van diegenen die werkelijk schadelijk zijn en welwillend onverbeterlijk zijn. Het lijkt me dat mensen, inclusief ikzelf, vaak niet kritisch genoeg zijn bij het geven van datgene wat liefde zou zijn. Als men de liefde niet echt voelt in zich, lijkt het me moeilijk te zijn om ze te geven. Maar als men zich probeert te gedragen zoals men meent dat men zich hoort te gedragen, dan zal er ook wel enige liefde impliciet aanwezig zijn.

Maar de rol van liefde lijkt in de samenleving geregeld niet te zegevieren. En dat komt voor een stuk omwille van die andere moralen. Het komt ook voor een stuk doordat er mensen zijn die opzettelijk die moralen gebruiken om iemand te benadelen, zelfs wanneer men inziet dat men hiermee leugens verspreid. Er zijn mensen die anderen een slechte naam proberen te geven en die hierbij opzettelijk een verkeerd beeld van iemand creëren. En zij kunnen zich hierbij proberen voor te doen als zij die deugzaam zijn. En dat is kwaadaardig. Iemand kan daar gebukt onder gaan en de kracht om lief te hebben voor een stuk verliezen omdat men beseft dat men niet opkan tegen de pijnlijke en foute gedachten die anderen hebben over zich. Het hart van vele mensen wordt vast voor een stuk gekneld en versmacht omwille van het oordeel van anderen dat zich eerder lijkt te doden dan te laten leven. En om dat te voorkomen, lijkt men ironisch genoeg, gebaat te kunnen zijn met gelijkaardige moralen als deze van uitsluiting en aanzien. Door het eigen hart dan niet te geven aan hen die zich volgens zich verkeerd beoordelen. Men sluit hen een beetje uit... maar enkel door een verbondenheid te mijden die kwetsend zou zijn voor zich. En bij hen waar men zich wel veilig voelt, hen zal men wat meer kunnen bewonderen.

Het is jammerlijk. Mede omdat er mensen kunnen zijn die zich evenzeer uit het hart kunnen sluiten om zichzelf te beschermen. Omdat ze denken dat men iemand is die zij niet kunnen liefhebben terwijl ze dat voorheen mogelijk wel deden. En die mensen kunnen ook mogelijk aangespoord zijn door iemand anders. Waarbij de liefde dan verder uitgesloten wordt doordat men aangespoord is om zich te beschermen tot het geven van liefde omdat het niet veilig zou zijn. Alsof men iemand tracht te beschermen uit liefde of 'liefde' en hiermee liefde uitsluit die voorheen leefde.

Dit is niet de liefde die zegeviert. Maar men hoeft evenmin te gehoorzamen aan die moralen.

21. Spontaniteit

Wanneer men spontaan is, dient men controle los te laten. Want hoe meer controle men uitoefent op het eigen gedrag, hoe minder spontaan men is.

Spontaniteit is echter niet te forceren. Want dan zou men opnieuw controle uitoefenen.

Wat wel mogelijk is, is om zich af en toe spontaan bewust te worden van het feit dat men die spontaniteit aan het verloochenen was. Als men bv. in de eigen gedachten vertoeft en als die gedachten dan wat in cirkeltjes draaien, dan is er weinig spontaniteit. Althans, men kan ook stellen dat zulke gedachten vrij spontaan tot stand komen. Maar omdat er zoveel routine mee gepaard gaat, zou men het niet associëren met spontaniteit. Echter, wanneer men dan ineens tot een besef komt dat men in die routine vertoeft, dan zou men in staat

kunnen zijn om los te breken uit die routine om even wat spontaner in het leven te staan.

Het is moeilijk om exact te zeggen hoe men routines doorbreekt om tot spontaniteit te komen. Want men zou het niet doen door het uitoefenen van controle. Men zou niet weten hoe men spontaan dient te zijn tenzij door het zich toe te laten.

Bij het spontaan zijn, stelt men zich zo open dat men het zich toelaat om spontaan te zijn. Men weet dan niet juist waarom men doet wat men doet. Maar het zou, hopelijk, aanvoelen als iets dat juist is voor zich om te doen. Dus ergens 'weet' men dan wat te doen. Maar men weet niet hoe men het weet.

Men zou kunnen stellen dat men dan meer leeft op basis van 'het lichaam' dan op basis van gedachten. Of anders gezegd, meer op basis van ervaring (en gevoelens) dan op basis van gedachten.

Gevoelens en ervaringen kunnen weliswaar gepaard gaan met gedachten maar hoe meer men in de gedachten vertoeft, hoe meer men zich lostrekt uit de ervaring en de gevoelens. Iemand die in gedachten vertoeft, 'is' dan in zekere mate in die gedachten. Alsof de gedachten dan een omgeving vormen waarin die persoon vertoeft. Die persoon kan er houvast in vinden of ze bevragen. En de gedachten kunnen ook routinematig tot stand komen. En hierbij dan een omgeving creëren die losstaat van de omgeving rondom zich.

Wanneer men jong is, ervaart men en voelt men veel. Geregeld kan de mens meer in gedachten gaan vertoeven en minder in ervaringen en gevoelens gaan vertoeven. Omdat men bv. tal van dingen wilt begrijpen. Mogelijk ook omdat men onmacht en pijn heeft ervaren en hierbij het gevoel kreeg dat men te

weinig begreep. Maar men zou haast kunnen vergeten dat men ook een beetje kan proberen om terug in de andere richting te gaan. Om meer te voelen en te ervaren. Omdat het uiteindelijk een onmisbaar aspect is van het mens zijn.

22. Kracht en ervaring

Het is niet zo makkelijk om uit te leggen hoe men kracht kan verkrijgen uit het ervaren van de omgeving.

Toch heeft eenieder vast een ietwat gelijkaardige ervaring gehad. Als men bv. op reis vertoeft aan een zonovergoten strand, in een rustig dorpje omringd met mooie natuur. Dan zou dat vele mensen kracht kunnen geven. Alsof een levenswijze mogelijk wordt die ze voorheen niet konden realiseren. Men zou ontspannen en vrolijk kunnen zijn. En daarin schuilt een zekere kracht.

Verschuif diezelfde reis naar Schotland waar het wat koeler, meer bewolkt en regenachtiger kan zijn, en het is heel anders. Het is een andere omgeving. Het zou misschien resulteren in een actievere vakantie. En ook hier zou de omgeving zich kracht kunnen geven. En dan vooral wanneer men zich kan vinden in die omgeving. Ook dan kan die omgeving een houvast zijn.

Het houvast is, is dat de omgeving er is. Men dient er weliswaar in te slagen om er zich in te kunnen vinden. En ik zou stellen, om er zich vrij spontaan in te kunnen vinden. Maar als men dat kan, dan verkrijgt men kracht. Want die omgeving is daar om te ervaren. Steeds opnieuw.

En wat is de ervaring van de omgeving? Tijdens het ervaren is er even geen 'ego'. Want men is niet bezig met een 'ik'. Men is bezig met de omgeving te ervaren. Maar tijdens het ervaren, zal men wel ergens beseffen dat men in die omgeving is. Dus op één of andere manier, is er een 'ik' maar die 'ik' is anders van aard. Omdat men het niet zomaar kan concretiseren in woorden en begrippen. Dat is een aspect van het ervaren. De ervaring is niet zomaar simpelweg te vatten in woorden. En als men dat toch zou proberen te doen, dan heeft men de ervaring reeds vervangen door die beschrijving. Wat zeer verschillend is van de ervaring zelf.

En als men dan tijdens de ervaring van de omgeving, in zekere vorm, een 'identiteit' krijgt doordat men zich in die omgeving ervaart, dan is er een houvast bij die identiteit. Net zoals er een houvast is bij het kunnen ervaren van de omgeving. Want men kan steeds proberen om die ervaring van zichzelf in de omgeving, na te streven. En dat geeft opnieuw kracht. Het lijkt voor het grijpen te liggen.

Maar het kan geen doel zijn op zich. Enkel door zich open te stellen voor de ervaring, wordt dit allemaal mogelijk. Het lijkt hiermee wat te verschillen van andere vormen waarop mensen zich een identiteit proberen toe te eigenen.

Iemand die zich bv. vanuit het eigen ego zich in zekere mate belangrijk vindt omwille van wat hij/zij bereikt heeft, zou ook moeilijkheden kunnen ondervinden wanneer de omgeving daar geen gehoor aan schenkt. Of wanneer men kwijtspeelt wat men bereikt heeft. Zoals de entrepreneur die failliet gaat en aan 'lager wal' raakt. Hij/zij zou moeilijkheden ondervinden omdat men niet langer zich diezelfde identiteit kan aanmeten als dat men voorheen deed. Er is hierbij dus een gebrekkig houvast. Maar dat houvast lijkt altijd wat wankel te zijn. Toen

die entrepreneur nog niet failliet was maar ondervond dat hij/zij niet zo geliefd was of niet zo fantastisch was als dat hij/zij het zou gewild hebben, dan kan datzelfde probleem zich ook voordoen. Ook dan kan die identiteit even wankel zijn. En om dan toch houvast te vinden, moet men steeds proberen om dat houvast opnieuw te vinden.

Iets gelijkaardigs kan plaatsgrijpen bij zij die meer handelen vanuit de egoloosheid i.p.v. het ego. Als iemand bv. goed wilt zijn naar anderen, dan kan die persoon evenzeer erkenning behoeven en waardering behoeven, ook wanneer men geen goedheid nastreeft voor zulke erkenning. Het zou zich simpelweg weinig voldoening kunnen geven wanneer men anderen wilt helpen en iets wilt bijdragen en geregeld geen waardering krijgt. Of zelfs ondankbaarheid krijgt. Ook dan zou men dus opnieuw en opnieuw kunnen proberen om dat te overstijgen opdat men kan zijn zoals men wou zijn, aldus, die persoon met goedheid in zich en het dan probeert te manifesteren. Maar ook dan kan er dus een gebrekkig houvast zijn dat men steeds opnieuw dient te bekrachtigen.

Het ervaren van zichzelf in de omgeving wijkt af van dat gedrag rond ego of egoloosheid. Het is weliswaar zo dat het vast moeilijk zal zijn om zich continu in de omgeving te ervaren. Noch lijkt het nodig te zijn. Maar als men weet dat men in zekere mate in staat is om bij momenten de omgeving te ervaren en zichzelf in de omgeving te ervaren. En als men inziet dat men bereid is om zulke ervaringen op te zoeken, dan heeft men een houvast. En dat zal zich kracht geven.

23. Spontaniteit in de samenleving

Het lijkt me dat er een tijd was waarin mensen spontaner waren naar elkaar. Waarin het leven simpeler was. Misschien ergens tussen de disciplinaire samenleving waarin aan tal van regeltjes diende voldaan te worden, en vandaag, anno 2022 in België.

Een periode van transitie waarin ouders, leerkrachten, oversten op het werk, e.d. nog een zeker gezag hadden. Ook de religie had nog een grotere rol van betekenis. En dit gaf een houvast. Maar dat houvast was minder strikt dan voorheen. De samenleving was evenzeer lossier geworden.

Het lijkt me dat de samenleving weer ingewikkelder is geworden omdat er tal van houvast weg is gevallen. Hoe dient me zich te gedragen naar de overste op het werk en omgekeerd? Hoe dient de leerkracht zich te gedragen naar de leerlingen? Hoe dienen de ouders zich te gedragen naar de kinderen? Hoe dient een man zich te gedragen naar een vrouw? En omgekeerd? Hoe dient men zich te gedragen naar iemand met een andere kleur? Of die een andere taal spreekt? Of met een andere gender of seksualiteit?

Ergens lijkt het antwoord simpel te zijn: men dient zich menselijk te gedragen naar eenieder. Het lijkt alleen niet zo simpel te zijn. Er kan heel wat denkwerk bij te pas komen. Tal van kwesties die men het hoofd dient te bieden. En dat is vast niet onredelijk en soms haast noodzakelijk. Echter, zoveel nadenken kan evenzeer vermoeiend zijn en een last zijn.

En er lijkt dan een gebrek te zijn aan spontaniteit. Een spontaniteit die er voorheen misschien in grotere mate was. Waarin mensen misschien minder in gedachten vertoefden opdat ze zich meer konden openstellen tot een ervaring. Wat dan als een bevrijding kan zijn van de last der gedachten.

En het zich openstellen tot het ervaren van de omgeving, is een gave die eenieder in zekere mate kan ontwikkelen. Meer nog, men lijkt hierin een bescheiden rol te kunnen spelen in de samenleving door wat spontaner zijn naar anderen, daar waar het zich zou liggen om zo te zijn. Opdat men, vanuit het eigen verlangen naar een andere samenleving, een beetje aan anderen kan laten herkennen dat er een andere manier mogelijk is waarop wij als mensen naar elkaar kunnen bestaan.

24. Heling van de wonde

Wanneer mensen spreken over wonden, dan kunnen ze zowel verwijzen naar een lichamelijk wonde als een geestelijke wonde. En die geestelijke wonde lijkt een echte wonde te zijn. Denk bv. aan iemand die een depressie heeft gehad of zelfmoordgedachten heeft gehad. Dan heeft die persoon een deel van de persoonlijkheid dienen achter te laten. De persoon die levenslust had, lijkt in aanzienlijke mate onbereikbaar te zijn geworden. Dus er is een kloof geslagen. Vast doordat men schade heeft opgelopen. En de pijn die men hierbij voelt, lijkt zelfs als een snede of kloof aan te voelen. Alsof men bij momenten voelt wie men niet meer kan zijn wanneer men het probeert. Omdat men de kracht lijkt te ontbreken. Zeker wanneer men zelf of wanneer iemand anders zich gedraagt op

een schadelijke wijze voor zich. Zodat die wonde lijkt blootgelegd te worden en hierbij een geleidelijke genezing in de weg staat.

En toch lijkt al wat besproken werd over het openstaan van de ervaring toch wel degelijk een belangrijk nut te hebben. Men kan ter analogie zich iemand inbeelden die een lichamelijke wonde heeft die maar niet wil genezen. En elke keer die persoon naar die wonde kijkt, kan die persoon geconfronteerd worden met de pijnlijke historie die erachter schuilt. Misschien heeft men zelf of hebben anderen die wonde veroorzaakt. En als men naar die wonde kijkt, kan men daaraan herinnerd worden. Om dan te kunnen openstaan tot de ervaring, is als om die wonde te kunnen vergeten als een wonde en die pijnlijke historie te kunnen vergeten, zelfs wanneer men naar die wonde kijkt. Dat heeft uiteraard een belangrijk nut.

Maar als er dan iets gebeurd dat die wonde opnieuw lijkt bloot te leggen, dan kan het evenzeer onvoldoende blijken te zijn. Dan kan men weer geconfronteerd worden met die wonde en dan lijkt men opnieuw hulpeloos te zijn om ze te kunnen vergeten door op iets anders te focussen.

Dat is waar ik zelf mee geconfronteerd werd. Dat het onvoldoende bleek te zijn om mezelf te helpen. En dan is men kwetsbaar. En in plaats van het hart te beschermen om pijniging te voorkomen, kwam die kwetsbaarheid weer naar buiten. Maar er was iemand bij mij die ik graag zie. En ik focuste me even daarop. En zij gaf mij liefde terug. En ook al weet ze niets van mijn problemen, de liefde kwam aan. Net omdat ik mij kwetsbaar opstelde. En ik voelde werkelijk alsof er een wonde in mij genezen werd. Alsof die werd dichtgemaakt. En het gevoel dat ik had, waarbij die pijn ineens

verdween, maakte mij dat heel duidelijk. Nu was het omgekeerde gebeurd, toen ik in het verleden kwetsbaar was en door tal van gebeurtenissen verder onderuit ging, was ik nu ook kwetsbaar maar verkreeg ik genezing. Vast was het daarom dat er in zulke aanzienlijke mate een verwerking plaatsgreep. Want dat tegenovergestelde resultaat in een moment van kwetsbaarheid, leek wat voorheen plaatsgreep voor een stuk te overschrijven. Aldus, een teveel aan leed in momenten van kwetsbaarheid nu vervangen werd door genezing. Het belangrijke aspect aan dit alles, is dat ik goed lijk te herkennen dat ik nooit in staat zou zijn geweest om zulke genezing bij mezelf te realiseren. Het diende te gebeuren door iemand anders.

Meer nog, de kloof die ontstaat in de persoonlijkheid, kan te maken hebben met liefde. Als het gaat over dat aspect van de persoonlijkheid dat men achterlaat tijdens bv. een depressie, dan zou het kunnen gaan over een liefdevol aspect. Iemand die zich niet meer in staat voelt om liefde op te brengen zoals hij/zij voorheen leek te kunnen. En dat ligt vast aan het feit dat liefde in de samenleving zeer vaak niet zo'n glorierijke rol heeft. Terwijl, in een moment van genezing, dat even wel zo is. En net dat zou mogelijk dan de genezing kunnen bevorderen.

Maar die eerder bescheiden rol van liefde in de samenleving, lijkt iets te moeten zijn dat men maar beter aanvaardt. Iemand die de eigen persoonlijkheid sterk relateert tot het geven van liefde, lijkt me haast te moeten lijden omwille van de confrontatie die zal plaatsgrijpen. Aangezien de samenleving helemaal niet zo liefdevol is. Vaak lijkt net de onrechtvaardigheid zege te vieren. Soms ook het sadisme. Waarbij de liefdevolle persoon tot lijden wordt gebracht ter

plezier van iemand anders. Maar ook ontstaat er vaak verdeeldheid tussen mensen die liefde hebben. Als iemand bv. een verkeerd gebaar maakt naar iemand, dan kan dat die persoon kwetsen. En anderen zouden, uit de liefde voor die persoon, dan net geen liefde meer kunnen hebben voor de persoon die dat verkeerde gebaar heeft gemaakt. Terwijl er misschien helemaal geen kwaad opzet was. En zo kan er ook uitsluiting ontstaan en verdeeldheid ontstaan.

Al die aspecten zorgen ervoor dat men lijden kan mijden door de eigen persoonlijkheid niet zo te verbinden met liefde. Maar dit is geen kritiek op het geven van liefde. Liefde lijkt net datgene te zijn wat nodig is in de samenleving. Men mag alleen niet vergeten dat liefde vaak het onderspit delft. En dat is iets wat men dient te kunnen aanvaarden. Zo is de samenleving. En eens men dat kan, dan kan men her en der wat liefde geven.

25. Liefde in tijden van uitsluiting

Bij het geven van liefde is men afhankelijk van de andere. Als iemand van zich geen liefde wilt, is het vast raadzaam om het niet te forceren. Dat kan allemaal jammerlijk zijn. Omdat bv. de persoon die geen liefde van zich wilt, zich gekwetst voelt door zich. Als men die persoon niet wou kwetsen, dan is er een teloorgang van liefde. Maar evenzeer kan men dan vrij hulpeloos lijken om er iets aan te veranderen. Niet altijd natuurlijk, maar vaak misschien wel.

Zo gaat het dan. Vreemd genoeg lijkt er ook liefde te kunnen schuilen in de uitsluiting. Niet omdat zij die zich uitsluiten,

liefde hebben voor zich. Maar als men kan aanvaarden dat zulke uitsluiting plaatsgrijpt, dan kan men evenzeer vrede vinden in het feit dat er mensen zijn die zich liever mijden. Ergens maken zij dan een oordeel over zich dat vast niet het mooiste en rechtvaardigste oordeel is. Maar evenzeer sparen zij zich de moeite die men zou moeten doen om hun liefkozing of waardering naar zich te onderhouden.

En die mensen die wel nog liefde hebben voor zich, voor hen kan men de liefde willen onderhouden zolang men daartoe in staat is.

26. De innerlijke wil

Men kan een onderverdeling maken tussen de 'externe wil in zich' en de 'innerlijke wil in zich'.

De externe wil in zich, is als een wil die zich iets oplegt. Als iemand bv. moe is en geen zin heeft om naar de fitness te gaan, dan kan er toch ineens een stem in zich opkomen die stelt dat men naar de fitness dient te gaan. Ineens komt er dan een stem van discipline naar boven. En dat men moe is, hoort ineens niets uit te maken. Dus die innerlijke wens om gewoon te rusten, wordt dan overroepen. Vandaar dat men het een externe wil kan noemen.

De innerlijke wil in zich, is dat men dan luistert naar zichzelf. Iemand die moe is, zou dan waarschijnlijk uitrusten. Maar ook die persoon kan evenzeer naar de fitness gaan als dat iets is wat men wilt omdat het aangenaam lijkt.

Waar komt die externe wil in zich vandaan?

Mogelijk omwille van gezag. Als de ouders bv. gezag uitoefenen op zich dan zou het de bedoeling zijn dat men leert te luisteren naar hen. En zo leert men dan eigenlijk luisteren naar 'een stem buiten zich'. Als men dat zou verinnerlijken dan geeft dat misschien aanleiding tot een externe wil in zich. Men leert om te luisteren naar wat men zou horen te doen.

Als de ouders echter anders omgaan met het kind en een vertrouwensband aangaan waarin ze ervan uitgaan dat ze het kind kunnen vertrouwen dat hij/zij zich goed zal gedragen zolang zij zorgzaam omspringen met het kind en het kind uitleggen waarom iets niet goed zou zijn of wel goed zou zijn, dan lijken zij de innerlijke wil in dat kind te voeden.

Deze twee verschillende wijzen van opvoeden, lijken gebouwd te zijn op twee verschillende zienswijzen. De ene is dat men het kind dient te straffen en te belonen opdat het kind zou kunnen opgroeien tot iemand die begrijpt hoe hij/zij zich zou horen te gedragen. En dat dit dan gehoorzaamheid aan het gezag zou rechtvaardigen.

De andere zienswijze is dat zulke gehoorzaamheid niet dient afgedwongen te worden omwille van het vertrouwen in elkaar.

Dit is echter niet de enige wijze waarop zo'n externe wil in zich kan ontstaan. Iemand die zich bv. schuldig voelt, kan voelen dat hij/zij heeft gefaald. Men heeft goedheid in zich maar het was niet goed genoeg volgens zich en daardoor heeft men een fout gemaakt. Ook dan kan er een externe wil in zich ontstaan waarbij men zich probeert dingen op te leggen opdat men zich beter zou gedragen naar de toekomst toe. Maar ook hier is dan een aspect van gehoorzaamheid. Men dient te gehoorzamen aan zichzelf. En wat men stelt dat men dient te doen, kan uit zichzelf komen. Het kan ontstaan uit een

innerlijke wil om goed te zijn. Maar men zou het kunnen omvormen tot een externe wil.

Die externe wil in zich, lijkt zich steeds voor te stellen als iets dat positief is voor zich en constructief is. En men kan dan zulke externe wil in zekere mate nastreven om te kunnen bekomen wat men voor ogen had.

Maar die externe wil in zich lijkt mij ook geregeld een plaag te kunnen zijn. Want men kan zichzelf bedriegen door te denken dat het zo positief en constructief zal zijn als dat men het zich inbeeldt vanuit die wil.

Er lijkt ook een hele cultuur te worden onderhouden waarin men lijkt te hoeven gehoorzamen aan een wijze van gedrag en communicatie opdat men zich volgens hen naar behoren zou gedragen. En dat kan die innerlijke wil ondermijnen wanneer die cultuur in conflict raakt met wat men wilt vanuit zichzelf.

Het loslaten van die externe wil in zich, kan inhouden dat er tal van druk van zich afvalt. Opdat men zich vrijer zou kunnen voelen van de wil van anderen en zichzelf die wordt uitgeoefend op zich. En dat zou men kunnen wanneer men niet langer wenst om constructief te zijn omwille van negatieve ervaringen die men hiermee heeft opgedaan. De les die men zou kunnen trekken is dat de straffen en de beloning die anderen zich lijken te geven op basis van hoe men zich gedraagt volgens hen (hun oordeel), datgene is dat men net dient los te laten i.p.v. eraan te gehoorzamen. En dat is vast makkelijker wanneer men zelf bereid is om geen wil uit te oefenen op zichzelf waarmee men dan constructief zou wensen te zijn in een cultuur die zich niet ligt. Om de innerlijke wil te laten bloeien, is om ermee te kunnen leven dat anderen over zich kunnen oordelen en hierbij ook gemeen kunnen zijn... en het zich dan werkelijk niet aantrekken. Ik

wens hiermee niet te pleiten dat men geen rekening dient te houden met anderen of met de cultuur die er heerst. Eerder wens ik te pleiten dat men rekening houdt met anderen zoals zich dat redelijk lijkt vanuit die innerlijke wil. Vanuit de veronderstelling dat men iemand is die men zelf kan vertrouwen.

En toch, de externe wil in zich zal vast altijd iets zijn dat zal blijven bestaan. Het is een aanvulling op die innerlijke wil. Door zichzelf 'buiten' zichzelf te plaatsen, aldus, wanneer men het eigen gedrag aanschouwt door er 'buiten' te staan en er dan een eigen mening over te vormen, kan men zichzelf behelpen. Het wordt pas problematisch wanneer die externe wil in zich, zich meesleurt naar iets dat ongewild is vanuit die innerlijke wil. En wederzijds. Eens men een harmonie vindt in zichzelf, hoeft men echter niets meer te doen. Wat de hele bedoeling lijkt te zijn. Zo valt die dualiteit tussen die innerlijke wil en die externe wil immers weg. Opdat men als mens geen van beide is en evenzeer beide tegelijk is.

27. De brug tussen man en vrouw

De vrouw die haar liefde geeft, zomaar uit haarzelf, is te bewonderen. Ze lijkt zichzelf, dan toch in zekere mate, te kunnen geven aan iemand.

Menige man zou haar kunnen wensen te veroveren. Maar als dat even achterwege gelaten wordt, dan kan men zich, uit eigen wens, laten verleiden door haar. Omwille van hoe ze is. Opdat men dingen doet voor haar. Opdat men haar zou tonen dat men haar bewondert. En omdat ze iemand is die zich in

zekere mate kan geven aan iemand, zou ze ook kunnen voelen hoe belangrijk of hoe prachtig of hoe voornaam ze is voor hem. Opdat ze zich vereerd kan voelen via de liefdevolheid die men toont door wat men doet voor haar. Zo zou kunnen voelen dat ze zich in zekere mate kan geven. Dat ze diegene zou kunnen worden die ze is voor hem.

Zo kan er een brug worden gevormd tussen man en vrouw. Er lijkt een eeuwige aantrekkingskracht te schuilen in het feit dat man en vrouw verschillend zijn. Want de vrouw kan aantrekkelijk zijn voor de man omdat ze, mogelijk onbedoeld, toont dat er iets vrouwelijk aan haar is. En de man kan aantrekkelijk zijn voor de vrouw omdat hij, mogelijk onbedoeld, toont dat er iets mannelijk aan hem is. Overlappingsen zijn altijd mogelijk. En die brug die besproken werd, vormt zo'n overlapping.

Want als een vrouw zulke bewondering krijgt van een man, kan ze evenzeer aanvoelen dat zij zich in de samenleving zou kunnen bewonderd en gewaardeerd voelen als vrouw op domeinen die niet typisch vrouwelijk zijn. Uiteindelijk lijkt het onmogelijk te zijn dat alles werkelijk uniseks zou zijn, aangezien de verschillen tussen man en vrouw aanwezig zullen blijven.

Maar dat is evenzeer wederzijds. Ook een man zou kunnen voelen dat hij zich gewaardeerd en bewonderd kan voelen door een vrouw wanneer hij zich ontplooit op een domein dat niet typisch mannelijk is. En wat voor bewondering zou hij dan kunnen krijgen van een vrouw? Wel, mogelijk omdat hij zich dan liefdevol en zorgzaam gedraagt. En dus eigenlijk liefde geeft. Opdat de vrouw zich in zekere mate zou kunnen herkennen of menen te herkennen in hoe hij zich gedraagt. En dat zou zij kunnen bewonderen.

Aldus de vrouw kan schuilen in de man, niet omdat de man vrouwelijk zou hoeven te zijn. Maar omdat de vrouw zich kan vinden in hem. En de vrouw kan schuilen in de man, niet omdat de vrouw mannelijk zou hoeven te zijn. Maar omdat de man zich kan vinden in haar.

Maar dit is uiteraard slechts één mogelijke brug tussen man en vrouw. Evenzeer kan er bv. een brug worden gevormd die meer draait rond prestige. Waarbij men zich een vrouw kan inbeelden die een man verlangt omwille van zijn prestige en omwille van het prestige dat hij aan haar zou geven en zij aan hem zou geven.

Hierbij wordt meteen duidelijk dat er uiteraard verschillen zijn tussen mannen onderling en tussen vrouwen onderling. En waarbij er misschien te stellen valt dat de verschillen tussen vrouw en man soms kleiner zijn dan tussen vrouwen onderling of mannen onderling.

Welke bruggen zijn er nog mogelijk? Het lijkt eigenlijk hetzelfde als vragen wat voor band er mogelijk is. Of dat nu tussen man en vrouw is, of tussen mannen onderling, of vrouwen onderling. En de mogelijke band is afhankelijk van beide mensen als individu. Opdat het uiteindelijk slechts in beperkte mate te classificeren valt in één of andere categorie.

28. De wil en de beloning

Elk gedrag dat belonend is, kan verslavend zijn. Vele mensen hebben vast bij momenten gedragingen die verslavend zijn. Wanneer ze er willen mee stoppen, dan kunnen ze dat wensen te doen op wilskracht. Men kan dan inzien dat het gedrag dat

verslavend is, zich niet dient. En dan kan men een ander bestaan voor ogen houden dat op dat moment aantrekkelijker is. En daar kan heel veel redelijkheid in schuilen. Meer nog, het is geregeld mogelijk om het leven een andere richting uit te sturen opdat het verslavende gedrag achterwege gelaten wordt.

Maar het zal niet altijd lukken. Evenzeer probeert men het op wilskracht en hervalt men tot het verslavende gedrag. En als dat herhaaldelijk plaatsgrijpt, zou men uiteindelijk kunnen herkennen dat men de wilskracht ontbreekt.

Misschien is er dan toch een alternatieve aanpak. En dat is om beloning te vinden in wat men doet en in de vele momenten die zich aanbieden. In tal van momenten zou een beloning kunnen gevonden worden vanaf men er een gevoel van voldoening in kan vinden. Men zou zich uiteraard niet horen vast te klingen aan die beloning. Maar men zou wel voldoening kunnen vinden.

Wat men dan doet, is trachten om dat hele dopamine systeem in de hersens, waarmee men zich beloont, actief te houden. Terwijl, men op basis van wilskracht, zich net allerlei beloning zou ontzeggen.

Hiermee wordt de wil of de wilskracht niet uitgesloten. De wil in zich komt spontaan tot stand. Maar men zou er dan iets minder op gaan steunen.

29. Tijdelijke kennis

Elk inzicht dat men opdoet, heeft zich iets te bieden. Maar het lijkt altijd evenzeer gebrekkig te zijn. Want het lijkt dan moeilijk te zijn om uitsluitend te leven volgens dat inzicht.

Wat er kan plaatsgrijpen, is dat men eerst begrijpt dat er zich een probleem stelt in het leven. Dan kan men een inzicht verkrijgen in hoe men wel zou kunnen leven. Dat zou dan de oplossing zijn. Maar dan kan het snel duidelijk worden dat uitsluitend gaan leven volgens hoe men het wou, evenzeer te veeleisend zou kunnen zijn. En dan dient men die 'oplossing' die men had, voor een stuk los te laten. Alsof men van 'weten' naar 'niet weten' gaat. De kennis uit het inzicht was immers onvoldoende. Maar dan kan men weer wat meer op het gevoel leven i.p.v. op die kennis. Maar aangezien men ook voor een stuk kan weten hoe te leven door te voelen, kan men dan evenzeer stellen dat men van 'niet weten' naar 'weten' gaat.

30. Zichzelf zijn

Er kunnen tijden geweest zijn waarin zichzelf zijn een pijnlijke of zelfs traumatische ervaring was. Dit kan dan de kwellung teweeg brengen waarin men enerzijds merkt dat men zichzelf niet kan zijn omdat er pijnlijke ervaringen of herinneringen mee gepaard gaan. En waarin men anderzijds merkt dat het moeilijk is om los te breken van zichzelf omdat het... wel... een deel is (of was) van zichzelf.

De middenweg is om eerst voldoende los te breken en dan voorzichtig enige toenadering te vinden tot wie men was. Om niet hetzelfde te zijn als voorheen omdat dit dezelfde problemen kan teweeg brengen. Maar om ook niet te doen alsof hoe men was, niets te bieden zou hebben. In die mate dat men wel enigszins kan zijn zoals men voorheen was, kan men net opkomen voor zichzelf. En vast nog meer dan door los te breken van zichzelf.

31. Zijn

Hoe men is, is onafhankelijk van hoe anderen denken dat men is. Het haalt vaak niet uit om zich te laten verstoren door verkeerde veronderstellingen over zich. Natuurlijk, dat geldt evenzeer over de eigen verkeerde veronderstellingen die men zou maken over zichzelf.

Hoe men is... en bijgevolg... wie men is, is afhankelijk van wat men doet en hoe men denkt.

Om iemand te zijn, is om daarin een zekere standvastigheid te kunnen herkennen. Aldus, men is iemand doordat men niet een wirwar is van zeer uiteenlopende gedragingen. Althans, ja, dan is men ook iemand. Maar misschien niet diegene die men wilt zijn aangezien zo'n wirwar van gedragingen zichzelf zou kunnen verwarren.

Ergens moet men kunnen herkennen wie men is, en het ook nog willen zijn. Maar het haalt hierbij vast niet uit om zichzelf te veel trachten te concretiseren tot 'iets'. Want iemand zijn, betekent evenzeer dat men wat kan voelen dat men leeft.

Doordat men zich openstelt tot tal van zaken. Het gaat niet slechts over een eigenheid maar ook over een openheid.

32. Betekenis in liefde

Tal van betekenis kan vast gevonden worden in liefde. Maar één mogelijke betekenis is die kan gevonden worden, is dat men iemand kan zijn voor iemand die men mogelijk niet kan zijn voor anderen. Als er bv. mensen zijn die zich uitsluiten en zich eigenlijk geen of weinig liefde lijken te geven, dan lijkt er betekenisloosheid te kunnen ontstaan. En in contrast daarmee, kan de persoon die zich liefde geeft, dan des te betekenisvoller worden voor zich. En de liefde dan ook.

Liefde kan groeien in de herkenning van elkaar. Net zoals de liefde kan afbrokkelen wanneer die herkenning in elkaar wordt vervangen door een ander beeld naar die persoon toe.

Maar de herkenning in elkaar, wilt eigenlijk zeggen dat er een vorm van communicatie mogelijk wordt. Want doordat men van elkaar in zekere mate kan herkennen hoe men is voor de andere, kan het geven van liefde zelf de vorm van communicatie zijn. Wat sterk verschilt van de communicatie zoals die in een cultuur zoal plaatsgrijpt naar elkaar. Want in zulke communicatie lijkt men zich een beetje aan een 'code' te moeten houden opdat men verstaanbaar zou zijn door de andere. Aldus, men zou zich dan in zekere mate aan de gebruiken houden die er zijn in de cultuur. Of men zou zich daarop baseren. Terwijl men uit liefde zich kan baseren op een gevoel dat men heeft voor iemand.

33. Liefde in de cultuur

In een cultuur lijkt er veel verdeeldheid te zijn. Sommigen zijn tegen mensen met een ander kleurtje. Sommigen zijn tegen mensen die "woke" zijn. Links is tegen rechts, en omgekeerd. En ook in het dorpsleven zijn er tal van groepjes waarbij mensen roddelen over elkaar, en niet altijd op de mooiste wijze.

Wanneer men het ongenoegen uit, dan stelt men zich hierbij vaak als een 'meester' op. Waarbij men zich dan in een positie stelt waarin men mag oordelen over de andere, volgens zichzelf.

Toch is zulk oordeel ook een oorsprong van verdeeldheid in de samenleving. Dus terwijl men rechtvaardigt dat men een bepaald oordeel mag vellen, kan men zelf diegene zijn die de ruggengraat van de samenleving onderuit haalt. Want men lijkt hierbij de samenhang een slag toe te dienen die misschien had kunnen vermeden worden.

Eenieder die zelf niet de oorzaak wilt zijn van zulke verdeeldheid, kan nog altijd trachten om meester te zijn van zichzelf. Maar het wordt meteen een stuk moeilijker. Want het oordelen over anderen kan als een uitlaatklep zijn voor zich. Waarbij men dan tracht om zo op te komen voor zichzelf en anderen door het eigen oordeel te rechtvaardigen. Men zou zulk oordeel dan vaker uitstellen terwijl anderen zich mogelijk niet sparen van een oordeel over zich. Opdat men kwetsbaarder wordt en sterker dient te zijn.

Maar hopelijk dan niet naar iedereen. Misschien is er iemand die zich bv. graag ziet en die men zelf ook graag ziet. Hierin is er dan een zekere herkenning naar elkaar die positief kan zijn. En omdat beiden dan elkaar herkennen, hoeft men zich niet op te stellen als een 'meester'. Men kan elkaar net kracht geven door het geven van liefde naar elkaar.

Door die herkenning van elkaar, kunnen culturele gebruiken in grotere mate achterwege gelaten worden. Want omdat men elkaar herkent als iemand die geeft om zich, hoeft men minder duidelijk te maken wat men bedoelt. Terwijl dat bij andere sociale contacten net meer nodig lijkt om dan aan elkaar te verduidelijken wat men bedoelt en niet bedoelt. En als men hierin fouten maakt, dan zou er een negatief of twijfelachtig oordeel over zich kunnen volgen. En als er meer liefde was naar elkaar, dan had zulk oordeel kunnen vermeden worden omdat men de liefde niet altijd wenst op te geven naar die persoon als die persoon zich niet aangenaam gedraagt.

Daarom lijkt het mij positief om te werken aan een herkenning van elkaar. Maar men hoeft daarom niet al te zeer volgzzaam te zijn aan culturele gebruiken om zich hiermee kenbaar te maken. Eerder kan men proberen te herkennen daar waar er enige liefde is voor zich... of daar waar die er zou kunnen zijn... of net niet zou kunnen zijn. En om proberen te herkennen waar men enige liefde zou kunnen opbrengen voor iemand anders. Zo lijkt men meer vanuit zichzelf een toenadering te kunnen bekomen tot elkaar, dan door het deelnemen aan tal van culturele gebruiken. Wat een gezond alternatief zou kunnen zijn omdat die culturele gebruiken sterk te relateren zijn tot het vormen van een positief of negatief

oordeel over elkaar. Soms krijgt men dan aanzien en soms eerder uitsluiting. En sowieso zal er hierbij verdeeldheid ontstaan.

34. De zwakte der verlangens

Mensen verlangen naar dingen die ze prachtig vinden of correcter vinden en mensen verlangen ook naar dingen die emotioneel belangrijk zijn voor hen. En mensen kunnen ook hierin elkaar proberen te ondersteunen. Zodat er een visie ontstaat bij mensen van hoe het zou horen te zijn. Dat is normaal. Maar evenzeer problematisch. Want men kan hierbij afhankelijk zijn van anderen opdat die verlangens zouden werkelijkheid worden. En daarin schuilt het probleem. Want er is uiteraard geen garantie dat die verlangens zullen beantwoord worden. En men kan dan net sterker zijn door zulke dingen niet te behoeven. Het kan lijken alsof men iets opgeeft. Maar mij lijkt het eerder te gaan over het nagaan wat mogelijk is. En om dan daarvan te vertrekken. De werkelijkheid, voor zover men ze kan interpreteren, is een goede basis om van te vertrekken. Altijd opnieuw. Het is altijd jammerlijk en pijnlijk als men ervaart dat de werkelijkheid niet langer is wat men dacht dat ze was. Maar net dat is evenzeer een kans om de dingen te herevalueren.

35. Liefde voor de gebrekkige wereld

De liefde wordt veel schade aangedaan. Het geloof van mensen wordt geraakt. Het geloof in een ideaal. Een wereld waarin er liefde is en waarin mensen zich mooi gedragen. Die wereld lijkt voor een stuk te ontbreken.

En soms worden mensen hierbij zo hard geraakt dat ze bepaalde mensen niet langer kunnen liefhebben. En dat lijkt mij normaal te zijn. Maar hoe kan men dan weer liefde opbrengen voor die wereld waarin er zoveel onrecht en ongevoeligheid is?

Voor een stukje lijkt dat mogelijk te zijn door liefde te hebben voor de wereld die zo gebrekkig is. De ware gruwel die plaatsgrijpt, kan men hierbij natuurlijk niet liefhebben. Maar die wereld met mensen die niet de grootste fouten lijken te maken, daar kan men misschien wel liefde voor opbrengen, zelfs wanneer men niet zulke mensen in kwestie in die wereld kan liefhebben.

Want die gebrekkige wereld is de wereld waarvan men dient te vertrekken. Een wereld met gebrekkige mensen, mensen die fouten maken en waarin iedereen wat gebrekkig is. Die wereld die idealer is en mooier is, die is er voor een stuk niet.

Het doet mij denken aan het christendom. Daar was er de hemel die men kon verdienen. Het ideaal dat men kon verdienen. Maar die hemel lijkt er niet te zijn. Mensen wensen dan een hemel op Aarde. Maar die hemel lijkt er ook niet te zijn. En sommige mensen zien anderen dan als de oorzaak van het feit dat die wereld niet zo mooi is als dat het kon zijn. En

ze oordelen negatief over hen. Die mensen kunnen uitgesloten worden. Maar zo ontstaat er ook verdeeldheid. En zo lijkt er nog minder een hemel op Aarde mogelijk te zijn. Het is niet door bepaalde dingen te vergeven dat er iets meer een hemel op Aarde kan zijn. En uiteindelijk is het dan nog een beetje gelijkaardig aan het christendom.

36. Andere cultuur

Er is altijd een andere cultuur mogelijk. Waarin mensen meer zorgen voor elkaar. En waarin mensen elkaar herkennen via de zorg die ze voor elkaar hebben. Die cultuur staat in contrast met een cultuur waarin mensen oordelen of die persoon deugt of niet deugt. Of waarin mensen oordelen of die persoon hun liefde nog waard is of niet.

Men kan evenzeer dingen doen voor mensen en dan vast vooral wanneer men meent dat ze het gaan waarderen. Men hoeft dat niet te doen uit goedheid of deugdzaamheid. Maar omdat het motiverend kan zijn. Omdat het betekenis geeft. Zo kan men mijden dat het een 'deugdzame plicht' wordt. Opdat het zich des te meer kracht kan geven. En opdat men zelf des te meer zou kunnen kiezen hoe men het aanpakt. Opdat het leidzamer zou zijn i.p.v. lijdzamer.

37. Diversiteit aan betekenis

Daarnaast kan er overal betekenis gevonden worden. In de zon die schijnt, in de herfst en het gevoel dat het geeft. Bij alles

wat men doet en ziet en voelt, kan er een gevoel van betekenis gepaard gaan. En hoe men dat doet, is persoonlijk. Men hoeft dat niet te forceren. Dat zou spontaan gebeuren. Zo is men meer eigen aan zichzelf i.p.v. eigen aan een soort van theorie die men vormt omtrent hoe te leven.

38. De ideale economie der moralen

Het uitoefenen van moralen gaat gepaard met het geven of ontnemen van kracht aan zichzelf en anderen.

Als iemand bv. niet zou deugen volgens iemand anders, dan zou die persoon kunnen uitgesloten worden of gemeden worden. Dat kan dan kwetsend zijn. Dan kan men zich zwak voelen omdat men zich uitgesloten voelt. Men heeft zich de kracht dan ontnomen. Evenzeer kunnen mensen gezamenlijk opkomen voor elkaar terwijl ze iemand anders volgens hun oordeel beschouwen als iemand die niet deugt. Zo kunnen ze elkaar kracht geven en aan iemand anders kracht ontnemen.

Er lijkt altijd een gevaar te schuilen wanneer men iemand anders die 'economie der moralen' laat bepalen. Als iemand bv. iets doet voor zich en men bedankt die persoon niet omdat men er bv. niet aan denkt, dan is het niet ondenkbaar dat de persoon zich ondankbaar benadert voelt. Zodat hij/zij zich dat kan kwalijk nemen. Waarna men gekwetst kan raken omdat men zich dat kwalijk neemt. Men heeft zich de kracht laten ontnemen door iemand anders.

In onze economie is het vrij eenvoudig. Men weet normaal gezien wanneer men iets moet betalen. Of wanneer iemand anders iets aan zich dient te betalen.

Maar wanneer het over moralen gaat, is alles vager. Wat dient men te doen en wat niet? En daar schuilt het probleem. Als mensen dingen anders interpreteren en hierdoor elkaar misverstaan, dan kunnen er tal van kleine en grotere conflicten ontstaan. En dan ontstaat er die hele warboel waarbij mensen elkaar kracht geven en soms elkaar kracht ontnemen. En hoe is dat te mijden?

Wel, door dingen te geven zonder iets terug te behoeven. En door dingen te vragen zonder dat men iets zou moeten terugdoen. Dan mijdt men die hele economie van morele schuld en moreel krediet. En dan lijken mensen zich ook niet zo makkelijk de kracht te kunnen ontnemen. Want voor wat men doet, lijkt men niets terug te hoeven. En voor wat men vraagt, daarvan zou men verwachten dat de andere niets terug zou hoeven. En die persoon zou dat vast begrijpen omdat men simpelweg iets vraagt aan zich.

Dus wat is de ideale economie der moralen?

Wel, dat men het gratis doet!

En zouden mensen daartoe in staat zijn?

Tuurlijk niet. Voor een stukje wel. Maar voor een stuk zal eenieder daarin falen. En dan kan men die persoon beoordelen of dan kunnen zij zich beoordelen. Maar men zal misschien makkelijker kunnen mijden dat ze zich de kracht ontnemen wanneer men zich bewust is van het feit dat hun moralen niet langer gratis zijn. Want men zou zien dat zij falen in het geven van hun gratis moralen. En zo kan men hun oordeel makkelijker naast zich neerleggen wanneer het toch niet zou deugen.

En evenzeer zou men makkelijker het eigen oordeel kunnen loslaten wanneer men inziet dat de eigen moralen zelf niet zo deugen.

Want de moralen die gratis zijn, zijn moralen waarmee men elkaar kracht kan geven. En dat is wat er kan deugen aan die moralen.

Want die moralen in onze samenleving? Deugen die werkelijk? Ze staan voor wat goed is. Maar is hun effect in de samenleving wel zo goed? Creëren ze geen verdeeldheid? Worden mensen niet nodeloos gekwetst door die moralen?

Ik denk dat het werkelijke plaatje der moralen, niet zo mooi is. En dat wat werkelijk telt, is dat men de kracht heeft om dingen te doen die zich kracht geven. En daarom lijkt men net anders dienen om te gaan met moralen.

In het leven is opportuniteit. Maar men kan dat enkel nemen wanneer men op de juist manier in het leven staat.

39. Het spel der liefde

Uit liefde wordt zowel datgene gedaan dat geneest als datgene dat kwetst. Vanuit de liefde kan men herkennen wat fout is. Wat fout is, is datgene wat niet overeenstemt met wat men zou horen te doen uit liefde. Wat fout is, is datgene wat de liefde in zich raakt en schade toebrengt. En dat kan heel kwetsend zijn. Dat kan zelfs kwaadaardig aanvoelen. Maar als men daarom een negatief oordeel velt over iemand, dan kan men ook schade toebrengen aan die persoon. Want die persoon wou misschien niets misdoen of wou misschien niet zoveel schade toebrengen opdat evenzeer de liefde van die persoon schade

kan worden toegebracht. Zo kan het gebeuren dat mensen met goede bedoelingen en met liefde in zich soms elkaar schade toebrengen. En vaak omdat ze dus foute beoordelingen over elkaar hebben gemaakt terwijl ze zelf in hun oordeel overtuigd kunnen zijn dat hun oordeel is juist. En dat kan kwaadaardig aanvoelen. Want men kan zich proberen te verweren tegen dat foute oordeel en zich machteloos voelen terwijl de andere overtuigt kan zijn dat men zelf onschuldig is omdat het oordeel volgens zich wel juist zou zijn. Ironisch genoeg is dat gelijkaardig aan pestgedrag waarbij diegene die pest, zich als onschuldig voordoet.

Zo ontnemen wij kracht aan elkaar terwijl men uit liefde elkaar kracht zou horen te geven, dan toch als de mensen in kwestie niet kwaadaardig willen zijn. En als men dan wilt dat de liefde zegeviert, dan dient men sterk te zijn en dan dient men diegene te zijn die probeert te genezen terwijl men zich onterecht geraakt voelt door de andere. Dan dient men die verantwoordelijkheid op zich te nemen. En dan is er de vraag: wilt men dat en kan men dat?

En zo is liefde in de praktijk niet altijd datgene wat zo sterk zal zijn. Dat komt ook omdat mensen vaak meer praten over elkaar dan met elkaar. We hebben de liefde lief en tegelijkertijd ook niet. We lossen de problemen vaak niet op. En zelfs als men ze wilt oplossen, is vast niet altijd simpel. Dat is haast revolutionair en onorthodox. Het past niet in het plaatje. Het is gewaagd.

40. Verder gaan

Uit liefde kan men elkaar dragen, elkaar genezen, de andere betekenisvol laten voelen en vreugde vinden bij elkaar. Liefde is onmisbaar. Maar de liefde in zich kan zich ook confronteren met een gebrek aan liefde in de omgeving. Het kan zich kwetsen, de ziel raken, de kracht laten verliezen en onverschillig laten worden.

De kern van de zaak, is de afhankelijkheid. We zijn afhankelijk van elkaar opdat de liefde kan bloeien... of net niet. Maar wat is er daarbuiten?

Dat is de onafhankelijkheid. Dat is proberen te leven. Betekenis vinden in een leven met een andere wending dan dat leven dat zich voldoening geeft, maar ook raakt. Om zo kracht te vinden bij zichzelf.

Bonus: de vreugde van de onschuld

Mensen die een onschuldigheid in zich hebben, kunnen daar vreugde in vinden. Het kan geruststellend zijn en vertrouwen geven aan zichzelf.

Maar de onschuld kan toegetakeld worden. Niet enkel doordat men onbedoeld tal van dingen zou veroorzaken die men niet wou veroorzaken. Evenzeer doordat anderen zich kunnen raken opdat men niet zomaar nog zo spontaan onschuldig kan zijn.

Ergens verliest men dan een zekere controle. Die onschuld in zich is als een controle over zichzelf die impliciet aanwezig is. Zoals een brief die verzegeld is. Als men die zegel niet mag breken opdat men onschuld zou verliezen, wel, vanuit de eigen onschuld zal men neigen om die zegel niet te willen breken terwijl men toch voelt dat men kan zijn zoals men wilt zijn. En zo is er een zekere controle. Men wilt vrij onschuldig zijn en blijven vanuit de eigen onschuld die men koestert.

Maar die onschuld kan dus toch toegetakeld worden. Doordat men bv. zelf iets misdeed dat men niet wou doen, opdat er schuldgevoelens kunnen ontstaan. Maar evenzeer doordat men bv. gepest wordt. Waardoor men dan in aanzienlijke mate niet meer in staat is om zo spontaan te zijn op een wijze die men wilt. Want men kan gekwetst achter blijven.

Soms komt dan het ego naar boven. Dit is als een manier om weer meer controle te kunnen verkrijgen. Zo kan men zichzelf in zekere mate verdedigen en beschermen. Maar die controle van het ego is wel explicieter. En tegelijkertijd ook misleidend. Want de mate van controle die men zichzelf wenst toe te eigenen vanuit het ego, die heeft men niet. Het lijkt me eerder een beweging te zijn waarbij men zichzelf een bepaalde controle aanhecht om dan later te beseffen dat er een gebrek aan controle is. Dat men iets mist wat die controle van het ego moeilijk lijkt te kunnen verzegelen. Die spontaniteit.

Soms komt het ego niet naar boven of niet meteen naar boven. Zoals wanneer men dan probeert te genezen. Maar dit lijkt ook problematisch te zijn. Ergens probeert men bij het genezen weer in staat te zijn om die gekwetstheid achter te laten. Men geeft zichzelf tijd en ruimte. En dat haalt iets uit. Men zoekt een onschuld. Men probeert zichzelf te beschermen. Maar evenzeer zal het misschien moeilijk zijn om die gekwetstheid

achter te laten. Want men kan misschien nooit alles verwerken door het niet onder ogen te komen. Door tijd en ruimte te vinden om te genezen, zou men mogelijk net de ogen kunnen afwenden van al datgene dat plaatsgrijpt en schade kan berokkenen.

De ware verwerking lijkt uiteindelijk een proces te zijn waarbij men het onder ogen komt. En opnieuw gekwetst raakt. En conclusies trekt. En tijd en ruimte vindt. Maar het dan opnieuw onder ogen komt. En verdere conclusies trekt. En geleidelijk aan, na mogelijk tal van tijdelijke dieptepunten en hoogtepunten, sterker wordt. Tot op het moment dat men zich zo sterk voelt dat men het des te makkelijker in vrede kan achterlaten. Alsof wat werd berokkend, ineens niet zo schadelijk meer lijkt en zelfs haast onschuldig lijkt. Al was het maar omdat men het kan achterlaten.

En dan kan die onschuldigheid in zich terugkeren. Opdat men weer des te meer die impliciete controle heeft. En opdat men een vreugde, rust en vertrouwen kan vinden die spontaan in zichzelf ontstaat.

En dat zal ook beïnvloeden hoe men zich kan gedragen naar anderen. Wanneer men die onschuld terugvindt, lijkt men minder gebroken te zijn. Men is meer volkomen. En dat lijkt een goede positie te zijn om de onschuld van anderen, bedoeld of onbedoeld, geen schade toe te brengen. Het lijkt ook een goede positie te zijn om meer vergevingsgezind te zijn. Omdat men veel makkelijker kan vergeven wanneer men niet gekwetst is. En het lijkt ook een goede positie te zijn om onafhankelijker van anderen een eigen pad te volgen dat voor zich onschuldig is. Want het is de eigen gekwetstheid die ervoor kan zorgen dat men zich niet zeker genoeg voelt om een eigen pad te bewandelen.

Het lijkt uiteraard wenselijk dat kinderen zouden opgroeien zonder dat hun onschuld ernstige schade oploopt. Men kan willen dat een kind een kind kan zijn en mag zijn. Maar evenzeer is het wat naïef. Want kinderen kunnen tal van dingen meemaken waar ze niet mee om kunnen gaan en die hen kwetsen. En soms houden ze het dan voor henzelf waardoor het ook het niet besproken wordt. En waardoor ze het des te moeilijker kunnen achterlaten.

Maar men kan het kind wel helpen om makkelijker te genezen en om een grotere weerstand te hebben tegen zulke kwetsuren.

Dit kan door een sterke veilige hechting aan te gaan met het kind. Opdat het kind zelfvertrouwen krijgt en zich gesterkt voelt, zoals bv. tegen pestgedrag dat het zelfvertrouwen net tracht te ondermijnen.

Evenzeer lijkt men het kind te kunnen sterken door het iets te laten doen dat een inspanning vergt maar wel haalbaar is. Zoals een project, fietstochten en tal van andere dingen die men samen met het kind kan doen. Zo krijgt het kind de ervaring dat er tegenslagen mee gepaard kunnen gaan terwijl men toch die evenzeer zou kunnen doorstaan.

Vanaf mensen sterker zijn in een samenleving, kan er tal van verdeeldheid wegvallen. Denk bv. aan iemand die doelbewust kwetsend is naar anderen om zich hierbij sterk te voelen. Dat is iemand die verdeeldheid kan laten ontstaan. Het is ook iemand die zich sterk kan voelen, maar door hierbij arroganter te zijn in het eigen gedrag. Wel, vanaf die persoon minder schade kan aanrichten met diens gedrag omdat anderen er beter tegen bestand zijn, dan zullen zij er lichter kunnen over gaan.

Mensen richten schade aan. Soms doordat ze niet beter weten. Soms doordat ze schade willen aanrichten maar zich hierbij baseren op een misverstand. En soms omdat ze willen schade aanrichten ook al is er voor hen geen misverstand.

Vergeven kan moeilijk zijn. Want iemand die stout wilt zijn, zou eerder kunnen lachen met diens vergeving dan ze te waarderen.

Maar als de zaken uit het verleden beter heeft verwerkt, dan kan men het wel des te meer achterwege laten. Men kan ze beter vergeten. En daarin schuilt vergeving. Vergeten is soms als vergeven. Als er voor zich geen probleem meer is omtrent iemand waarmee men het moeilijk had, dan heeft men impliciet die persoon vergeven. Het wil eigenlijk niet zeggen dat men die persoon graag hoeft te hebben. Het lijkt louter te willen zeggen dat men een neutrale positie kan innemen.

Bonus: hoe men kan leven

Leven wilt zeggen: ervaringen tegemoet gaan. Dat doet men al. Want ja, men leeft al. Beter nog, ergens weet men al hoe men kan leven. Men weet wat voor ervaringen men tegemoet kan gaan opdat men er enige voldoening uit kan krijgen.

Het kan deugd doen als men het vertrouwen kan vinden dat men zelf werkelijk in staat is om vanuit zichzelf zo'n leven aan te gaan. Maar geregeld zullen mensen te weinig vertrouwen vinden en te veel onzekerheid. En dan kunnen ze dat proberen te compenseren.

Door het beter proberen te weten hoe men kan leven. Daar kan men uit leren. Alleen, men kan het niet helemaal weten. Als

men op voorhand zou weten hoe men zou moeten leven, dan verdwijnt de spontaniteit. En ergens ook de vrijheid. Men zou dan te veel controle wensen.

Soms zoeken mensen een houvast. Als men dat bepaald leven zou kunnen leiden, dan zou het goed zijn. Maar hier is er dezelfde kwestie. Want ja, er zullen dingen zijn die men moet doen. Er zijn dingen waar men zich aan wilt houden en waar men rekening mee wilt houden. Dus wees gerust dat er voldoende zal zijn dat men moet doen opdat men zich daarnaast de vrijheid kan gunnen om dingen te mogen doen. Tal van dingen te mogen doen. Zich zo veel vrijheid te gunnen om te kunnen voelen dat men kan leven. En toch ook te weten wat men beter niet doet. Of wat men zich beter tijdig achterwege laat wanneer men het doet. En om dan niet des te meer controle op te eisen ter compensatie. Maar om net voort te leven.