

# **Zomer & Winter**

## Voorwoord

Dit is een boek in twee delen. Eerst worden er 40 Zomerse gedachten besproken en daarna 25 winterse gedachten, zoals ze zich hebben gevormd in 2022-2023.

De gedachten zijn filosofisch van aard en bespreken het menselijke gedrag en een deel van mijn verwerkingsproces.

Dit hele proces is er één met een tunnelzicht. Quasi depressief en geplaagd met zelfmoordgedachten vind ik soms met moeite de energie om iets op te schrijven. Gedachten die mij op dat moment van belang lijken en die ik al snel weer loslaat om weer te vervallen in oude gewoonten.

Dit boek beschrijft een jaar dat lang aanvoelde en waarin ik een wording doorga die ik zelf nauwelijks in de hand had en zeker niet voorzien had. Overgeleverd aan mijn lot kom ik tot nieuwe fundamenten. En wel in 40 zomerse gedachten en in 40 winterse gedachten. Als men één van deze teksten per dag zou lezen, is men in 80 dagen het boek rond. En wie deze reis kan doorstaan, zal beloond worden met inzichten die men haast nergens anders zal kunnen vinden. Want deze hele situatie waarin het boek geschreven werd, is uitzonderlijk. Het gaat over het op zoek gaan naar betekenis voor iemand die het geregeld best lijkt te kunnen aanvaarden om ermee te stoppen. Waarom leven op deze wereld? En hoe?

Ik was zo zoek. En ik ben het nog steeds.

# Inhoudsopgave

Voorwoord.....	2
Inleiding tot het eerste deel:.....	6
40 Zomerse gedachten.....	6
1. Het conflict tussen subjectiviteit en objectiviteit.....	7
2. De bevrijding van de ervaring.....	11
3. De betekenis bij zichzelf leggen.....	13
4. Het belang van de eigen subjectiviteit.....	15
5. De betekenis ligt in de ervaring.....	17
6. Weten en voelen.....	18
7. Vrijheid en/of verbondenheid.....	19
8. Men kan niet vergeten wie men is.....	22
9. Een minimum aan discipline.....	23
10. Het mijden van de dualiteit.....	24
11. Los van het maatschappelijk kader.....	25
12. Vrijheid boven projecties.....	28
13. Liefde langs elkaar.....	28
14. Liefde en eer.....	29
15. De terugvalbasis van liefde.....	29
16. De deugd van onafhankelijkheid.....	30
17. Liefde, onafhankelijkheid en vrijheid.....	32
18. Onvolkomen kennis in de mens.....	33
19. Hoe onafhankelijk zijn?.....	35
20. Verschillende moralen.....	36
21. Spontaniteit.....	43
22. Kracht en ervaring.....	45
23. Spontaniteit in de samenleving.....	48
24. Heling van de wonde.....	49
25. Liefde in tijden van uitsluiting.....	52
26. De innerlijke wil.....	53
27. De brug tussen man en vrouw.....	57
28. De wil en de beloning.....	59
29. Tijdelijke kennis.....	60
30. Zichzelf zijn.....	61

31. Zijn.....	61
32. Betekenis in liefde.....	62
33. Liefde in de cultuur.....	63
34. De zwakte der verlangens.....	66
35. Liefde voor de gebrekkige wereld.....	66
36. Andere cultuur.....	68
37. Diversiteit aan betekenis.....	68
38. De ideale economie der moralen.....	69
39. Het spel der liefde.....	71
40. Verder gaan.....	73
Inleiding tot deel 2:.....	74
40 Winterse gedachten.....	74
1. De vreugde van de onschuld.....	75
2. Hoe men kan leven.....	79
3. De voorwaardelijkheid van de wil.....	80
4. Innerlijke vreugde.....	83
5. Kracht overdragen.....	84
6. Morele vrijheid.....	85
7. Verwerken is ongedaan maken.....	87
8. Rechtvaardigheid herbekeken.....	89
9. De gevangenis van het leven.....	93
10. Liefde voor mensen.....	93
11. De mens als ideaal.....	95
12. Een samenvatting.....	95
13. Er is iets buiten zich.....	100
14. Onvolledige motivering.....	102
15. De brug.....	105
16. Reëel of niet reëel?.....	105
17. De depressie.....	107
18. De moralen van Janus.....	108
19. Naar zichzelf kijken.....	110
20. Wat goed is voor zichzelf.....	111
21. Twee benaderingen tot vrije wil.....	112
22. Het dubbele effect van weerloosheid.....	113
23. Heilzaam egocentrisme.....	114
24. De ervaring is niet het object.....	115
25. Transformatie.....	117

26. De waarheid heerst niet.....	118
27. Voor zichzelf opkomen.....	119
28. Maakbaarheid van geluk.....	120
29. Min. aan wil, max. aan resultaat.....	121
30. Het echte is altijd daar.....	122
31. Warm realisme.....	123
32. Vlot weg van pijnlijke idealen.....	125
33. De realiteit speelt met onze voeten.....	128
34. De doodsheid van het normale leven.....	129
35. Deconditionering.....	130
36. Overmeestering.....	131
37. De wetten van cultuur.....	133
38. Vrije wil.....	134
39. Lokale liefde.....	136
40. Het besluit.....	136

## **Inleiding tot het eerste deel:**

### **40 Zomerse gedachten**

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<sup>e</sup> 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 valselyk 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 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 weggelopen 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 onverbetterlijk 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 allerminst 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, deugzaamheid 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. deugzaam 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 deugzaam 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 deugzaam 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 'instituten' (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 aanvoeld 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 gepaard 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 autonoomer 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 zoiets 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 weggkomen.

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 weggkomen. Het heeft weinig te maken met wat goed is, maar zolang ze ermee weggkomen, 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 weggkomen

met die uitsluiting. Als mensen bv. zien dat iemand ondeugend is en kwetsend is, dan kan het evenzeer gebeuren dat ze er 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 weggomen, 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 onverbetterlijk 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 deugdzaam 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 volgzaam 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 net

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 juiste 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 overtuigd 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.

## Inleiding tot deel 2:

### 40 Winterse gedachten

Echter, een grote wending was er niet gekomen in mijn leven. Ik was is op reis geweest en dat deed me deugd. Toen ik weer thuis kwam, had ik enige energie waarmee ik mijn leven een nieuwe wending zou geven. Ik zou weer gaan werken en meer reizen.

Maar zoveel energie had ik dan ook weer niet. Het duurde misschien niet langer als een week. Mijn zin om te reizen was al snel weer bekoeld omwille van de moeite dat het kost om ergens te geraken. En mijn motivering om te werken was daarmee ook bekoeld. En ik kon nog wat teren op mijn spaarcentjes.

# 1. 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 gekwettheid 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.

## 2. 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.

### 3. De voorwaardelijkheid van de wil

Mensen doorgaan conditionering. Dit gebeurt automatisch en is niet te voorkomen. Als men bv. een tegenslag heeft, dan voelt dat negatief aan en dan kan het moeilijker worden voor zich om ondanks die tegenslag toch nog te proberen om te slagen, daar waar men voorheen faalde. Dit is negatieve conditionering. Het is alsof 'het lichaam' of 'het brein' automatisch probeert om zich tegen te houden omwille van de afstraffing die men heeft ervaren bij die tegenslag die men had.

En dan kan men dat proberen te trotseren via de uitoefening van de wil. Men zet door opdat er toch nog een positief resultaat zou kunnen worden bereikt. Men probeert het te trotseren. En als men dan slaagt, dan kan dat belonend zijn. En zo kan men alsnog een positieve conditionering bekomen.

Maar die uitoefening van de wil is zelf onderhevig aan voorwaarden. Het kan soms zeer moeilijk worden om de wil te vinden. Soms heeft men vele tegenslagen te verwerken. Dat kan zowel liggen aan zichzelf als aan de omgeving. Men kan



de moed verliezen. Men lijkt te veel negatieve conditionering te kunnen oplopen. Zodat 'het brein' zich des te meer tracht tegen te houden om verdere tegenslagen en verder lijden te voorkomen. En dat is wat vele mensen ervaren. Ze ervaren dat het te zwaar is, ook al wilden ze eigenlijk doorzetten en ook al wilden ze niet opgeven. Ze ervaren dat het niet meer gaat. Iets wat bv. plaatsgrijpt bij een burn-out.

En dan lijkt het tijd te zijn voor een andere aanpak. De wil is afgezwakt. De conditionering te sterk. Wat kan men doen? Wel, ergens weer contact vinden met zichzelf. Ergens weer een soort van symbiose aangaan met 'dat brein'.

De mens lijkt me niet te mogen vergeten dat wij nog steeds ietwat gelijkaardig zijn aan dieren. Als een paard bv. in een omgeving vertoeft die te druk is, dan kan het paard onrustig worden en het paard lijkt zich daar niet zomaar tegen te kunnen verweren. Het paard ervaart die omgeving als negatief. Er grijpt negatieve conditionering plaats. Als het paard in staat zou zijn om een rustigere omgeving op te zoeken, zal het dat waarschijnlijk doen. En zo komt het paard weer tot rust. De negatieve conditionering lijkt dan weer te bekoelen.

Wel, de mens is anders dan een paard omdat de mens een identiteit kan onderhouden met behulp van gedachten, met behulp van taal. Terwijl een paard dat niet lijkt te kunnen. Zo kan de mens vrijer zijn om tal van conditionering te omzeilen. Als een mens bv. in een onrustige omgeving is, dan kan hij/zij daar voor een stuk afstand van nemen met behulp van gedachten die zich helpen om te ontsnappen aan die negatieve ervaring die anders zou gepaard gaan met die drukte waarin men vertoeft.

Maar dat is niet onfeilbaar. En dat is wat vele mensen uiteindelijk ervaren. Dat het zo ernstig begint te falen dat ze eerder verder en verder onderuit gaan, i.p.v. er weer bovenop te komen. En dan dienen zij iets te doen dat ietwat gelijkaardig is aan wat dat paard zou doen. Ze dienen weer in contact te komen met zichzelf i.p.v. te berusten op de wil. Het wil eigenlijk niet zeggen: "Luister naar zichzelf". Impliciet wel. Maar men zou niet luisteren alsof één aspect van zichzelf luistert naar een ander aspect van zichzelf terwijl beide aspecten los van elkaar zouden staan. Dat is immers wat men zou doen vanuit de wil. Men zou de wil hebben om naar zichzelf te luisteren. Maar naar wie luistert men dan? Iets dat anders is dan zich? Dat is de hele kwestie. Men dient ergens weer in contact te komen met zichzelf door zichzelf te laten zijn. Door dus 'niets' te doen en het te laten gebeuren. Het zou spontaan gebeuren. Net zoals bij dat paard. En dat lijkt net nodig te zijn omdat er een te grote kloof in zichzelf geslagen is zodat men nog te weinig op de wil kan berusten. Eens men die kloof dicht, dan zou men eventueel weer meer op de wil kunnen berusten. Maar zolang dat niet het geval is en de kloof nog te groot is, is het misschien net beter om aan te nemen dat men het niet voor het zeggen heeft, dan toch niet in die mate dat men het zou willen vanuit de wil. Zodat men het zich kan toelaten om een symbiose aan te gaan met een brein dat er om lijkt te vragen.

Het kan vast vreemd lijken om vanuit het mens zijn, te kijken naar de (andere) dieren om er iets van te leren. Aangezien wij als mens in staat zijn om gedachten te onderhouden waartoe dieren niet in staat lijken te zijn. Maar wanneer het gaat over het berusten op zichzelf, dan lijken dieren daar geregeld beter

in te zijn dan de mens zelf. Want soms lijkt het leven voor de mens hectischer te zijn dan dat van dieren.

Dieren lijken ook een wil te hebben. Zoals een moeder die haar jongen wilt beschermen. Of zoals een mannetje dat wilt pronken of duelleren om te kunnen paren. Maar vaak lijken dieren niet echt een wil te uit te oefenen. Zoals een vogel die ligt de broeden of een gazelle die aan het grazen is of zoals een beer die uitrust. Ze lijken er geen probleem mee te hebben om geen wil uit te oefenen en ergens rust te vinden. Om op zichzelf te berusten, ook wanneer ze geen wil uitoefenen.

Aan de wil zijn twee zijden. Met wilt iets. Maar de wil kan ook iets van zich willen. Zoals men zegt: “Kiezen is verliezen.” Als men bv. iets wilt doen waar men zin in heeft en hierdoor nog weinig tijd over heeft om iets anders te doen, wat men ook wou doen, dan lijkt men niet al te hard op zichzelf te kunnen berusten.

Pas wanneer men zichzelf kan overschouwen en kan nagaan wat zich werkelijk zou dienen en wat niet, kan men meer gaan berusten op zichzelf. Dan kan men net de wil meer gaan organiseren. Als men kan vertrouwen op de wil, dan is de wil des te meer iets van zich. En dan is de wil des te minder als iets dat iets wilt van zich. De wil is dan meer iets ter ondersteuning van zich. En minder iets dat zich opeist. Zodat men dan evenzeer rust kan vinden door niet altijd iets te willen.

## 4. Innerlijke vreugde

Het is vaak moeilijk om positiviteit of liefde te verspreiden. Want mensen staan er niet altijd open voor. En soms lijken ze net het tegenovergestelde te doen, namelijk door zich te gedragen op een wijze waarmee ze die positiviteit of liefde lijken aan te vallen. Daarom lijkt het haast groots om het toch te doen.

Maar ook wanneer men het niet doet, kan men de vreugde in zichzelf bewaren. Alsof iets in zich een betekenisvolheid laat leven. Men hoeft het dan niet te verspreiden. En waarom zou men die vreugde en betekenisvolheid in zichzelf willen bewaren?

Wel, omdat men zich zo kan bevrijden van onverschilligheid en betekenisloosheid, zelfs wanneer de omgeving zich soms zo onverschillig en betekenisloos lijkt te gedragen. Soms zal men wel dienen in te grijpen. Maar vaak ook niet. Vaak kan men gewoon voor zichzelf ergens een schoonheid kunnen zien en willen zien.

Eigenlijk creëert men zo een veilige zone voor zichzelf. En in die zone kan men dan leven en een beetje openbloeien.

## 5. Kracht overdragen

De kracht die men voelt in zichzelf doordat men zich goed voelt, wel zulke kracht kan men ook aan anderen geven. En dat kan zich dan weer kracht geven. Want men zou zich goed kunnen voelen door anderen te laten voelen.

Maar het hangt af van zich. Is dat wat men wilt op dat moment? Alsook, hoe gaat de andere erop in? Als men de andere goed wilt laten voelen en kracht wilt geven, zou die zich dan misschien te veel laten verwennen? Of er geen gehoor aan geven? Voelt het juist aan voor zich?

De keuze ligt bij zich. Men kan kracht proberen te geven aan anderen en dan vreugde voor krijgen. Maar het werkt het best wanneer dat ook gewaardeerd wordt.

## 6. Morele vrijheid

Wanneer iemand voelt dat zijn/haar eer gekrenkt is, dan zou het best kunnen dat men moet opletten. Want die persoon zou op één of andere manier (een beetje) wraak kunnen nemen. En geregeld is er dan snel ironie te vinden in zulke situatie. Want geregeld neemt die persoon wraak omdat zijn/haar eer gekrenkt is terwijl die wraak nogal eerloos zou kunnen overkomen. Aldus, misschien is diens eer wat te snel gekrenkt en vervalt die persoon te snel naar bedenkelijk gedrag.

Aan de andere zijde van het spectrum is de persoon die te weinig eer lijkt te hebben. De persoon zou zich kunnen laten doen terwijl hij/zij vernederd wordt. Dan zou het beter lijken dat die persoon ergens een grens stelt voor zichzelf en

bepaalde dingen niet duldt. Natuurlijk, daarom zou die persoon geen wraak hoeven te nemen. Maar ergens lijkt het veel beter te zijn dat die persoon er op zijn minst niet mee akkoord gaat.

Ergens tussenin is er dan een middenweg. Niet te snel gekrenkt zijn, en zich niet te veel laten doen. Waarom zou men zich ooit moeten laten doen? Waarom zou men ooit gekrenkt moeten zijn? Beide reacties zijn begrijpbaar en menselijk. Maar het lijkt beter dat men nooit gekrenkt zou zijn en zich nooit zou laten doen. Anders gezegd, er zijn vast tal van dingen waar men niet mee akkoord hoeft te gaan. Dat lijkt op zich voldoende te zijn. Geen nood om erdoor gekrenkt te zijn of om zich te laten doen.

Maar we blijven mensen. Dus natuurlijk kunnen we ons soms gekrenkt voelen. Dan is er de vraag: is die persoon die zich krenkt werkelijk iemand waarmee men geen vriend kan zijn? Aldus, als men bv. hardnekkig gepest wordt, dan hoeft men uiteraard die persoon niet als een vriend te benaderen. Als iemand zich echter soms wat lijkt te provoceren en soms net vriendelijk lijkt, wel dan hoeft men die persoon ook niet als een vriend te benaderen. Maar het zou best kunnen werken om die persoon toch als een vriend te benaderen. Omdat er iets meevalt aan die persoon.

En als men zich daar dan niet toe in staat voelt, dan kan men zich de vrijheid gunnen om die persoon niet als een vriend te benaderen. En dit wil niet zeggen dat die persoon ineens een vijand is. Er is ergens een niemandsland. Men kan bv. een zekere afstand houden wanneer het contact naar iemand moeilijk is. Hoeft niet te betekenen dat men alle contact mijdt.

Want men zou kunnen trachten om afstand te houden en evenzeer kunnen trachten om de persoon niet te negeren. Wel, als die persoon vindt dat men zich minachtend gedraagt naar zich, dan hoeft men zich niet te laten doen. Of als die persoon net wraak gaat nemen of zich gaat moraliseren omdat het hem/haar niet aanstaat, dan hoeft men zich niet te laten doen. Men hoeft er daarom nog niet op te reageren. Maar men hoeft er evenmin mee akkoord te gaan. Men hoeft er niet echt aandacht aan te vestigen. Want dan men zich al snel in een situatie laten meetrokken door de andere terwijl men geen baat heeft om in zo'n situatie verzeild te raken.

Want eens men in zo'n conflictsituatie terecht komt, dan kan dat aan zich gaan knagen. En dat kan zich dan weer belemmeren om nog even positief in het leven te staan. Waardoor men mogelijk minder in staat is om nog even vriendelijk te zijn naar diegenen waarbij vriendschap wel mogelijk was. Het is best wanneer men het niet aan het hart laat komen. En zo behoudt men een vrijheid.

## 7. Verwerken is ongedaan maken

Als er iemand is of als er meerdere mensen zijn die zich gedragen op zulke wijze dat men er kapot aan gaat en erdoor breekt, dan zal men ergens beseffen dat het objectief is om zich een slachtoffer te noemen. Men zal beseffen dat het aan het gedrag van de andere ligt.

Maar evenzeer zal men op een gegeven moment kunnen beseffen dat men zichzelf voor een stuk een slachtoffer maakt doordat men zich als een slachtoffer ziet.

Aanvankelijk zou men dus kunnen herkennen dat men een slachtoffer is om zo op te komen voor zichzelf door die vaststelling te maken. Maar later in het verwerkingsproces zou men net kunnen herkennen dat het beter is om zichzelf niet als slachtoffer te aanzien. Omdat men dan net wenst voort te gaan met het leven.

Maar het is moeilijk om voort te gaan wanneer men hierbij zich gedwongen voelt om iets achter te laten van zich dat men niet wou achterlaten. En wat zou men dan achterlaten?

Wel, toen men nog niet stuk gegaan was en toen men nog niet zo zeer aan het stuk gaan was, toen voelde men zich vrij van zulke ellende. De ellende die door iemand anders veroorzaakt leek te worden. Wel, dat vrije gevoel zou men kunnen verloren zijn. Men zou kunnen wensen voort te gaan maar men zou zich mogelijk nog niet zo vrij voelen.

Hoe kan men dat 'vrije gevoel' misschien terugwinnen?

Wel, door datgene wat is gebeurd, ongedaan te maken. Men had aanvaard dat men een slachtoffer was omwille van het gedrag van iemand anders. Nu zou men kunnen aanvaarden dat men geen slachtoffer is omwille van het gedrag van iemand anders. Voorheen was men objectief een slachtoffer. Maar dat hoeft niet zo te blijven. Nu zou men net objectief niet langer een slachtoffer zijn net omdat men voor zichzelf uitmaakt dat het gedrag van anderen zich niet tot slachtoffer maakt. En dat de enige die zich tot slachtoffer kan maken, nu,



zichzelf is, doordat men het dan zou toelaten om zichzelf als een slachtoffer te zien. Als men dat echter niet toelaat, dan kan men net dat 'vrije gevoel' terugwinnen. Het zou dus zichzelf vervullen.

En dat geldt allemaal trouwens evenzeer wanneer het eerder het eigen gedrag was dat zich tot slachtoffer maakte, i.p.v. het gedrag van de andere. Ook dan zal men het ergens dienen ongedaan te maken door zich niet langer als het slachtoffer te aanzien van het gedrag dat men zichzelf aandeed.

## 8. Rechtvaardigheid herbekeken

Sommige mensen kunnen zich het leven moeilijk maken. Ze lijken zich dan mogelijk bewust te gedragen op een wijze die zich kwetst. Ze zouden zich kunnen wensen te raken. In zulk geval is dat daarom nog niet noodzakelijk te associëren met een narcistisch trekje. Maar het is ook helemaal niet uit te sluiten.

Als men bv. zich gedraagt op een wijze die de andere niet aanstaat, dan zou die persoon mogelijk des te harder kunnen terugslaan. Dus de persoon zou niet enkel wraak nemen, maar des te harder wraak nemen. Alsof men handelt vanuit het principe: “Als jij mij raakt, dan zal ik jou des te harder raken.”

Wel, zulk gedrag zou te kunnen associëren zijn met een narcistisch trekje. En vele mensen zijn daartegen niet goed opgewassen. Misschien wensten ze die persoon bv. eigenlijk

niets te misdoen, en dan zouden ze ervoor boeten en er maar moeten tegen kunnen. Dat brengt leed teweeg.

En toch zou men kunnen vaststellen dat vele mensen wel goed overweg kunnen met diezelfde persoon. Het is dus niet onmogelijk. Maar men zou een beetje dienen te begrijpen hoe men dat zou kunnen doen.

En men zou dat bv. kunnen doen door die persoon te vriend te houden. Natuurlijk zou men de verschillen tussen elkaar niet moeten wegmoffelen. Maar door de persoon te vriend te houden, zou die persoon vertrouwen in zich kunnen behouden. Want vaak lijkt het zo te zijn dat wanneer men zich op een wijze gedraagt die niet in de smaak valt bij diegene met het narcistische trekje, dat men dan het vertrouwen van die persoon in zich zou kunnen verliezen. De persoon met het narcistisch trekje kan immers een gebrek hebben aan empathie. Aldus, bij die persoon hoort men niet te denken: “Ik mag mij zo gedragen want ik doe daar eigenlijk niets mis mee”. Of “Ik heb het recht om op te komen voor mezelf ook wanneer ik de positie van de andere hiermee aanval.”

Wel ja, men mag zich zo gedragen en men heeft het recht om op te komen voor de eigen mening. Maar daarom valt dat natuurlijk nog niet in goede aarde. Wat er zou kunnen gebeuren, is dat die andere persoon het niet gaat bekijken vanuit jouw perspectief. En hierbij dus niet empathisch gaat zijn. En eerder gaat voelen dat hij/zij zich aangevallen voelt omdat men zich niet gedraagt hoe hij/zij wilt dat men zich gedraagt. En dat zou zich uiteindelijk zuur kunnen opbreken.

En daarom, om die miserie te voorkomen, zou het helpen om een zekere empathie te hebben naar die persoon met het

narcistische trekje. Wat absoluut niet evident is omdat die persoon mogelijk heel anders in elkaar steekt dan zich. Maar als men er toch enigszins in slaagt en dan rekening houdt met hoe die persoon het ziet, dan zou men die persoon des te meer te vriend kunnen houden. Wat natuurlijk geenszins hoeft te betekenen dat men de eigen waarden gaat verloochenen. Men dient niet gehoorzaam te zijn. Men dient vanuit het eigen initiatief te handelen. Maar het kan hierbij net helpen dat men rekening houdt met de verschillen onder mensen.

En dit wordt ons misschien te weinig aangeleerd. Vanuit de maatschappij krijgt men misschien te hard een idealistisch beeld van hoe het zou moeten zijn. De maatschappij kan wel tal van problematieken bespreekbaar maken om er zo een bewustwording rond mogelijk te maken. Zodat velen, ook diegene met een narcistisch trekje, er enige sympathie voor zou kunnen opbrengen.

Maar zulke bewustwording lijkt ook zijn grenzen te hebben. Uiteindelijk kan het nog steeds zeer confronterend zijn om blootgesteld te worden aan een samenleving die hard kan zijn en gemeen kan zijn, ondanks al de bewustwording die heeft plaatsgegrepen vanuit de maatschappij. Misschien geeft het aan dat narcisme niet zomaar zal verdwijnen, ook al doen we vele inspanningen. En indien zo, dan is het misleidend om mensen een beeld voor te spiegelen van een samenleving die onmogelijk lijkt omdat die ware samenleving helemaal niet zo begripvol en empathisch is. En soms net eerder het tegenovergestelde.

Misschien dient men het daarom te herbekijken. Misschien dient men kinderen aan te leren om bv. andere kinderen te

vriend te houden wanneer ze is iets doen dat gemeen aanvoelt. Opdat ze zich niet zouden trachten te verweren en hierdoor nog veel meer miserie zouden krijgen. Die kinderen zouden ergens dan ook best een voorbeeld krijgen van hoe het dan zou horen te zijn, doordat hun ouders bv. evenzeer in staat zouden zijn om een zekere vrede te bewaren, ondanks de ondankbaarheid en het onbegrip dat ze bij momenten zouden kunnen ervaren.

De kwestie is dus: hoe kan men een samenleving maken die zo goed als mogelijk haar verschillen kan overwinnen? Wel, dat zal voor een stukje lukken via bewustwording van tal van problematieken. Maar men lijkt mij dan ook voor een stuk rekening te moeten houden met verschillen in het menselijk gedrag die niet zomaar lijken te verdwijnen en die tal van problemen kunnen veroorzaken voor zichzelf en anderen als men er niet veel rekening mee houdt.

Dit gezegd zijnde, er is vast een heel spectrum aan narcisme. En soms zal het gedrag van de andere haast onmogelijk te smaken zijn, ook al wenst men dat te proberen. En soms zal er teveel gebeurd zijn om de persoon nog te vriend te houden.

Anderzijds, er zijn ook tal van mensen die een zekere zelfliefde hebben maar die men beter niet narcistisch noemt omdat hun zelfliefde anders van aard is. Men zou hun zelfliefde gematigder kunnen noemen. Wel ook bij hen kan het van belang zijn om hen te vriend te houden door hun zelfliefde niet aan te vallen. Zodat, wanneer men vriendschap of liefde aan hen wilt geven, die liefde dan ook des te meer zou kunnen aankomen bij hen. En dit is wat veel jonge mensen reeds lijken te doen.

## 9. De gevangenis van het leven

Het leven is als een gevangenis waaruit men niet kan ontsnappen, tenzij door te sterven. Wel nee, het is geen gevangenis zoals we dat normaal verstaan. We hebben meer vrijheid dan zij die achter slot en grendel zitten.

Maar probeer maar is vrijheid te bekomen. Dat is moeilijk. Het is gelijkaardig aan geluk. Vanaf men het als doel voorop stelt, zal men komen te beseffen dat het moeilijk is om zo gelukkig te zijn als dat men wou gelukkig zijn. Zo is het ook voor vrijheid. Ergens lijken we dus gevangen te zijn.

Ik denk ook niet dat er iets aan te doen is. Het is niet op te lossen. Ergens blijven we gevangen. Maar net door dat te beseffen, kunnen we ons vrij voelen. Aldus, door de gevangenis te aanvaarden, door te aanvaarden dat men ergens zich niet vrij zal voelen, kan men gemotiveerd zijn om enige vrijheid op te zoeken. Omdat men dan niet langer iets te verliezen heeft. Men zou net kunnen vinden dat men iets te verliezen heeft door het niet te doen.

## 10. Liefde voor mensen

Liefde hebben voor mensen kan deugd doen voor zich. Soms is het echter moeilijk om liefde te hebben voor hen. Omdat zij bv. weinig liefde hebben voor zich. Of omdat zij moeilijk liefde kunnen opbrengen voor zich. Of omdat zij gemeen zijn naar zich. En toch is het niet onmogelijk om toch liefde op te brengen voor hen. Het gaat dan niet over liefde voor hun gedrag dat niet lijkt te deugen. Het gaat ook niet over liefde voor aspecten in hun persoonlijkheid waar men maar weinig liefde voor kan opbrengen. Het gaat over liefde die niet specifiek hoeft gericht te zijn naar hen. Eerder gaat het over liefde als iets dat men kan opbrengen, los van hoe zij zijn. Gewoon omdat men in staat wilt zijn om liefde voor hen te hebben. En men mag die liefde uiten naar hen. Maar dat hoeft ook niet. Die liefde zou iets zijn dat men in zich heeft. En eens men daartoe in staat is, dan zou dat een gezonde karakteristiek kunnen zijn. Want liefde kunnen opbrengen, lijkt vaak belangrijk te zijn.

En zulke liefde krijgen, lijkt de liefde te zijn die ik verkies. Ik verkies ze boven liefde van mensen die met mij te doen hebben. Ik verkies ze boven mensen die mij bewonderen. Nee, de liefde van mensen die er zomaar is. Die is eigenlijk, in zekere zin, onvoorwaardelijk. Niet dat men ze zal krijgen ongeacht hoe men zich gedraagt. Maar als men ze krijgt, dan is het niet omdat men aan voorwaarden voldoet om ze te krijgen of te verdienen. Ze is 'gratis'. En in die liefde wil ik mezelf herkennen. In die liefde lijk ik bevestigd te worden van een mooie menselijkheid.

## 11. De mens als ideaal

Er is een begrip van de mens zoals wij ons als mens zoal gedragen. De werkelijke mens. Maar de mens is ook een ideaal. De mens als dat wezen met vrije wil, bijvoorbeeld. En bestaat die vrije wil? Wel, tot op zekere hoogte. Tot op zekere hoogte is het evenzeer een illusie. Zo is het ook met idealen. Ze zijn per definitie haast onbereikbaar. Dat is belangrijk om te beseffen. Mensen die idealen voor ogen houden, zullen soms geconfronteerd worden met het feit dat ze hun idealen niet kunnen waarmaken. Maar wat als we onze idealen hierdoor kwijtspelen? Wat als we enkel geloven in die werkelijke mens zoals we die objectief zoal menen te herkennen? Dat kan net demotiverend zijn. Ergens lijken we onze idealen nodig te hebben. Al was het maar als dromen. Opdat we kunnen dromen van wat we zouden kunnen. In plaats van zo objectief te zijn dat we een beetje stoppen met te dromen zodat we ze nog minder kunnen vervullen.

## 12. Een samenvatting

Wanneer het geloof in de idealen begint in te storten, kan dat heel confronterend zijn voor de mens. Zulke confrontatie kan ontstaan omwille van het eigen gedrag. Omdat men bv. gefaald heeft in iets en zo het geloof in zichzelf heeft aangetast. Evenzeer kan zulke confrontatie ontstaan omwille van gedrag van anderen. Omdat men bv. komt te herkennen

dat mensen zich gruwelijk en ook onverschillig kunnen gedragen. Zodat men hoop verliest.

Dat kan heel hard aankomen omdat idealen als een houvast zijn. Men probeert er zich aan op te trekken. En eens dat begint te falen, komt men des te meer in contact met 'de werkelijke mens' en 'de werkelijke wereld'. En dan droomt men des te minder van een mens en wereld die wij zouden waarmaken via onze idealen. En dat kan demotiverend zijn en deprimerend zijn.

Men zou kunnen stellen dat mensen die zulke confrontatie doorgaan, iets te verwerken hebben. Want ze zijn iets van zichzelf verloren. En dan proberen ze voort te gaan met te leven terwijl ze iets achtergelaten hebben van zichzelf dat ze niet wilden achterlaten. En zulk leven zal dan misschien getekend zijn met onverschilligheid. Ze lijken ze immers te hebben opgedaan.

Wel, men kan iets proberen te verwerken door de opgedane schade ongedaan te maken. Het verwerken kan dan plaatsgrijpen door datgene dat men niet wou achterlaten, opnieuw leven in te blazen. En dat zijn die idealen. Maar men is dan vast geholpen met een andere benadering van die idealen dan voorheen. Men kan beseffen dat een ideaal per definitie onbereikbaar is. Idealen zijn eerder als een doel dat men niet kan bereiken en moeilijk kan benaderen. Maar idealen kunnen als een droom zijn die zich hoop geeft. Omdat het leven zonder idealen zich die hoop zou kunnen ontnemen.

Vrijheid is zo'n ideaal. Het is onbereikbaar. Net zoals geluk. Als men het geluk als een doel vooropstelt, dan zou men kunnen geconfronteerd worden dat men er niet in slaagt om zo



gelukkig te zijn als dat men wou zijn. Zo lijkt het ook het geval te zijn met vrijheid. Anders gezegd, slechts bij momenten kunnen we ons bevrijd voelen. En vaak net niet. Alsof we, relatief gesproken, in een gevangenis leven. Dat is dan misschien het werkelijke leven. Maar wat als we dat kunnen aanvaarden? Wel, dan kunnen we net zien dat die gevangenis relatief is en dat er nog altijd vrijheid is die te nemen is, maar enkel als men daartoe open kan staan.

Liefde is nog zo'n ideaal. Een ideaal dat het zwaar te verduren heeft. Mensen kunnen toegetakeld worden door anderen. Soms ook door zichzelf. En daarnaast lijkt er ook vaak een sluimerende onverschilligheid te zijn. Opdat zelfs wanneer mensen zich degelijk proberen te gedragen naar elkaar, men evenzeer een relatieve afwezigheid van liefde zou kunnen opmerken. Maar de liefde is er nog steeds. Ze kan nog steeds uit zich komen. Ze doet dat vast al. Wanneer men compassie voor iemand opbrengt. Wanneer men een zekere bewondering heeft voor iemand. En evenzeer kan men liefde opbrengen als iets dat de andere niet hoeft te verdienen maar dat men zo kan geven. Gratis. Niet in alle omstandigheden. Maar toch, in zekere zin, onvoorwaardelijk. En men zou dat kunnen doen als men, al was het af en toe, liefde wilt opbrengen voor anderen. Zomaar.

Soms zijn liefde en vrijheid in conflict met elkaar. Men zou zich vrijheid kunnen ontnemen omdat men er wilt zijn voor diegene die men graag ziet. Maar dan is het vaak ook zo dat diegene die zich graag ziet, kan wensen dat men meer vrijheid heeft. Zodat er eigenlijk vrijheid gegund wordt door de andere, zelfs wanneer men die zichzelf niet gunde.

Sterk zijn en onafhankelijk zijn, zijn nog zo'n idealen. Ook dat wordt uiteraard toegetakeld wanneer men tot onmacht wordt gebracht. Soms lijken mensen wraak te nemen om zich sterk te voelen ten koste van iemand anders. Terwijl die andere persoon het niet altijd verdiend lijkt te hebben. En soms zelfs allerminst. Maar men kan nog steeds ongedeerd zijn of worden. Men kan nog steeds, al zou het tijd kunnen vergen, zulke dingen weerstaan opdat men het vertrouwen in zichzelf kan vinden. En opdat zij die wraak nemen, ineens niet zo sterk meer lijken. En dan zeker wanneer de wraak misplaatst was.

Men dient op zichzelf te kunnen vertrouwen. Hier is het, misschien verrassend genoeg, interessant om het verschil tussen mens en dier te benadrukken. De mens onderscheidt zich omwille van zijn geavanceerd gebruik van taal. Hierdoor kunnen wij abstracties maken en zelfs onszelf abstraheren, zelfs in zulke mate dat we zouden vergeten dat we onze eigen abstracties niet zijn. Dieren kunnen dat niet. Ze zijn ergens gedwongen om meer op zichzelf te berusten. En ze lijken dat dan ook vaak heel goed te doen. Terwijl de mens bv. net tal van dingen kan willen die zich daarom niet vooruit zullen helpen. Of zich misschien vooruit helpen maar het ook onnodig zwaar maken voor zichzelf. Het is die wil die wij vanuit ons gebruik van taal kunnen uitdrukken. Net zoals wij via ons gebruik van taal een identiteit kunnen geven. Dat zijn zulke abstracties. Maar terwijl de dieren haast gedwongen zijn om naar zichzelf te luisteren, doen wij dat misschien vaak te weinig. Het eeuwige gevaar is dat de wil, ook iets wilt van zich. Kiezen is verliezen tenzij men op zichzelf kan berusten. En dat gaat als men tracht om te voelen wat goed zou zijn voor zich, net zoals dieren dat doen.

Bij deze tekst krijg ik het gevoel dat in nog in de tijd van de Verlichting leef. Maar evenzeer lijkt het van eeuwig belang te zijn, zelfs wanneer wij in een hoger en hoger technologische samenleving lijken te zullen leven. Steeds meer kan technologie tal van dingen van ons overnemen. En tegelijkertijd lijken wij nog steeds gebaat te zijn met een actief leven. Technologie zou ons kunnen dienen om dat te bekomen. Evenzeer zou het ons kunnen 'verslaven' doordat wij eraan verslingerd kunnen zijn en/of er ons afhankelijk van kunnen voelen.

Daarnaast kan technologie ons nog verder en verder verwijderen van het leven zoals dieren dat doen. Een chip in de hersens zou bv. ons in staat kunnen stellen om nog veel verdergaande abstracties te maken. Het zou onze cognitie kunnen verhogen. Waar ik, op zich, niets op tegen heb. Maar het lijkt me zorgwekkend wanneer wij hierdoor nog minder op onze gevoelens zouden moeten berusten. De enige vooruitgang van de mens naar een soort van overmens of übermensch waarop ik lijk te kunnen berusten, de enige vooruitgang die ik kan zien, is diegene van een mens die zich verder ontwikkelt zonder zich te bevrijden van gevoelens waarop men kan berusten. Aldus, de enige vooruitgang die ik zie, is er één die geen compromis vormt. Aldus, door een hogere cognitie gepaard te laten gaan met een blijvend inlevingsvermogen in mens en dier.

Echter, de toekomst blijft onzeker. En net omdat wij als mensen en als mensheid vaak niet de slimste keuzes lijken te maken. Er blijven tal van gevaren schuilen. Misschien omdat technologie, als ideaal, nog teveel als een doel aanzien wordt, i.p.v. een droom. Technologie kan veel waarmaken. Zolang

men niet verblind wordt met idealistische abstracties omtrent technologie. En terwijl wij misschien is deze moderne en/of postmoderne tijd vaak wat te geneigd zijn om te veel abstracties te maken die ons afleiden van een relatief helder perspectief.

### 13. Er is iets buiten zich

Hoe kan men leven? Soms voelt men wat goed is voor zich en wat niet. Dat gevoel kan ontstaan zijn uit opgedane ervaringen. Dat gevoel kan geleidelijk aan meer vorm krijgen. Men begint beter en beter te begrijpen wat voor zich lijkt te werken en wat voor zich niet lijkt te werken. Men leert bij. Het wordt vollediger.

Op een gegeven moment begint het dan misschien duidelijk te worden dat men het niet beter weet dan dat gevoel. Men probeert minder om zich te overtuigen van dingen omdat men reeds meent te herkennen dat men het niet bij het juiste eind lijkt te hebben. En toch is dat gevoel niet zomaar te concretiseren. Men begrijpt ergens waarom. Het heeft immers vorm gekregen uit opgedane inzichten. En het lijkt vorm te krijgen over een lange periode. Vandaar dat het te ruim lijkt om het te gaan concretiseren. Men zou misschien zoveel moeten gaan vertellen dat men uiteindelijk misschien niets lijkt te zeggen... tenzij door nog meer te vertellen. Om het zo nog meer uit te klaren. En het zou natuurlijk kunnen dat men zich die moeite zou wensen te besparen. Dus... kan men proberen te berusten op dat gevoel.

Het is alsof er een bestaan heeft vorm gekregen. Maar men is niet dat bestaan. Het is niet de 'ik'. Want dat ego lijkt veel concreter te zijn. Wat men vanuit het ego op een gegeven moment wilt, is veel meer te concretiseren door zichzelf. Omdat het niet zo ruim is. Vandaar dat het ego een andere rol zou krijgen. Als men vanuit het ego of de 'ik' iets wilt, dan zou men nagaan of dat past in het volgen van dat bestaan. En soms zou dat het geval zijn. En soms net niet.

Omdat dat bestaan niet de 'ik' is, kan het ego zich niet dat bestaan toe-eigenen. Men kan best proberen om dingen te doen die in dat bestaan zouden passen om zo controle te krijgen over dat bestaan. En dat kan men proberen vanuit het ego. Maar dan nog zal die poging of dat project dat men voor ogen heeft, afwijken van dat bestaan. Dus als men dat bestaan wenst te volgen, dan gaat het ergens niet over 'meester' zijn maar over het volgzaam zijn. Alleen is men dan niet volgzaam aan andere mensen. Men is volgzaam aan een manier van leven die in dat bestaan lijkt te passen, in die mate dat men dat kan inschatten. Het is alsof er iets bestaat buiten zich. En men kan proberen om daar een verbondenheid mee aan te gaan zodat men het alsnog in zich voelt.

Men kan bv. denken aan een eer. Vanuit die eer kan men proberen om dingen niet te doen of net wel te doen. Als men te weinig acht slaat op dat bestaan dat men ietwat voor ogen heeft, dan zou men zich kunnen teleurstellen. En zich zelfs wat onwaardig of eerloos kunnen voelen. Als men wel tracht te doen wat men voor ogen heeft vanuit dat bestaan, dan zou men net een trots kunnen voelen. Men zou een eer kunnen voelen om zo te leven. Het gaat hier over een andere eer dan bij de eer die men zou hebben vanuit het ego. Het gaat over

een eer om dat bestaan te mogen leiden. Of... om dan toch niet te hard af te wijken van dat bestaan. Het is niet iets dat men zich dient op te leggen. Dat zou net gaan wringen. Er blijft vrijheid.

Slechts door te voelen dat men in zekere mate leeft volgens dat bestaan, kan men het bereiken. Vanaf men dat niet meer doet, lijkt het weer te vervagen. Het is niet iets dat men kan controleren. Het iets om zich op te berusten. Om op te vertrouwen. En als men dat niet doet, dan kan zich dat wreken. Dan zou men kunnen gaan merken dat men zich niet zo goed voelt door zich anders te gedragen, aldus, door tegen dat bestaan in te gaan. Ergens heeft men dan niet de controle. En dan lijkt het alsof men zichzelf iets wijsmaakt. Alsof men dan wilt dat iets waar is terwijl men dan ergens lijkt te herkennen dat het eigenlijk niet waar is.

Maar hoe dan dat bestaan te leiden? Want zelfs wanneer men aanvoelt hoe men zou kunnen leven om dat bestaan waar te maken, wil dat nog niet zeggen dat men voelt dat men het werkelijk lijkt te kunnen. En daarin dient men opnieuw te berusten. Men kan het niet forceren. Maar men kan het wel voor ogen houden. Als een leidraad.

## 14. Onvolledige motivering

Er is altijd een onvolledige objectiviteit in het leven. En er zijn verschillende manieren om daar mee om te gaan.

Een eerste manier is om zich trachten te overtuigen van iets. Men probeert zich te overtuigen om een bepaald leven aan te hangen. Men zou kunnen trachten om zich te overtuigen via opvattingen die men als objectief beschouwt. En er zou tal van objectiviteit in die opvattingen kunnen schuilen. Maar uiteindelijk komt het nog steeds neer op overtuiging en een geloof in die opvattingen.

De tweede manier is om macht uit te oefenen alsof men het zo objectief maakt. Aldus... men neemt een bepaalde opvatting aan en men probeert die objectief te maken door die opvatting te bekrachtigen via macht. Men hoeft dus eigenlijk niet met volkomen zekerheid te weten dat men juist is. Men gaat er dan gewoon van uit omdat men dat wilt. En dan probeert men dat te forceren door bv. anderen te overtuigen van die opvatting. En als dat lukt, dan lijkt het ergens 'objectief' te worden.

De derde manier, is om zich bewust te zijn dat er die onvolledigheid is. En men probeert zich dan niet te overtuigen via een geloof of via macht. En hierbij kan men zich dan losmaken van tal van 'objectiviteit' die niet zo objectief is.

Aldus, als er bv. in een cultuur tal van opvattingen zijn die vaak als objectief worden opgevat, in die zin dat mensen ze aanhangen en ergens verwachten dat men ze ook aanhangt. Wel, dan zou het kunnen gaan over de uitoefening van macht om zo iets 'objectief' te maken. Maar als men daar dan niet langer in gelooft, dan wordt dat niet meer objectief voor zich. En zo is er dan een bevrijding.

Evenzeer, de eigen opvattingen die men als objectief aanziet en waarin men zou willen geloven, die men hoeft men daarom niet te laten vallen. Maar evenzeer zou men kunnen inzien dat

ze niet de algehele waarheid kunnen zijn omdat men die niet lijkt te kunnen vinden. En zo maakt men zich ook vrij van een te sterk geloof in die opvattingen.

Die derde manier is een belangrijke aanvulling. Zowel voor mezelf als voor een cultuur. Omdat er een concept van vrijheid in schuilt. Men hoeft bv. niet tal van regels te volgen vanuit een cultuur om een soort van sociale cohesie te laten ontstaan, als men eigenlijk niets misdoet door daar soms niet op in te gaan. Evenzeer hoeven we bv. ook niet gezamenlijk te geloven in een ideaal dat deugzaam zou zijn. Want ook al zou er dan tal van deugzaamheid in dat ideaal schuilen, dan nog mogen we ons vast vrijheid gunnen door dat ideaal niet als een vrij absolute waarheid te aanschouwen.

Echter, de belangrijkste conclusie, is de onvolledigheid. Zelfs met de toepassing van deze drie technieken, is het onvolmaakt. En dat is misschien de belangrijkste conclusie. Het wil eigenlijk zeggen dat onze kennis ons kan helpen maar ons niet kan verlossen. Anders gezegd: we kunnen nooit echt weten hoe te leven, tenzij in die momenten dat men ervan overtuigd is dat men het wel weet. Maar die momenten zijn vast tijdelijk. Aldus, daarna worden we weer geconfronteerd met een gebrek aan overtuiging. En dat kan ons kwellen. Wat kan men doen?

Wel, de hele absurde verlichting die ik probeer te bespreken, is om duidelijk te maken dat de verlichting zou betekenen dat men zou beseffen dat niet kan weten hoe te leven. Dus het besef van onwetendheid, is de verlichting. Dit wil niet zeggen dat men alles overboord dient te smijten. Misschien kunnen de overtuigingen ergens impliciet aanwezig blijven terwijl men beseft dat men niet weet hoe men nu net moet leven. Of, beter



gezegd, dat men eigenlijk wel weet hoe te leven doordat men weet dat men het niet kan uitdenken.

## 15. De brug

Soms ontstaat er een kloof tussen twee mensen. Ze zouden dan bv. beiden wat kunnen lijden omdat ze menen dat de andere zich op een wijze aanziet die pijnlijk is voor zich. En men kan dat onrechtvaardig vinden. Men zou kunnen vinden dat men onrechtvaardig wordt beoordeeld omdat men vindt dat men anders is.

Echter, als men dat lijden op een gegeven moment kan overstijgen door bv. liefdevol te zijn naar de andere, dan kan die hele houding naar elkaar ineens weer veranderen. Alsof wat eens zo objectief opgevat leek, ineens niet langer geldig is. Men gaat dan voorbij onrechtvaardigheid en voorbij een behoefte aan rechtvaardigheid opdat men een brug kan bekomen naar de andere toe.

## 16. Reëel of niet reëel?

De cultuur... is die reëel? Ze bestaat echt. En ze kent tal van gebruiken. Als iemand zich bv. begroet dan wordt er vanuit de cultuur vast verwacht dat men iets terug zegt. Doet men dat niet... heeft men dan iets misdaan? Misschien voelde het niet goed om iets terug te zeggen. Misschien vond men dat men

het niet diende te doen. Nu, dat is natuurlijk een bagatel. Maar ergens kan zelfs zoiets als onbeleefd opgevat worden. Maar hoeft men daarin mee te gaan? Misschien is men daarmee niet akkoord. Misschien herkent men dat het eigenlijk niet als onbeleefd diende aanzien te worden en dat dan de verantwoordelijkheid bij de andere ligt. Hij/zij is verantwoordelijk voor zijn/haar opvattingen. En als die niet juist zijn, dan ligt die fout bij hem/haar.

Maar natuurlijk, wat kan men doen tegen de cultuur? Men zal ze niet zomaar veranderen. Het is groepsgedrag. Mensen kunnen cultuur gebruiken om er anderen op te beoordelen en hierbij zichzelf aanzien als iemand die niet de fouten maakte die de andere maakte opdat de andere vast minder aanzien en respect verdient dan zich... En soms is het te banaal voor woorden. De hele cultuur is niet zo objectief. Dus is ze dan reëel? Wel, ze is reëel en niet reëel. Ze bestaat echt. Maar ze is daarom nog niet zo objectief. En wanneer ze niet objectief is, hoeft men ze ook niet als objectief op te vatten. En als men dat dan inziet vanuit de eigen subjectiviteit, dan kan het helpen om dan de zaken niet de zien vanuit de subjectiviteit van de andere. Want de andere zou dan immers niet objectief zijn. Het zou dan vast fout kunnen zijn om mee te gaan in de subjectiviteit van de andere. Nee, men kan dan net de subjectiviteit van de andere laten vallen. En de eigen subjectiviteit laten zegevieren.

En toch blijft de cultuur echt. Men hoeft er niet in mee te gaan. Maar als men er tegenin gaat, dan kan zich dat ook wreken. En de gevolgen kunnen dan reëel zijn, zowel voor de andere als voor zichzelf. Het kan helpen om rekening te houden met de cultuur. De hele gedachte dat men vrij kan breken van die niet

zo objectieve cultuur opdat anderen dat ook des te meer zouden kunnen, wel, dat ligt niet voor de hand. Het ligt zelfs niet voor de hand dat men zelf werkelijk zich zou kunnen bevrijden van die cultuur. Omdat men er nu eenmaal in contact mee staat. En ze zal invloed uitoefenen op zich.

Maar als men een afstand bewaart van die cultuur door ze niet als objectief op te vatten wanneer ze dat niet is, en dan toch rekening houdt met die cultuur, dan kan men zich daarop alsnog baseren om des te vrijer te zijn van die cultuur. De kwestie is immers, die cultuur deugt misschien geregeld niet, maar mensen zijn altijd meer dan die cultuur. Toch zijn ze vast evenzeer verbonden met die cultuur. Als men dan ergens een toenadering zou kunnen vinden met iemand, dan zou men ergens rekening kunnen houden met de cultuur waarmee zij zelf verbonden zijn. En zo kan men elkaar vrij maken van een cultuur die geregeld niet deugt.

## 17. De depressie

Een depressie, wanneer zwaar genoeg, lijkt men niet te kunnen overwinnen, slechts te kunnen vergeten. Ja, men overwint ze dan nog steeds, maar met dit verschil: men geeft op met ze proberen te overwinnen. Als men steeds opnieuw lijkt te falen om de kracht te vinden, dan zal uiteindelijk die depressie de bovenhand halen. Zij overmeestert zich en men geeft op. Men laat zich depressief zijn. En dan begint men evenzeer te lijden. En men laat zich nog meer overmeesteren. Men probeert haast niet meer om het te negeren door oplossingen te zoeken.

Uiteindelijk vindt men ook een uitweg. Het geluk komt doordat men het lijden achterlaat omdat het gewoonweg te groot is om te blijven dragen. Dus het is door op te geven dat men het overwint. Niet dat men daarna zal bruisen van energie. Maar men weet wat men dient te doen: er niet aan denken. Ze vergeten. Men heeft vast meer dan lang genoeg zitten lijden en geprobeerd om zich te behelpen om uiteindelijk te leren dat het genoeg is geweest.

## 18. De moralen van Janus

Wanneer men de goedheid van iemand afstraft doordat men die persoon verkeerdelijk beoordeelt als iemand die niet zou deugen, dan is dat eigenlijk kwaadaardig. Het blijft hierbij open of men kwaad wou uitsteken door kwaad te spreken of dat men werkelijk denkt dat die persoon niet deugt en hierdoor kwaad spreekt. Maar sowieso kunnen er dan twee gezichten ontstaan. Men kan zich dan immers voordoen als diegene die wel deugt bij het uitspreken van dat oordeel terwijl men kwaad uitsteekt. Want diegene die verkeerdelijk oordeelt, opzettelijk of onopzettelijk, kan dan doen alsof hij/zij diegene is die hem/haar nog steeds kan tolereren terwijl het net de persoon is die verkeerdelijk oordeelt die net die beoordeelde persoon kwaad heeft aangedaan door hem/haar een slechte naam te geven. Zodat de soms de vraag eerder wordt: dient diegene die verkeerdelijk beoordeeld wordt dat te tolereren?

Uiteindelijk kan het er allemaal nogal anti-christelijk aan toe gaan. Als vergeving bv. mensen weer kan verenigen, dan dient

men niet tegen dat potentieel van vergeving gaan ingaan. Maar dit is net wat er gebeurt wanneer mensen kwaad spreken. Ze kunnen hierbij bedoeld of onbedoeld proberen om andere mensen ook verkeerdelijk te laten oordelen over iemand. Ze zeggen dan iets over iemand dat die persoon niet siert en ze gaan dan proberen om anderen ook te laten oordelen over die persoon op een wijze dat zijn/haar reputatie schade toebrengt. Ze zaaien verdeeldheid en twijfel en dat is niet alleen schadelijk voor diegene die verkeerdelijk beoordeeld wordt. Dat kan evenzeer schadelijk zijn voor andere mensen die met die twijfel en verdeeldheid achterblijven. En daarom schuilt hier allemaal kwaadaardigheid in. Maar die kwaadaardigheid gebeurt regelmatig onder de noemer van deugdzaamheid. Want diegene die verkeerdelijk oordeelt is... uiteraard... dan wel goed terwijl hij/zij kwaad uitsteekt.

Ik denk dat het kan lonen om zulke dingen als kwaadaardig te aanzien. Omdat het eerlijk is naar zichzelf als men zulk oordeel ondergaat. Het is kwaadaardig voor zich. Men doet zich kwaad aan. De hele kwestie om te proberen te begrijpen waarom mensen dat doen, is altijd leerzaam. Het brengt meer inzicht en aanvaarding. Maar de aanvaarding lijkt nooit te kunnen volstaan. Als het kwaadaardig is voor zich, dan lijkt al dat inzicht en al die aanvaarding uiteindelijk te kort te schieten. Want natuurlijk hoeft men geen kwaadaardigheid te aanvaarden. Tenminste, men kan aanvaarden dat ze er is. En dat lijkt echt wel nodig. Maar wat kan men dan doen om ze te mijden?

Wel, zich daar vrij van maken en proberen om er niet aan blootgesteld te worden. Men dient te kijken en te luisteren

naar zichzelf. Men hoeft niet 'goed' te doen als men zich hierbij blootgesteld voelt aan dingen die niet deugen.

En de liefde... die kan soelaas bieden. Dan toch wanneer men zo wel kan vertrouwen en berusten op de andere om het leed te delen. Dan toch wanneer dat de liefde zou zijn die men zou krijgen.

## 19. Naar zichzelf kijken

Voelen wat goed is voor zichzelf, lijkt vaak op de eerste plaats te moeten komen. Het wil immers niet zeggen dat men anderen in de steek moet laten. Maar hoe gaat men andere mensen benaderen? Wel, dat gebeurt best op een manier die zich ligt. Er lijkt geen compromis te hoeven gevormd worden.

Dat is trouwens hoe de wil zich vaak vormt, als een compromis. Want een wil hebben om iets te bereiken, dat kan een zeker effect hebben maar het is dan misschien vaak niet zo positief als dat men voor ogen had. De wil kan dan wel een nut hebben. Maar wat men wilt vanuit die wil, kan ertoe leiden dat men gaat negeren hoe men zich voelt en hoe men zich zal voelen door die wil te volgen. Omdat de wil verblindend kan werken. Men kan zich via de wil een beeld vormen van hoe het zal zijn als men die wil volgt, en men kan daar dan willen in geloven, maar daarmee klopt dat nog niet. Als men zich niet wilt liggen hebben, dan kan men beter die wil even uitstellen en nog wat meer voelen.

## 20. Wat goed is voor zichzelf

Er is een verschil tussen wat goed is voor zichzelf en wat goed is voor anderen. Men kan het goed doen voor anderen als iets beschouwen dat goed is voor zichzelf. Maar het blijft onduidelijk. Zou het dan werkelijk goed zijn voor zichzelf?

Wanneer men de nadruk legt op wat goed is voor zichzelf, kan men mijden dat men goed probeert te doen voor anderen wanneer dat eigenlijk niet zo goed aanvoelt voor zichzelf.

Evenzeer is het van belang wanneer men dingen verlangt. Is het ingaan op dat verlangen dan goed voor zichzelf? En dan kan men opnieuw dat nagaan. Om dan te proberen om zich dat verlangen te laten wanneer het niet goed zou zijn voor zichzelf.

Als men daarin begint te slagen, dan kan men een kracht opdoen, haast zelfs een macht opdoen. Omdat men voelt dat men niet tegen zichzelf ingaat. En hierdoor krijgt men zelfvertrouwen en kan men zich gesterkt voelen.

Maar ook die macht kan zich dan verleiden om bv. autoriteit te gaan handhaven. Maar is het dan goed voor zichzelf? En zo kan men zich die macht ook laten als dat niet goed zou zijn voor zichzelf en volgens zichzelf.

Ik ga er hier vanuit dat men het 'goed zijn voor zichzelf' beschouwt in een context waarin men probeert te zorgen voor zichzelf. Dus het verschil met iemand die goed probeert te doen voor anderen, is dat men eerst nagaat of het goed doen

voor anderen wel goed is voor zich in de omstandigheden die daar van toepassing zijn.

En daarnaast kan het 'goed zijn voor zichzelf' ook beschouwd worden als een wijze waarop men kan nagaan wat voor leven zich werkelijk zou dienen. Wat voor leven zou men willen leiden en kunnen leiden? Dat is een vraag die van cruciaal belang is voor eenieder. Sommige mensen zouden die vraag uitstellen net omdat ze zo bezig zijn met goed te willen doen voor anderen. Ze zouden hierdoor hun eigen noden kunnen negeren.

Maar evenzeer zijn er tal van mensen die zich te snel laten verleiden om in te gaan op verlangens of op macht waarbij er evenzeer kan bevestigd worden of dat hen werkelijk dient.

De middenweg echter, die is nog ongerept. Niet stout of kwaadaardig. En ook niet naïef goed. En hoe kan men trachten om volgens die middenweg te leven?

Wel, door op de hoede te zijn opdat men er niet van zou afwijken zonder dat men het zelf al te goed beseft.

## 21. Twee benaderingen tot vrije wil

Ware vrije wil lijkt mij onmogelijk te zijn. Maar er zijn twee evidente benaderingen om vrije wil na te streven.

De eerste benadering, is door iets te doen opdat men zou bekomen wat men wilt. En het is niet moeilijk om meteen enkele mogelijke problemen te vinden bij deze benadering. Het zou kunnen dat men er niet in slaagt om het te bekomen.



Het zou ook kunnen dat het niet bleek te zijn wat men echt wou omdat men eigenlijk niet heel goed begrepen had wat men nu echt zou willen. Dus enerzijds streeft men dan de vrije wil na. En anderzijds lijkt men ze dan net tegen te werken.

Wel, de tweede benadering vermijdt die problemen door net niets te doen dat die vrije wil zou tegenwerken. Dus men houdt zich tot het doen van dingen waarvan men weet dat het werkt voor zich. En al de rest probeert men zich te laten. Ook hier is er uiteraard een mogelijk probleem. Het zou kunnen dat men eerder ter plaatse blijft trappelen omdat er andere dingen in het leven zouden kunnen zijn die ook zouden werken voor zich terwijl men die niet doet. Dus men sluit dingen uit.

Al kan men via die tweede benadering wel de tijd nemen om verder na te denken. Opdat men alsnog zou kunnen ontdekken hoe men een nieuwe doordachte wending aan het leven kan geven.

## 22. Het dubbele effect van weerloosheid

Weerloosheid kan uiteraard negatief zijn. Men kan zich niet verweren. Men zou erdoor kunnen gaan lijden. Men is hulpeloos. En dan kan men al snel tot de de conclusie komen dat weerloosheid negatief is.

Maar is weerloosheid altijd negatief? Want het zou ook kunnen dat men weerloos is wanneer men wordt blootgesteld aan iets dat positief is.

En natuurlijk, ik bedoel dan iets dat werkelijk positief zou zijn. Men kan ook blootgesteld worden aan verlangens die positief aanvoelen terwijl het mogelijk niet positief is voor zich om erop in te gaan. Dan lijkt die weerloosheid nogmaals negatief te zijn.

Maar er zijn natuurlijk dingen die positief zijn voor zich. Denk bv. aan vreugde die men ondervindt in een vriendschap. Als men zich daaraan kan blootstellen, als men ergens weerloos is, dan kan men openstaan tot die vreugde. Als men echter bv. defensief blijft in een mogelijke vriendschap, dan zal die vriendschap net wat de kop ingedrukt worden.

Vandaar dat men de hele gedachte van het harden van mensen opdat ze niet langer weerloos zouden zijn, met een korrel zout mag nemen.

## 23. Heilzaam egocentrisme

Anderen dienen, dat kan van belang zijn. Maar het is niet altijd zo heilzaam voor zich. Soms zou men kunnen proberen om anderen te dienen in omstandigheden die zich niet dienen. En dan komt er de kwestie: dient men anderen voorop te stellen of zichzelf?

En dat is een afweging om te maken. Ergens lijkt het laf te zijn om zichzelf voorop te stellen als zij daar meer zouden onder lijden dan het lijden dat men zou achterlaten door aan zichzelf te denken.

Het is echter ook zo dat anderen zich het belang van egocentrisme aantonen. En soms door zich net te laten lijden. Ze denken aan zichzelf, ze doen hun zin, en zouden evenzeer zich het leven wat zuur kunnen maken als dat is wat ze willen doen. En ondertussen zouden ze zichzelf kunnen voordoen als deugdzaam of als slechts een beetje ondeugend. Dat is macht, dat is niet moreel. Maar men zou kunnen begrijpen en leren aanvaarden dat zij er uiteindelijk zouden kunnen bij winnen. Soms krijgen ze hun zin omdat anderen hen volgen of hen niet tegenspreken.

Zulk gebruik van macht, is om af te zweren. Maar om een kracht te vinden door aan zichzelf te denken om het zo ook beter te hebben, dat zou dan wel een heilzaam egocentrisme kunnen zijn. Een heilzaam egocentrisme doordat er mensen zijn die het dienen van anderen bemoeilijken. Waardoor het dienen van anderen veel minder lijkt op te brengen als dat het had kunnen opbrengen. En waardoor men geïnspireerd kan raken om ook meer aan zichzelf te denken.

## 24. De ervaring is niet het object

Uit een ervaring kan men betekenis halen. De ervaring kan ook een beeld creëren. Men ervaart bv. iets prachtig en dan kan men achteraf een beeld vormen van hoe en waarom die ervaring zo prachtig was. Maar dat beeld verschilt van de ervaring. Men kan een ervaring beschrijven maar de ervaring zelf blijft eigenlijk iets mysterieus. Hoe voelt bv. liefde? Of hoe voelt woede? Men weet dat ergens, uit ervaring. Maar dat

gevoel zelf... daar zijn geen woorden voor. Dus de emoties die men doorgaat en wat dat doet met zich... dat blijft voor een stuk een mysterie.

Maar wanneer wij een goede ervaring meemaken, dan zou men die kunnen wensen te herbeleven. Zo kan men dat beeld dat men heeft van die ervaring opnieuw proberen te bekrachtigen. En dat gaat voor een stuk. Maar ook niet helemaal.

Denk bv. aan een koppel dat verliefd wordt. Die liefde kan aanvankelijk zo sterk aanvoelen. Zo openbarend. Jaren later kan datzelfde koppel elkaar nog steeds herontdekken opdat ze opnieuw en opnieuw liefdevolle momenten zouden meemaken. Maar die liefde zoals die er in het begin was, die kan vast niet meer opnieuw beleefd worden. Net daarom dat men nieuwe ervaringen moet opzoeken. Als men zou vasthouden aan dat beeld van twee erg verliefde mensen om dat beeld proberen te herbeleven, dan zou men net die relatie onder druk zetten.

Zo kan het ook gaan bij vrienden, collega's of familie. Als men bv. aanvankelijk goede ervaringen had met elkaar en als het dan ergens fout begint te lopen, dan kan het zijn dat er uiteindelijk te veel gebeurd is en dat de persoonlijkheden te ver uit elkaar liggen om die schade weer ongedaan te maken. En dan is een beeld van verzoening en plezier net bedrieglijk. Men wenst een ervaring te herbeleven die misschien haast niet meer te herbeleven is. Dat beeld is dan als een object dat mooi kan zijn in onze ogen maar niet uit de realiteit gegrepen is. En om dan net te kunnen herleven, is om nieuwe ervaringen op te zoeken. Om zo opnieuw betekenis te vinden.

## 25. Transformatie

Men kan zich niet uit de problemen denken. Denken kan belangrijk zijn om inzichten te verkrijgen. Maar het denken is vaak zelf een probleem. Waarom is het zo zwaar dat men het dient op te lossen via inzichten? Waarom dient men zich te pijnigen en te kwellen, opnieuw en opnieuw, om tot die inzichten te komen? Dient dat te blijven duren?

Maar er is reeds begrepen dat de ervaring zelf verlossend kan zijn. En ervaringen zijn er om te ervaren. Men kan ze proberen te begrijpen, maar dat houdt zich ook weg van het bewust opdoen van ervaringen omdat men dan in de eigen gedachten verzonken is.

Dus als men voelt dat men ervaringen kan aangaan dan zou men kunnen herleven en kunnen betekenis vinden. Echter, vooral nieuwe ervaringen kunnen zich dat schenken. Als men steeds dezelfde ervaringen zou wensen op te zoeken, wel, dan verliezen ze misschien hun allures.

Nieuwe ervaringen geven echter een transformatie die nogal continue kan plaatsgrijpen. Maar enkel als men zo spontaan is om ze toe te staan. En hoe kan men zo spontaan zijn?

Wel, door de gedachten geregeld op de achtergrond te laten. En wel precies omdat men zou begrijpen dat men het niet kan begrijpen. Het leven is niet te begrijpen. En net door zich dan de vrijheid te gunnen om iets minder te controleren hoe men zogenaamd zou horen te zijn, kan men spontaner zijn. Men

laat zich dan toe om te zijn zoals men zich dan voelt, ook al is het anders dan men voorzien had. Het is dan wat openbarend. Men laat de ervaring tot zich komen. En dat kan zowel gebeuren doordat men een groot avontuur tegemoet gaat als dat het kan gebeuren in kleine dingen en in tal van momenten.

De bedoeling is eigenlijk dat men ietwat vergeet wie men was om zo des te meer te herontdekken hoe men kan zijn. Men laat zich niet achter. Men graaft zichzelf eerder opnieuw op in een ietwat nieuwe gedaante. En dat kan men steeds opnieuw doen via kleine dingen.

## 26. De waarheid heerst niet

Mensen volgen geregeld niet de waarheid. Ze volgen hun eigen interpretatie. En die zal bv. gebonden zijn aan cultuur en ook aan idealen. Bovendien, mensen zoeken vaak niet achter de waarheid. Hun eigen interpretatie van de feiten kan zo overtuigend zijn voor henzelf dat ze niet verder zoeken. En zo komt het dat de waarheid vaak niet heerst. En 'de waarheid' die er heerst, is de waarheid niet.

Hoe dient men daar dan mee om te gaan als men voelt dat de eigen waarheid onrecht wordt aangedaan?

Wel, er zijn verschillende wijzen om dat te proberen. Of de strijd aangaan met de interpretaties van anderen. Als men daar al de moed en wil voor heeft. En als het al zou slagen.

Men kan evenzeer dingen proberen uit te leggen. Gewoon het mededelen. Maar wat er dan kan plaatsgrijpen, is dat men zich

ofwel niet gelooft. Of dat men andere interpretaties in de plaats krijgt. Zij krijgen dan een mening over wat jij vertelt. Maar misschien biedt die mening zelf ook weinig begrip en houvast en steun.

Uiteindelijk kan het gebeuren dat men eigenlijk niet veel te zeggen heeft. Men kan immers mensen niet zomaar veranderen. Als zij geneigd zijn om bepaalde meningen te opperen of te volgen, dan kan dat moeilijk zijn om dat te veranderen. Zodat de waarheid nog steeds niet heerst. Men heeft de macht niet.

Wat men kan doen, is om ervoor te zorgen dat men zelf een alternatief aanbiedt door zelf wel te luisteren naar anderen opdat zij van zich wel gehoor krijgen. Zo geeft men hen wel de kracht. Dat lost de eigen problemen niet op. Maar het is wel een alternatief op de gang van zaken.

Wat men ook kan doen... is om die 'waarheid' die de waarheid niet is, te laten heersen. Als men tal van dingen heeft geprobeerd en als anderen blijven meningen hebben die fout zijn of voor zich fout zijn, dan kan men afstand nemen. Men laat hen doen. Zelfs als zij het daar niet mee eens zijn.

## 27. Voor zichzelf opkomen

Als men er voor iemand wilt zijn terwijl dat zich dat moeilijkheden geeft, maar waarbij men inziet dat de andere persoon er nog meer zou van afzien wanneer men er niet zou

zijn voor die persoon, dan zou men het misschien kunnen wensen om toch voor die persoon te blijven zorgen.

Maar wat als het niet zo is? Wat als men voelt dat men meer zou lijden door iets te doen als dat men lijden zou veroorzaken door het niet te doen. Dan lijkt men toch wel voor zichzelf te mogen opkomen? Anderen steunen zich daar misschien niet in. Maar onder die voorwaarden, lijkt men dat te mogen doen. Men wijkt dan af van het ideaal waarbij men niemand ook maar enige schade zou toebrengen (behalve zichzelf), maar misschien is het lijden onder een ideaal eerder als een leugen die men wegmoffelt als het paradijs. En het valt evenzeer te bevragen of dat wel een voorbeeld is.

Maar net omdat men ingaat tegen een ideaal, kan dat botsen met de meningen van anderen. Zij zouden zich kunnen moraliseren. Maar als men echt voelt dat men toch hoort te doen wat men denkt te horen doen, dan mag men zich niet laten moraliseren. En als anderen daar niet mee om kunnen gaan, dan lijkt net dat een argument te kunnen zijn om ervan uit te gaan dat men inderdaad het wel had horen doen. Immers, waarom zou men luisteren naar zij die willen dat men iets doet dat niet goed zou zijn voor zich, omdat zij dat als goed aanzien?

## 28. Maakbaarheid van geluk

Men kan niet gelukkig zijn op commando. Wel, misschien voor even. Maar dat wordt dan al snel te onnatuurlijk. Toch lijkt er wel degelijk enige maakbaarheid aan geluk te zijn.



Men is gelukkig wanneer er een positieve overvloedigheid is. Net zoals men ongelukkig is wanneer men voelt dat er gebrekkigheid heerst.

Wel, overvloedigheid creëren, dat gaat niet helemaal. Maar het is wel degelijk mogelijk om een leven te ervaren waarin men vaak voldaan is. Net zoals het mogelijk is om tal van dingen die zich pijnigen, achter te laten in het leven. En zo is er enige impliciete controle. Echter, vanaf men daar te veel over gaat nadenken, dan ontstaat vast al snel weer een gevoel van gebrekkigheid.

Eén kwestie die geluk geregeld in de weg staat, is het zich afvragen of men geen betekenisvoller leven kan leiden. En zulke kwesties zijn niet makkelijk te beantwoorden. En ze dienen eigenlijk aan bod te komen. Gaandeweg komt men er wel uit.

## 29. Min. aan wil, max. aan resultaat

Als men voelt dat men geen sterke wil heeft, dan kan men ofwel proberen om een sterke wil te verkrijgen of men kan proberen om met de weinige wil die men heeft, toch een betekenisvolle verandering aan te brengen in het leven.

Want zelfs een kleine aanpassing is soms van groot belang om zich zelfvertrouwen te geven. Het kan zich losmaken van een impasse waarin men niets doet omdat men voelt dat men de wil niet heeft om het te bekomen.

Dus als men bv. soms ingaat op een verlangen terwijl dat niet zo positief lijkt voor zich, dan zou men bv. het ingaan op dat verlangen kunnen minderen. Zo maakt men een positieve wijziging aan, ook wanneer men het verlangen moeilijk helemaal achterwege kan laten. Wat men ook kan doen, is het ingaan op een verlangen wat aanpassen. Men gaat nog op dat verlangen in, maar op een andere wijze. Zodat men er ook iets over te zeggen heeft, ook wanneer men die verlangens niet volkomen achterwege laat omdat het te moeilijk lijkt.

### 30. Het echte is altijd daar

Vele dingen zijn niet echt ook al zien mensen ze als echt. Ze roddelen bv. terwijl ze niet weten dat ze niet de waarheid vertellen. En als men roddelt over zich, dan zal men soms merken dat ze naast de waarheid zitten. En zo ontstaat er iets dat men het 'valse echte' zou kunnen noemen. Men denkt dat het echt is, maar het is eigenlijk een waanvoorstelling of illusie. En dat geldt evenzeer voor die dingen die men zichzelf voorspiegelt. Men kan al snel niet doorhebben dat men het niet doorheeft.

Als men die illusies laat vallen en als men ook niet veel hinder meer ondervindt van al die illusies, of het nu diegene van anderen zijn of van zichzelf, dan kan men berusten op een fundering van het echte. Dat kan werkelijk rust geven. Men verkrijgt een heldere blik. Men begint beter te begrijpen wanneer iets goed is voor zich en wanneer niet.

## 31. Warm realisme

De wereld heeft tegelijkertijd positieve als negatieve aspecten. Maar wij zien vaak, op vele momenten, slechts het positieve of het negatieve. En dat is heel menselijk maar vaak ook te kortzichtig. Men kan bv. zo positief kijken naar de wereld of naar elkaar omdat men het zo graag zou zien... en zo blind worden voor het feit dat het niet zo positief is... en misschien ook moeilijk kan zijn. En evenzeer kan men bv. zo negatief kijken naar de wereld en naar elkaar omdat men daarmee geconfronteerd wordt vanuit een koud realisme. En zo kan men net blind worden voor het feit dat er evenzeer ook plaats is voor een warm realisme. De nuancering en relativering grijpt plaats wanneer men beide kan zien.

Dat is ruimer. Maar het blijft menselijk om maar één van beide kanten te zien. Dat kan vaak liggen aan de wil. Men wilt het anders zien als dat het is.

Men kan het positiever willen zien als dat het is. En soms wilt men dan niet toegeven dat het niet zo positief is om te blijven geloven in dat positieve.

En soms wilt men niet toegeven dat het eigenlijk positiever is als dat het is omdat men beseft dat het niet gaat zoals men wilt.

Maar eens men die wil dan kan loslaten, dan kan men in contact komen met een ruimere blik. Dat kan een verlossing zijn. Maar hoe lang blijft die duren?

Evenzeer valt men even later alweer in oude gewoonten, opnieuw en opnieuw, altijd zichzelf herhalend. Om dan later weer zichzelf opnieuw te verlossen, enz.

Het zou dan des te blijvender moeten kunnen zijn. En dat lijkt slechts mogelijk vanuit nieuwe gewoonten.

En hoe zouden die gewoonten eruit kunnen zien? Wel, mogelijk door de vorming van een middenweg. Dus niet te positief ingesteld zijn en evenzeer niet het koude realisme gaan aanhangen. En dan komt men dus uit bij wat men een warm realisme zou kunnen noemen.

De motivering voor het nastreven van dat warme realisme, is dat het soms te moeilijk kan zijn om zo gelukkig te zijn als dat men wilt zijn. Het kan te hoog gegrepen zijn. Men kan zich een leven inbeelden dat zo ideaal is dat men het niet lijkt te kunnen bekomen. En dan blijft men misschien over met een leven dat te kort schiet. Een leven dat men maar half zou kunnen wensen en toch lijkt te moeten aanvaarden.

Maar men hoeft het niet op zulke wijze te aanvaarden. Het kan helpen om de lat lager te leggen. Want tussen datgene wat men wel kan bereiken, datgene dat niet te hoog gegrepen is, zijn er ook verschillen. Het ene kan nog steeds beter lijken dan het andere. Dus het kan wel degelijk helpen om de hoop niet te laten zakken, afdwalend naar de plaag van dat koude realisme.

En dat kan men dus doen door te herkennen dat men wel degelijk tot iets in staat is, en dat dit nog altijd beter is dan tal van ander gedrag. En als dat dan al bij al het meeste lijkt waartoe men zich in staat acht, dan kan dat evenzeer een mooi uitzicht zijn.

Eigenlijk is het een leven dat neutraler lijkt. Want het is niet te positief of te negatief. En de twee kwaliteiten die zich daarin dienen is enerzijds om de hoop niet te verliezen door het als te negatief te zien, hoopvolheid dus, en anderzijds om toegevingen te kunnen doen om zo de lat niet te hoog te leggen en valse hoop te mijden. De toegeving biedt hoop.

## 32. Vlot weg van pijnlijke idealen

Een ideaalbeeld staat geregeld niet veel ademruimte voor diegenen die niet dat ideaal nastreven. En als men een bepaald ideaal niet nastreeft, wil dat dan onmiddellijk zeggen dat men zich stout gedraagt?

Wel, vast niet. Echter, wanneer men afwijkt van een bepaald ideaal, kan men zich alsnog moraliseren, zelfs wanneer men meent dat men niemand iets misdoet. Men kan zich proberen te categoriseren als fout of niet deugzaam. Dit is wat ik dan het anti-christelijke aspect noem. Het is een beetje als een wet van Murphy. Alles wat zich kan kwalijk genomen worden zonder dat men zelf een slechte naam zou krijgen bij die kwaadsprekerij, zal zich kwalijk genomen worden. Men hoeft die wet niet letterlijk te nemen. Maar het lijkt een goed uitgangspunt te zijn waaruit men de omgeving kan evalueren.

En die kwaadsprekerij gebeurt op tal van verschillende manieren. Soms wilt iemand onrust stoken en machtsspelletjes spelen omdat hij/zij zich niet graag heeft. Soms denkt iemand verkeerdelijk dat men werkelijk stout is en helemaal niet deugt en zou men zich onbedoeld kunnen moraliseren of uitsluiten

terwijl men zichzelf als deugdzamer aanziet. Soms voelen anderen zich geraakt in hun goedheid en voelen ze onmacht waarna ze ook een negatief oordeel kunnen vormen over zich. En dat kan begrijpelijk zijn. Maar het is daarom nog niet juist om dat te doen.

Nu, ik zeg dit niet om mezelf dan hiermee in een zogenaamde superieure positie te zetten. Diegene waarover negatief geoordeeld wordt, heeft mogelijk zelf wel degelijk schade aangericht aan anderen zelfs wanneer dat niet de bedoeling was en zelfs wanneer men kan stellen dat anderen aan zichzelf en aan diegene waarover ze negatief oordelen evenzeer schade hebben aangericht. Maar hoe kan men, rekening houdend met deze aspecten, losbreken van deze pijnlijke idealen? Want het is het ideaal dat schade wordt toegebracht en anderen kunnen oordelen vanuit dat ideaal. Aldus, iemand gedraagt zich allesbehalve ideaal, in de ogen van anderen, waarna men over die persoon kan oordelen zodat hiermee mogelijk verdere schade wordt toegebracht via dat negatieve oordeel.

Wel, er is een vlotte manier om te proberen om los te breken van dat ideaal, namelijk, door uit te gaan van dat anti-christelijke aspect. Dit kan men doen door te trachten om anderen te voorkomen dat zij negatief zouden kunnen oordelen over zich. En natuurlijk, ze kunnen dat sowieso. Maar soms hebben geen been om op te staan. Of maar een half been om op te staan. En wel omdat men zelf misverstanden zou kunnen voorkomen. Als iemand bv. negatief zou spreken over zich omdat hij/zij meent dat men hem/haar niet graag heeft, wel, dan zou men bv. kunnen duidelijk maken, op één of andere manier, dat het niet zo is. Men voorkomt dan eigenlijk voor een stuk verdeeldheid. Want het is die verdeeldheid die

zichzelf zou kunnen plagen. Want wanneer anderen negatief oordelen over zich, dan kan zich dat uiteindelijk ook gaan tarten. Dus het is misschien niet genoeg om te denken dat men het recht heeft om te doen wat men wilt omdat men meent dat men daar niemand iets mee misdoet. Enerzijds zou men zo wel degelijk schade kunnen aanrichten aan anderen. En anderzijds zouden zij ook schade kunnen aanrichten aan zich.

Maar goed, als men dan die verdeeldheid in belangrijke mate kan voorkomen, dan heeft men vast zelf des te meer een been om op te staan. En om dan te doen wat men wilt, wat goed voelt voor zich, om vrijheid na te streven i.p.v. gehoorzaamheid en om los te breken van die dubbelzinnigheid van idealen waarbij deugdzaamheid gepaard gaat met het aandoen van onmacht aan elkaar.

Dat is uiteindelijk wat men zich lijkt te kunnen leren vanuit die dubbelzinnigheid. Men leert zich om vrijheid te koesteren omdat gehoorzaamheid, hoe deugdzaam ze zich ook kan voordoen, te onmogelijk wordt voor zich om er nog in mee te gaan. Het wordt allemaal te dubieus. Echter, het koesteren van vrijheid hoeft helemaal niet te berekenen dat men tal van waarden achterlaat. Het ideaal van vrijheid kan zelf en mag zelf deugdzaam lijken doordat men via het uitoefenen van die vrijheid geen schade berokkent. En zo ontnemt men ook voor een stuk de autoriteit van diegenen die gehoorzaamheid prediken via de deugdzaamheid die ze laten uitschijnen wanneer men zich zou gedragen zoals zij het willen. Omdat men een deugdzaam alternatief aanbiedt via de vrijheid die men uitoefent.

### 33. De realiteit speelt met onze voeten

De realiteit is undercover. Men kan veel begrijpen en men kan zo tal van oordelen vormen waarin inzichten verwerkt zijn. Maar evenzeer is ons zicht beperkt. En terwijl we onverstoord voortgaan op onze opgedane kennis, speelt het leven een spelletjes met ons. En zo komen we geregeld tot de conclusie dat er meer aan de hand is dan ons oordeel laat blijken. We zijn een beetje een speelbal terwijl we ons serieus moeten overtuigen dat we zelf wel degelijk voldoende begrepen hebben.

En toch is dit geen kritiek op de pogingen en de resultaten die mensen verkrijgen via hun inzichten. Dat is net heel cruciaal. Deze tekst geeft zelf zo'n inzicht, namelijk, dat de realiteit meervoudig lijkt te zijn. Een soort van pluralisme.

Nu, het is vast duidelijk genoeg dat mensen diversiteit hebben in hun gedrag en redeneringen. En daarin schuilt al een pluralisme. En dat is misschien vaak een pluralisme waarmee men zelf moeite heeft omdat men het misschien vaak niet eens is met de perspectieven en het gedrag van anderen, ervan uitgaande dat men het juist opvat.

Maar evenzeer lijkt er een pluralisme te zijn naar zichzelf toe. Want de perspectieven die men heeft gevormd, kunnen ook, al was het maar voor een moment, ook weer smelten als sneeuw voor de zon. En perspectieven die men had achtergelaten en afgedankt, kunnen soms ook weer opduiken, als hernieuwd.

Wat is er dan aan de hand? Hadden wij dan werkelijk foute redeneringen gemaakt? Wel... indien ze niet fout waren, dan



waren ze toch vast onvolledig. Ergens is het zeer redelijk dat wij proberen om tot een volledige redenering te komen opdat wij ons gedacht kunnen vormen om zo beslissingen te nemen.

Maar zijn onze beslissingen dan werkelijk gevormd op basis van een volkomen inzicht? Dit hoeft geen kritiek te zijn op de beslissing zelf. Als wij vaak niet tot volkomen inzichten komen, dan is het mogelijk dat het inzicht dat we wel hebben bekomen, voldoende is om de beslissing te nemen vanuit de gedachte dat ons inzicht “as good as it gets” is.

Maar evenzeer kunnen we dan bevrijd worden in perplexiteit. We kunnen bij momenten perplex staan van hoe weinig we begrepen hebben. En dat hoeft helemaal niet slecht te zijn. Het kan net zeer goed zijn. Want het kan een opening zijn tot een hernieuwde blik op het gedrag van zichzelf en anderen.

## 34. De doodsheid van het normale leven

Het normale leven is datgene waar duizend oplossingen voor zijn voor duizend problemen die vaak voor een stuk onopgelost blijven. Het is waanzin van een waanvoorstelling waarin normaliteit verstikkend gezond is. Normaliteit is datgene wat ons vangt en bevangt. En ons bevrijdt, maar met mate. Hoe te leven? Enkel zo? Waar is het leven? Net daarbuiten? In het ongewone? In het hysterische? Als een vleugje van leven dat het nog heeft overleefd. Nog bloeiend na de atoombom van onze dooddoende redeneringen. De leugens van onze waarheid. De mislukte grap van onze cultuur. De karikatuur van onze eigen mislukking. We zien altijd het licht

terwijl we in het rond schijnen met onze zaklamp, blind voor het feit dat we zoek zijn. Tenzij het ondraaglijk wordt om ons te blijven overtuigen dat we het licht kunnen zien. En zelfs dan... dan kopen we een nieuw licht. Vast een beter licht... maar toch... zijn we dan ook altijd zoek.

## 35. Deconditionering

Onze eigen persoonlijkheid begrenst de aard van onze inzichten. Dat verklaart waarom sommige van mijn inzichten maar vreemd zouden kunnen lijken en onnodig zouden kunnen lijken voor iemand anders. Want vanuit hun persoonlijkheid zijn zij op zoek naar andere inzichten.

Wat er eigenlijk plaatsgrijpt, is dat men nogal onbewust kan zijn omtrent de impact dat de eigen persoonlijkheid heeft op de eigen inzichten. Maar als dan elk inzicht uiteindelijk een doodlopend pad lijkt te zijn, dan wordt men geconfronteerd met de nutteloosheid van die eigen inzichten. Tenminste, wat men heeft geleerd, is niet nutteloos. Maar als men uiteindelijk opnieuw vast komt te zitten, is het onvoldoende. En wat is dan het probleem? De persoonlijkheid zelf.

Maar men kan losbreken als men daartoe bereid is. De truc is om anders te zijn als wat men kent. Men hoeft niet en kan niet op voorhand weten hoe dat is. Men mag dat zelfs niet weten vanuit de gedachte dat men zo opnieuw controle kan uitoefenen op zichzelf. Het leven schuilt in het anders zijn dan wat men kent. Men komt het dan wel te kennen. Maar dat is misschien geen probleem. Want ondertussen is men al wat

ontsnapt uit zichzelf. Het moeilijke voor vele mensen, is het simpele besef dat mensen anders kunnen zijn dan waar zij weet van hebben. Zo ook voor mij. Men kan zich laten misleiden door projecties van de eigen gedachten op hen te plaatsen. Zodat men meent te weten hoe zij zijn terwijl men mist dat er meer aan de hand is. Wel, zo is het ook voor zich. Er kan meer aan de hand zijn voor zichzelf als men ontsnapt aan de eigen projecties.

En ontsnappen, dat kan men doen door weer naar de ervaring te gaan. En door een principe van exclusie te gebruiken. Men sluit uit wat niet werkte voor zich. En als haast niets werkte voor zich, dan sluit men haast zichzelf uit, zoals men was. En de ervaring die dan ontstaat is anders. Als die ervaring ook niet werkt voor zich omdat ze zich niet ligt, dan komt het weer neer op het principe van exclusie. Men sluit ook dat uit. En de ervaring die dan ontstaat... Enz.

## 36. Overmeestering

Niet de overmeestering van zichzelf. Maar de overmeestering van de omgeving.

Het eerste besef dat er dient te zijn, is dat er een pluralisme is en mag zijn. Denk bv. aan de liefde. De liefde kan heel mooi zijn. Leven volgens de liefde kan anderen voeden en kan zichzelf voeden en motiveren tot mooie daden en zelfs tot grootse daden. Maar zo gaat het niet altijd. Leven volgens de liefde op deze wereld, is soms net des te meer kwellend en kwetsend. Omdat men des te meer kan geconfronteerd worden

dat de wereld geen rekening houdt met de eigen gevoeligheden. En alhoewel mensen kracht kunnen winnen via die liefde die zij krijgen van elkaar, is het ook niet altijd voldoende. Soms verliest de liefde voor een stuk. Soms gaat men stuk en wordt men geconfronteerd dat het leven volgens liefde steeds minder gaat.

Wel, mensen kunnen alvast ook leven op een wijze waarmee ze de liefde geen schade wensen toe te brengen maar waarbij ze ook niet de liefde nogal sterk gaan nastreven. Er is hier immers geen conflict.

Maar soms is er wel een conflict tussen mensen, doorheen het pluralisme van menselijk gedrag. Soms wensen mensen zich te kwetsen. Soms daar waar het zich het meest raakt. Mogelijk denken ze dat men niet deugt. Mogelijk hebben ze gewoon iets tegen zich. Wel, daar moet men tegen kunnen. Er zit niets anders op. Mensen werken hun problemen uit op zich. Omdat ze denken dat men een probleem is. Zijn zij dan een probleem? Dat is de kwestie. Als men hen een probleem laat zijn voor zich, dan is men verloren. Dat is de tweede kwestie om te beseffen wanneer men de omgeving wilt overheersen. Toegegeven, men overheerst de omgeving slechts door te voelen dat men kan leven op deze wereld. En hiervoor dient men soms te kunnen ontsnappen aan zichzelf én aan de omgeving.

## 37. De wetten van cultuur

In een cultuur kan het de bedoeling zijn dat men elkaars subjectiviteit probeert te waarborgen. Het komt er dan op neer dat men probeert te raden hoe de andere wilt dat men zich naar zich gedraagt. Net zoals de andere dat kan proberen naar zich. En dat gebeurt allemaal onder voorwaarden, zowel de eigen voorwaarden als de voorwaarden van de andere.

Maar uiteindelijk dient er ook iets meer te zijn dan dat. Men dient te voelen dat men in die cultuur past. Men dient dat te willen vanuit de eigen subjectiviteit. En als men zich eerder een buitenstaander voelt die daar geregeld niet wilt aan deelnemen, waarom zou men dat dan doen? Want dan kan het vals worden, een toneel worden of schijnheilig worden. En dat geldt evenzeer wanneer de andere zo'n cultuur blijft volhouden naar zich terwijl men zich daar niet in thuis voelt. Als die subjectiviteit van iemand in die cultuur niet wordt gewaarborgd terwijl men blijft doen alsof er niets aan de hand is, dan wordt die cultuur misplaatst. Want die cultuur zoals men die dan voorspiegelt, is er dan niet. En dat is dan de waarheid. En daar is misschien niets aan te doen. Dat hoeft op zich ook niet erg te zijn. Mensen zijn helemaal niet verplicht om een cultuur te blijven volhouden naar elkaar. En zij mogen dan de vrijheid hebben om daar niet langer aan deel te nemen. Want anders kan die hele cultuur als een leugen worden waaraan men zelf schuldig wordt, zelfs al was er die cultuur vanuit goede bedoelingen. Mensen mogen elkaar loslaten. Dat kan evenzeer als een voorbeeld zijn zolang men zo weinig mogelijk schade berokkent wanneer men mensen loslaat.

Uiteindelijk lijkt het waar te zijn: een goede herder laat zijn schapen vrij. Want zij die zich graag zien, zullen zich vrijheid gunnen als ze begrijpen dat het beter is voor zich.

## 38. Vrije wil

Wat is vrije wil? Het concept dat men heeft van vrije wil, kan het evenzeer tot een monstrositeit maken. De wil is vrij. Maar heeft men dan te zeggen wat die vrijheid inhoudt? Als men zichzelf iets gaat opleggen omdat men iets wilt bekomen, dan kan men zich vrij voelen omdat men inziet dat men het enkel kon bekomen door het zich op te leggen. Maar hoefde men het zich op te leggen?

De monstrositeit of wanstaltigheid schuilt net daarin. Men legt zich iets op en hiermee dwingt men evenzeer zichzelf tot iets. En mogelijk ook andere mensen. Want men kan hiermee gedrag uitoefenen op hen. En men lijkt dan projecties te maken. Want het zal dan zo zijn en het kan dan zo zijn en het moet dan zo zijn... maar het is niet zo. De hele gedachte dat men het voor het zeggen heeft, lijkt me nogal obsceen.

Dit is geen kritiek op wat men kan bereiken vanuit de uitoefening van zulke vrije wil. De kritiek schuilt erin dat men het dan bereikt door hiermee het luisteren naar zichzelf en de omgeving in sterke mate te verhinderen omdat die vrije wil als een imperatief wordt die hiermee de realiteit wenst te overheersen. En gelukkig, staat de realiteit dat niet toe. Het zou een nachtmerrie zijn, moest de realiteit veranderen volgens de uitoefening van de wil van iemand anders, omdat

hij/zij die verandering zo wilt. Maar de realiteit blijft daar, wachtend op herkenning voor eenieder die wilt luisteren.

En diegene die wilt luisteren, begrijpt dat de projecties niet de realiteit zijn. Dat het een voorspiegeling is. En het besef van die voorspiegeling is cruciaal. Want wie zou er nu werkelijk wil willen uitoefenen zonder te beseffen wat men zich voorspiegelt?

Het is dan dat men de projecties die men zelf en die anderen uitoefenen, kan nemen voor wat ze zijn...namelijk, projecties. En dan kan men dat loslaten. Dan kunnen die hersens zich aanpassen. Want het kan het eigen verstand zijn dat vraagt om in contact te komen met de realiteit. En die realiteit lijkt in te houden dat men het niet zomaar voor het zeggen heeft... en ook weer wel. Maar op een andere manier. Want als men luistert naar zichzelf en van daaruit voelt wat men wilt en niet wilt, dan heeft men automatisch een vrije wil. Maar op een andere manier.

De realiteit kan niet zomaar zijn wat men wilt dat ze is. En dat geldt zowel voor zichzelf als voor anderen. En slechts wanneer men voelt wat de realiteit kan zijn en niet kan zijn, kan men een wil verkrijgen die in contact staat met de realiteit.

En wanneer men dat doet, dan lijken triestigheid, aanvaarding en geluk samen te vloeien. Want er schuilt triestigheid in de realiteit. Al die projecties die de waarheid verloochenen en verdoemen en de realiteit negeren en ontkennen, dat is triestig. Maar men heeft een uitweg, namelijk, het luisteren naar de realiteit, en zo kan men die triestigheid aanvaarden. En door die aanvaarding kan men zich alsnog wat gelukkig voelen.

## 39. Lokale liefde

Liefde is op twee manieren te beleven. Men kan tijd doorbrengen met de mensen die men graag ziet... of men kan terugdenken aan die tijden.

Maar men kan ook afstand nemen om ze zo los te laten. Zo kan men vrede nemen met de kwellende kwesties uit het verleden. Want als de liefdevolheid in zich in het verleden geraakt werd omwille van wat er plaats greep tussen elkaar, dan kan men die kwellingen uit het verleden loslaten door die mensen en hun gedrag los te laten. En zo kan vergeving nog mogelijk zijn. Want zo maakt men zich sterker. Men is niet afhankelijk van hen en van hun oordeel. Nee, men laat hun oordeel voor wat het is. En zo wordt hun gedrag wat onschuldiger en kan men het vergeven.

## 40. Het besluit

Liefde is mooi. Liefde geneest. Goed zijn is goed op zich. Maar pas op. Want hij/zij die goed wilt zijn en liefde heeft, kan gekweld worden op deze wereld. Want cultuur is als filter waarin mislukte helderzienden hun oordeel uitoefenen in de naam van goedheid en liefde. En als men onbedoeld iets heeft misdaan, dan kan uitsluiting krijgen in de naam van goedheid en liefde. En niemand hoeft zich te vragen waarom gebeurde wat er gebeurde. Want hun helderziendheid volstaat in de uitoefening van een oordeel dat hun eigen deugdzaamheid aan



henzelf zal bevestigen. Gelukkig krijgt men misschien nog enige vergeving of versoepeling, aangezien zij zo uitmuntend zijn in het behouden van de degelijkheid der cultuur. Maar misschien hoeft men niet zo afhankelijk te zijn van het oordeel van anderen. Men heeft zelf een keuze. En zij die zich graag zien, werkelijk graag zien, omdat ze een beeld hebben van zich dat enigszins aansluit bij wie men werkelijk is, bij hen is men nog relatief veilig. Hen kan men liefhebben en vertrouwen. Bij hen kan men nog enigszins iemand zijn. Bij anderen lijkt men slechts diegene te kunnen zijn die zij zien in zich, iemand die men niet is. En dan lijkt het vaak beter te zijn om hun intelligentie niet te verstoren.

Zo gaat het voor sommigen. Zij die door het lot hun goede naam hebben verloren omwille van onvoorzichtigheid, zij worden overgeleverd aan het oordeel van anderen op een soms heel negatieve en kwetsende wijze. Zij kunnen eronder lijden. Maar ze kunnen ook een geschenk krijgen dat voor eenieder van belang kan zijn, namelijk, om voor een stuk los te breken van een cultuur die iets minder ideaal is als dat ze zich voordoet. Opdat men wat meer voor zichzelf als een rots in de branding kan zijn voor zichzelf.

En hierbij verdwijnt er tal van hoogmoed. Als men voelt dat men geregeld niemand kan zijn die men wilt zijn, naar anderen, dan zal er tal van hoogmoed verdwijnen. Maar evenzeer kan het dan moeilijk worden om zichzelf voorop te stellen ongeacht het oordeel van anderen. Dat lijkt meer iets voor iemand met narcisme. Want de meeste mensen zullen ergens hun eigenbelang opzij schuiven. En hiermee verdwijnt er dan ook hoogmoed. Met het gevolg dat het dan vaak niet makkelijk is om iemand te zijn voor anderen of zichzelf, zoals

men dat dan wenst te zien. Men heeft er niet veel keuze in. En dat lijkt ook niet te hoeven. Dat is de aanvaarding. Ergens breekt men los en tegen de wil in. Men doorgaat een wording. Maar men stopt niet met iemand te zijn. Wie ben ik? Diegene die dit schrijft met aanvaarding van wat er gebeurde. Hoef ik nog meer te zijn dan dat? Als men ergens vrede heeft met de eigen mislukkingen, hoe jammer het ook mogen zijn, en met het eigen oordeel van anderen, hoe misplaatst het ook moge zijn, dan is men reeds iemand. En wie men alzo is, dat lijkt men dan niet te moge loslaten in een naïeve vergetelheid. Opdat men die eigen basis behoudt. En van daaruit kan men zien en voelen wat er mogelijk is voor zich.

Enkel de realiteit kan echt zijn. Niet soapserie der cultuur en identiteit waarmee mensen zichzelf dingen voorspiegelen ter negatie van de realiteit. En dat geldt evenzeer voor idealen die een ideale voorspiegeling van de realiteit voorschotelen terwijl die nooit kan bereikt worden of zelfs zou horen bereikt te worden. Nidealen. Eens losgebroken van al die illusies, komt de realiteit terug. En zij is wat telt. Soms voelt ze negatief, soms positief. Maar bovenal is ze eerlijk tegen zich, de realiteit. En als anderen die bedoeld of onbedoeld wensen te overschrijven met hun mening en hun oordeel, hoe gemeen of onschuldig het ook moge bedoeld zijn, dan doen ze de realiteit onrecht aan. Maar men hoeft daar niet mee in stemmen. Men hoeft er niet in mee te gaan. Leugens, foute interpretaties, zijn als illusies die men kan doorzien. En wat overblijft, is een bevrijding.

Eens men bevrijd is van die illusies, kan men proberen na te gaan wat wel mogelijk is voor zich. Hoe kan men zijn? Hoe mag men zijn? Hoe zal men zijn? Dat is aan zich.

Maar misschien is het toch handig om zich niet te veel te sturen. Men is immers geen auto die men heel de tijd hoort te besturen. Dat zou vermoeiend zijn. Men mag zich laten leven. En wanneer dient men zich bij te sturen? Wel, wanneer men zichzelf te veel aan het controleren is. Of wanneer men in een omgeving vertoeft die zich beïnvloedt en hiermee zich ook aan het sturen is. Dan kan men zich bijsturen opdat men zich meer kan laten leven.

En dat kan grotendeels vanzelf gaan. Men hoeft het niet op voorhand te plannen. Dan zou men immers zich weer aan het controleren zijn. En dat hoeft men vaak niet te doen omdat er zich automatisch keuzes gaan stellen. En dan kan men kiezen. Bij elke keuze kan men kiezen om zich een beetje te veranderen of om hetzelfde te blijven, afhankelijk van wat men kiest.

Zo kan men proberen om zichzelf te zijn. Mensen zijn vaak maar deels zichzelf. En deels zijn ze iemand voor iemand anders. En ik begin me af te vragen of dat wel hoort. Mensen proberen vaak een soort van cultuur te waarborgen naar elkaar. Alsof ze die naar elkaar projecteren via hun gedrag en zo worden ze dan voor een stuk. Projectoren waarvan de identiteit dan voor een stuk lijkt verdwenen zijn. Soms vraag ik me dan af: Waarom kunnen die mensen niet gewoon zichzelf zijn? Is zichzelf zijn dan een veronachtzaming van cultuur? Of kan het evenzeer een andere vorm van cultuur laten ontstaan? Ik denk van wel. Een cultuur waarin we losser staan van elkaar. Minder afhankelijk van elkaar. De kwestie is, als men iemand probeert te zijn voor iemand anders opdat hij/zij op zich kan vertrouwen, positieve afhankelijkheid dus, maar terwijl het niet zo goed aanvoelt voor zich, negatieve

afhankelijkheid dus, dient men dan die positieve afhankelijkheid na te streven, ook al gaat er een zekere opoffering van zichzelf mee gepaard? Het is geen makkelijke kwestie.

Maar wat van groot belang is, is dat men zichzelf kan herkennen, dat men weet of voelt wie men is, door wat men doet. Eens men daarin begint op te offeren, dan wordt men een schim van zichzelf.

En weten en voelen wie men is, wat houdt dat in? Wel, dat men weet hoe men kan zijn, aldus, dat men zich niet te veel wijsmaakt. Dat is het perspectief dat onlosmakelijk verbonden lijkt te zijn met zo'n leven. Maar het wil niet noodzakelijk zeggen dat men vol zelfvertrouwen de controle kan opeisen over het eigen leven. Evenzeer is dat het moment dat men zich tal van voorspiegelingen begint te maken. Dan kan men zich dingen beginnen wijs te maken. Tuurlijk, heb zelfvertrouwen, maar enkel door realistisch te zijn omtrent zichzelf en de gevolgen van wat men doet. Heb vertrouwen dat men soms aan zichzelf mag denken en moet denken en heb evenzeer het vertrouwen dat dit niet noodzakelijk gepaard hoeft te gaan met een grote veronachtzaming t.o.v. hen die men graag ziet en wiens liefde men wenst te behouden.

Wat er eigenlijk plaatsgrijpt, is dat men beseft dat het bewustzijn dat men heeft, niet altijd voldoende is. Het bewustzijn dat in zich opkomt, is zelf in zekere mate geconditioneerd. Aldus, de gedachten die men heeft, komen in zich op. Maar wat voor gedachten het zijn, is beïnvloedt door wat men meegemaakt heeft. Er zitten tal van gewoontes in hoe men denkt. En die gewoontes zijn vaak niet zozeer gekozen.

En er kunnen problemen gepaard met die gewoontes der gedachten. En die problemen ziet men niet meteen in wanneer men die gedachten heeft. Dus men verkrijgt wel een zeker inzicht uit die gedachten en uit dat bewustzijn. Maar er is ook een blinde vlek. En hierdoor is de ervaring die alzo ontstaat vaak problematisch.

En dan kan men weer uit die ervaring proberen te ontsnappen. Men zou, liefst relatief snel, spontaan komen in te zien dat men vervallen is in gewoontes die zich problemen bezorgen. En dan krijgt men opnieuw een zeker bewustzijn. En dat bewustzijn is anders. Is dat bewustzijn zonder problemen? Misschien niet. En dan kan men zich daar opnieuw bewust van worden.

Echter, uiteindelijk kan men ineens zichzelf ervaren op een wijze die zich ligt. En meer hoeft men niet te weten. Als men op dat moment ergens beseft dat men een ervaring heeft die als een eigenheid aanvoelt voor zich, dan heeft men zichzelf weer herontdekt. Dan is men weer opgedoken uit dat moeras van sluimeringen. En dan is men weer in de ervaring.

Dat is de manier waarop men kan veranderen. Men laat een groot deel van zichzelf achter omdat men nu eenmaal heeft ingezien dat het niet werkte. En men herontdekt zichzelf.

En het kan vreemd lijken om aan zichzelf te 'ontsnappen'. Maar zich voor de gek blijven houden via gedrag en gedachten die niet werken, is ook vreemd.

Misschien was men ook gewoonweg verkeerd bezig en diende men eigenlijk te veranderen i.p.v. zichzelf proberen te behouden. Het kan heel begrijpbaar zijn dat men niet wenst te

veranderen omdat men zou kunnen voelen dat men niet gekozen had om te veranderen. En dat het eigenlijk werd afgedwongen door externe factoren waardoor men des te meer moeilijkheden had om zichzelf nog te zijn. En dan is het een zeer menselijke reactie om toch te proberen om zichzelf te blijven. Maar evenzeer maakt men het zich hiermee zelf des te moeilijker op de langere termijn. Want misschien was er een verkeerde aanpak.

Misschien was men te 'universeel'. Denk bv. aan universele waarden. Heb liefde voor iedereen, bijvoorbeeld. Hoe moeilijk dat moet zijn. Misschien blijkt het uiteindelijk dan te moeilijk. Maar evenzeer: Probeer om aan iedereen te laten herkennen dat je zelf liefde in jou hebt. Dat je ze misschien niet altijd kan geven. Maar dat je ze wel in jou hebt. Dat is ook een universele aanpak. Maar ook dat kan enorm moeilijk worden. Want wat als er mensen zijn die beginnen te roddelen over zich op een niet zo mooie wijze? Of wat als er mensen zijn die al te graag hun voeten vegen aan jouw liefdevolheid? Wel, er ontstaat opnieuw pijniging.

Ik zie dit niet als een kritiek op die universele waarden op zich. Die waarden hebben hun waarde. Maar er is niet altijd het juiste klimaat om die waarden universeel toe te passen. En voor sommige mensen zal dit betekenen dat ze dan misschien beter proberen te ontsnappen aan die universaliteit. En dat houdt dan in dat ze zouden hoeven te veranderen. En dat is zowel moeilijk als bevrijdend. Men laat iets achter en men ontdekt ook iets nieuw. Maar soms kan men met het voordeel van de twijfel dan het vertrouwen vinden om uit te zoeken hoe men kan zijn in die bepaalde omstandigheden die zich voordoen. En zo wordt het een uitdaging en avontuur.

Voor mij is een groot trio in het menselijk bestaan. Het trio van macht, liefde en vrijheid. En die worden geregeld tegen elkaar uitgespeeld.

Stel bv. dat iemand iets heeft misdaan. Hij/zij heeft schade toegebracht. Maar de schade is ook beperkt gebleven. Hij/zij heeft berouw gehad en wenst nog steeds goedaardig te zijn omdat het nu eenmaal als een deel van zichzelf aanvoelt. Is dat voldoende?

Wel, mogelijk helemaal niet. Die persoon kan dan evenzeer door sommige mensen worden verbannen. Die persoon deugt niet volgens hen. Heeft die persoon berouw gehad? Maakt niet uit. Eerder kunnen ze laten blijken dat zij zelf beter zijn dan zich en dat men hen niet waard is in een zoete wraak die overloopt van zelfrechtvaardiging. En zo zijn zij dan een nieuwe baken van deugzaamheid. Hier zie ik geen liefde in, maar macht.

Daartegenover staat de liefde. Men wenst die persoon een nieuwe kans te geven. Men ziet in dat hij/zij niet kwaadaardig is. En zo vindt men vergeving voor hem/haar.

En zo kan er een tweestrijd ontstaan. Men kan verdeeld worden tussen het ene oordeel en het andere. Of men kan bevrijding zoeken. Als men vrij goedaardig is en vrij onschuldig is en als men inziet dat men zo zal blijven, wel, dan zou men dat een deel van de ziel kunnen noemen. En dat is dan de waarheid. Als andere mensen dat totaal ontkennen via hun oordeel, dan kan het aanvoelen alsof zij zich die ziel ontnemen. Maar die ziel blijft de waarheid. En zo voor eenieder. Elk met zijn/haar ziel. Maar zien wij het zo? En leven wij dat na naar elkaar?

Wel, het antwoord is vast al bekend. Geregeld wordt dat niet nageleefd. Vandaar is de vrijheid van belang. Maar eigenlijk is er meer dan dat trio van macht, liefde en vrijheid. Ietwat verborgen is er een vierde aspect: de verleiding.

De verleiding kan leiden tot wat fout is. Mensen kunnen verleid zijn tot immoreel gedrag.

Maar mensen kunnen evenzeer verleid worden tot vrij onschuldig gedrag, dat misschien ietwat ondeugend aanvoelt. En hierin schuilt er dan ook een bevrijding. Een bevrijding die zich laat ontsnappen uit idealen van deugdzaamheid die zich soms net lijken te beknellen. Is wat deugdzaam is altijd deugdzaam als het zich geregeld geen voldoening schenkt en zwaar lijkt om vol te houden? Wel, dan kan de verleiding de stap zijn tot meer vrijheid zonder dat men hierbij noodzakelijk hoeft te vervallen tot immoreel gedrag. De verleiding kan zelfs ietwat moreel lijken. Men staat meer vrijheid toe naar elkaar omdat men zich dan vrijer laat.

Want idealen kunnen leiden tot het nastreven van iets dat hoogstaand en verheven is. Evenzeer kan het leiden tot conflicten en spanningen wanneer mensen hun idealen dreigen te verliezen. Zodat men kan stellen dat idealen algemeen gesproken te hoog gegrepen lijken te zijn voor de mens. Waardoor die idealen soms net meer kwaad dan goed lijken te veroorzaken. En die verleiding is dan lager gegrepen maar toch niet altijd zo negatief. Een leven met vrijheid en onschuldige verleiding kan evenzeer een houvast bieden. De idealen lijken macht te willen. Men wilt het leven zo maken als dat het ideaal stelt. Maar het leven wringt tegen. Het wendt zich af van die idealen. Het leven heeft haar eigen zegje.



Mensen willen hun leven reëel maken. Ik bedoel hiermee dat ze hun leven willen realiseren. En dat kan via macht. Zoals bv. via autoriteit die dan voor een stuk echt kan lijken en echt kan aanvoelen omdat men die macht als reëel aanvoelt.

Maar dat kan evenzeer via liefde. Waarbij men dan de liefde zou kunnen willen realiseren door haar te laten overkomen en over te brengen naar anderen opdat ook zij voor een stuk in contact komen met die boodschap der liefde.

En evenzeer kan men het leven proberen te realiseren via de verleiding. Waarbij de verleiding dan reëel zou kunnen aanvoelen omdat men herkent dat men verleid is tot het verleiden en het verleid worden.

En evenzeer kan men het leven proberen te realiseren via de vrijheid. Waarbij men vrij is om te kiezen voor bepaalde macht, liefde en verleiding. Of om er net niet voor te kiezen. Maar dat realiseren van het leven, dat gaat niet helemaal. Men kan de wil hebben om tal van dingen over te brengen. Soms lukt dat naar behoren. Soms lukt het helemaal niet en faalt men opnieuw en opnieuw opdat men alles dient te herbekijken alvorens men opnieuw zou proberen om een wil te realiseren.

Mijn wil, op dit moment, is om zichzelf te observeren. Men kan en mag spontaan zijn. Maar hoe men is als men spontaan is, is voor een stuk onbekend voor zich omwille van die spontaniteit. Door zichzelf te observeren, heeft men op eender welk moment de kans om na te gaan dat men wel volkomen zo wilt zijn als dat men op dat moment was. En zo wordt het minder van belang wat andere mensen van zich denken. Men creëert immers een eigen leefwereld. En dat is ook een realisering. Dat volstaat voor mij. Het neemt de angst weg.

Bij mij is er diegene die spontaan is. En daarin schuilt eigenheid. Maar daarin schuilt evenzeer aangeleerd gedrag.

En daarnaast is er de observator. Ik beschouw mijn eigen gedrag bij momenten. Ik vorm er een mening over. En als ik vind dat mijn gedrag niet zo eigen meer aanvoelt, dan neem ik een actie opdat ik weer meer in lijn zou lopen met hoe ik wil zijn.

Maar al bij al is het een compromis. De observator stuurt bij maar dirigeert niet zo zeer. Want dan komt mijn spontane zelf in het gedrang. Het is één wijze waarop men kan leven. Toch ben ik ook één, in zekere zin. Er is maar één echte ik, zelfs wanneer ik zoek naar mezelf. Maar die echte ik probeer ik niet al te zeer bekomen. Omdat het dan uiteindelijk begint aan te voelen als het forceren van mezelf op mezelf. Omdat ik uiteindelijk niet echt exact lijk te kunnen weten hoe ik ben. Er is uiteindelijk een verschil tussen hoe men is en hoe men voelt dat men wilt zijn. Als men op een bepaalde wijze wilt zijn, dan is het niet uitgesloten dat men evenzeer voelt dat men zichzelf iets opdringt. Omdat men toch niet helemaal is zoals men dacht dat men wou zijn.

En dat probleem wordt vermeden door die 'observator' en die 'spontane zelf' los van elkaar te laten bestaan, maar wel met een zekere interactie.

Dit is geen suggestie. Maar het is een mogelijkheid. Het is een wijze om los te breken van een bepaald idee zoals een ideaal waarnaar men zich tracht te richten als een heilzaam object dat men kan nastreven. Ook in mijn gedrag is echter een ideaal verborgen, maar impliciet.

Vele mensen willen vast meer controle. Ik heb daar op zich niets tegen. Maar het is niet zo eenvoudig. Het leven zelf wordt in aanzienlijke mate gevormd voor zich door situaties die zich voordoen.

Wat anderen van zich denken, hoe ze zich naar zich gedragen, andere omstandigheden die zich voordoen, dat bepaalt allemaal de existentiële situatie. En het is duidelijk dat men daar maar beperkte controle over heeft. Dat lijkt dus eigen te zijn aan het leven.

Men kan aan tal van zaken iets proberen te doen om meer controle te verkrijgen over het leven. Maar ook dan zullen er tal van dingen zijn waarover men geen controle heeft. Het verdwijnt niet. Het leven overkomt zich steeds opnieuw, of men dat nu wilt of niet wilt.

Wanneer men controle kan loslaten, verkrijgt men echter ook controle, namelijk, impliciete controle. Men laat het leven tot zich komen. Wat is de toestand van het eigen leven? Wat is de toestand in de huidige omstandigheden? Als men er zich open tot stelt en dat ergens kan aanvaarden, dan kan men er een perspectief over vormen. Als dat perspectief al bij al positief is, dan staat men in het leven met een zeker zelfvertrouwen.

En wat is er positief aan het leven? Wel ja, men lijkt ouder te worden. Tenzij er een levenselixir wordt uitgevonden, zal men verder aftakelen terwijl men leeft in een omgeving die nooit probleemloos is. Maar ondertussen krijgt men tal van kansen om van het leven te genieten. En dat lukt niet altijd en dat kan ook niet altijd lukken. Maar steeds kan men pogingen ondernemen om te doen wat men kan en om voldaan te zijn voor wat men krijgt.

Toch is er ook een slachtoffer gevallen doorheen dit boek, namelijk, de liefde. De liefde gaat in dit boek vaak ten onder. Dit hoeft niet bij voorbaat zo te zijn. Kan men liefde geven in een bepaalde situatie? Of is het te pijnlijk en te fout om ze te blijven geven in die situatie?

Het kan gebeuren dat men het geven van liefde minder vrij gaat laten gebeuren. Zo kan men zichzelf beschermen. En niet zonder reden. Want de samenleving kan pijnlijk zijn. De cultuur kan kwetsend zijn. Mensen proberen hun gedrag te rechtvaardigen terwijl anderen het moeilijk kunnen dulden of het met plezier terechtwijzen als uw deugdzaamheid ten onder gaat via hun oordeel. En vaak wederzijds zo. Zo is het ook soms voor mij. Ik sta er niet boven. Ik sta erin. Maar zulke strijd van conflicten en onenigheid kan doorwegen op zichzelf en op het vrijelijk geven van liefde.

Hoe kan men de liefde nog laten leven? Hoe kan ze tout court nog in zich schuilen? Om de samenleving in te zien, om mensen te begrijpen, is om geveld te worden. En om de liefde ten val te brengen. Enkel bij die mensen waar de liefde nog niet ten onder gegaan is, blijft ze ademen. Maar niet met de glorie van voorheen. En dat kan moeilijk zijn.

Ik vraag mij af of het dan niet beter is om de liefde wat meer te laten leven in zich. En hoe doet men dat?

Het merkwaardige is... er is steeds hoop voor de liefde. Er is steeds hoop voor de mens. Men kan de hoop zien in hen. Zoals in kinderen die het geloof in iemand nog niet kunnen opgeven omdat ze dan iets van zichzelf zouden verliezen. De liefde leeft in hen. De hoop die ze dragen in zichzelf, het geloof in

hoe ze zouden kunnen zijn, dat geloof wensen ze ook te vinden in anderen.

Oudere mensen wensen vast ook die hoop te vinden. Opdat er een vlam in de mens blijft schuilen, ook wanneer zij weg zijn.

En zo is er die hoop, dat potentieel, eigenlijk voor iedereen.

Maar wij verliezen soms het contact met die hoop. Omdat we de dingen willen zien zoals ze zijn. En dat is vaak niet zo mooi om te aanzien. En eigenlijk ook misleidend. Want zelfs wanneer we een zorgvuldig oordeel zouden treffen, wat al heel wat is, dan nog misleiden we ons met zulk oordeel. Omdat we die hoop negeren. Iemand die ons kwetst, is misschien niet altijd zo gemeen als dat we zelf denken, ook al lijken we dat te kunnen besluiten uit zijn/haar daden. We doven die vlam voor elkaar in ons oordeel. En tegelijkertijd zouden we niets misdoen.

Maar wanneer we alle oordelen hebben geveld en de strijd is gestreden, waar staan we dan? Dan hebben we onszelf beroofd van die hoop. Terwijl die hoop net doet leven.

Natuurlijk, het wil niet zeggen dat we moeten negeren dat we niet zomaar bij eenieder zullen kunnen gedijen. Of zij bij ons. Dat is wat we wel degelijk moeten herkennen en kunnen herkennen in ons oordeel. De mensheid is eigenlijk een beetje een ramp. Maar de mensheid is ook des te meer zo'n ramp omdat mensen de hoop in zichzelf en elkaar verliezen.

En toch, via een geloof in de liefde, krijgt men de vergeving. Want de liefde is daar voor zich op elk moment dat men erin kan geloven. Zelfs nadat men ze had opgegeven. Ook dan biedt ze zich aan, alsof men ze eigenlijk nooit had verloren.