

Leven zonder motieven

Huissen, 7–14 juli 1995, *zaterdag*

We hebben gisteren stilgestaan bij dat merkwaardige verschijnsel, dat we niet in staat zijn om van binnenuit te leven, dat wil zeggen, zonder bijmotieven. Bijmotieven zijn niet iets slechts. Maar je kunt opmerken dat je steeds, de hele dag door, ook als je niet actief bent, bezig bent vanuit dingen die je tegengekomen bent, die je geleerd hebt, die anderen je gezegd hebben, vanuit regels die je je gesteld hebt of die je van buitenaf gesteld worden. En je merkt dat je ten aanzien van andere mensen, vooral ten aanzien van mensen die je veel ziet – huisgenoten, mensen op je werk – een houding krijgt waar je in volhardt. Dat maakt het onmogelijk dat er, naar gelang er iets in de ander verandert, iets in jou verandert.

Ik weet niet of je beseft wat dat betekent. Dat betekent dat je je niet verhoudt tot de ander in de verandering, maar tot de ander zoals je hem eens gezien hebt. Daardoor houden wij elkaar vast, en dat doen we allemaal. We houden elkaar op de plek doordat we zelf niet mee kunnen veranderen. Het is een duidelijk feit dat alles wat binnen de tijd valt, wat dus van het vergankelijke is, verandert. En wij zijn vergankelijk, we gaan voorbij, we gaan dood op een bepaald moment. Voor sommigen is dat nog een heel eind weg, voor anderen is dat wat dichterbij. Dat is een feit, en dat weten we allemaal. Maar we doen net alsof dat niet zo is, we doen net alsof we altijd maar doorgaan, *en* op dezelfde manier.

Kun je daar achter komen? Kun je voor jezelf contact krijgen met dat merkwaardige feit dat je niet verandert, dat je op de plek blijft? En dat niet alleen, maar ook dat je, doordat jij op de plek blijft, anderen op de plek houdt? Dat is natuurlijk over en weer het geval.

Het heeft geen zin daar over te gaan zitten denken. Het gaat er alleen maar om dat je dat voor jezelf kunt constateren, steeds opnieuw, steeds opnieuw. En daarin kan een verandering optreden. Want het is niet niks om veranderlijk te zijn, bewust veranderlijk. Het begint bij jezelf, het begint erbij dat je opmerkt aan jezelf dat er in jou ook steeds iets wil veranderen. Het verandert niet, het *wil* graag veranderen. Maar om dat op te kunnen merken, moet je natuurlijk niet aldoor maar bezig zijn met al die dingen die in je omgaan. Want zolang je daarmee bezig bent kan er niets veranderen, dan herhaal je steeds hetzelfde.

Natuurlijk zijn er veranderingen. De wereld verandert ook steeds, de techniek verandert, de maatschappij verandert. Maar als je *daarvan* afhankelijk bent, van die verandering die plaatsheeft in de maatschappij en in de techniek, dan hebben we nog duizenden jaren nodig om tot onszelf te komen, om te gaan beseffen wie we zijn. Dat is de lange, lange ontwikkeling die natuurlijk plaatsheeft, en die al duizenden, misschien wel miljoenen jaren plaatsheeft. Maar die hele trage, langzame ontwikkeling die zich voltrekt, is onbewust. Daarin worden we meegenomen, net als de planten, de dieren, de mineralen, en al het levende. Dat is die hele machtige, onvoorstelbaar grote evolutie van het heelal,

van de schepping. Daar zijn we deel van, en daar worden we door meegenomen, of we willen of niet.

De mens heeft echter de mogelijkheid gekregen om zich bewust te worden. Dat is iets ongelooflijks. Dat beseffen wij maar zelden, maar het is een ongelooflijk iets dat wij ons bewust kunnen worden van onszelf, dat we ons bewust kunnen worden van onze plek in dat grote geheel. En in dat bewust worden van onszelf in het grote geheel, raken we los van dat bepaalde waar we ingegleden zijn toen we geboren werden, toen we nog vanuit het onbepaalde kwamen, vanuit het geheel, ongearticuleerd – we konden er geen naam aan geven, we konden er geen woord over zeggen, we konden het alleen *zijn*. Vanuit dat onbepaalde hebben we ons terecht gevonden in deze wereld, met een bepaald stel ouders, in een bepaalde omgeving, in een bepaalde maatschappij, in een bepaalde cultuur, met een bepaald geloof, met een bepaalde religieuze overtuiging. Dat is onze geschiedenis, van ons allemaal, zonder uitzondering. Waar we ons bewust van zijn is hoe we daar een plek in gevonden hebben. Want de manier waarop we tegen onszelf aankijken, waarop we onszelf ervaren, komt voort uit dat bepaalde, dat vastgestelde, op allerlei manieren.

De vraag is dus steeds opnieuw: kunnen we ons daar bewust van worden?

Er zijn enkelen geweest in de grote geschiedenis van de mensheid die zeggen ‘Ja, dat kan!’ Zij hebben daarvan verteld, en ook aangegeven *hoe* we ons daarvan bewust zouden moeten worden. Dat is opgeschreven en verder gedragen, en dat noemen we de grote religies, de grote religieuze stromingen. Maar natuurlijk is bij dat weergeven die bepaalde mens binnen geslopen die wij zijn, en die wij 2000 jaar geleden, 4000 jaar geleden en 10000 jaar geleden ook waren. Het is niet meer het oorspronkelijke wat stem gegeven is door die enkelen, maar het is weer door de vertaalmachine gegaan van het bewustzijn van de mensen die dat gehoord hebben.

Dat moet je goed beseffen. Je kunt nauwelijks zeggen ‘Boeddha heeft gezegd...’ of ‘Christus heeft gezegd...’ Wat weet je daarvan? Je hebt alleen maar de schriften, de overlevering. Je hebt niet het hart van de overlevering. *Je hebt niet het woord op het moment dat het de mond van*

degene die het uitspraak verliet. Noch ken je het gevoel, de werkelijkheid die daarmee gepaard ging. Je hebt alleen letters, zinnen, begrippen.

Het is een hele lange weg om via die overlevering weer bij jezelf terecht te komen, want het waren allemaal mensen die dit gezegd hebben. Je moet er dus *zelf* bijkomen. Dat betekent dat je daar in moet komen met het bewustzijn dat je hebt, wat weer betekent dat je eerst beseft wie je bent, hoe je geworden bent, hoe je nu kijkt, luistert, denkt, voelt. Dat is een hele diepgaande zaak. Het gaat veel dieper dan de vraag of je het naar je zin hebt of dat het goed met je gaat.

Het gaat er dus om of je, dit alles wetende, op een vriendelijke, natuurlijke, ontspannen manier bij jezelf kunt komen. Ben je in staat, juist als het gaat om dat allerlaatste: het leren kennen van jezelf, daar op een niet-verbeten manier op af gaan? Je kunt het niet afdwingen. Je kunt het alleen maar met voorzichtigheid benaderen, zoals je om zou gaan met iemand van wie je veel houdt – niet een voorbijgaande flutromance, maar van wie je *echt* houdt. Hoe benader je die? Hoe oplettend ben je daarmee? Hoe probeer je af te lezen wat er gebeurt in die ander? Niet uit christelijke plicht, niet uit al die onzin, maar gewoon omdat je echte belangstelling hebt. Dat is de benadering die je nodig hebt om jezelf te leren kennen.

Dan kun je niet meer verwijzen naar boekjes, je kunt niet meer zeggen ‘Die en die heeft dat en dat gezegd,’ of ‘Die en die heeft toen gezegd: in dit geval moet je zo doen.’ Je beseft dat je daar niet meer op terug kunt vallen. Ik weet niet of jullie begrijpen wat het betekent als je beseft dat je er zelf voor staat?

Dus kun je het verlangen hebben om die ander, waarvan je zoveel houdt, echt te leren kennen? Is dat ooit wel eens in je leven voorgekomen, dat je zoveel van een ander hield dat je er geen wensenlijstjes meer op nahield? Ben je je wel bewust dat je altijd wensenlijstjes hebt, ook als je denkt dat je ze niet hebt?

Nou, *dat* verlangen, kun je dat hebben ten aanzien van jezelf? Er is je in deze hemelstreken hier geleerd dat je zelf niet zo erg belangrijk bent, dat de ander zo belangrijk is. Dat is heel erg, want daardoor hebben we het gevoel dat het altijd *daar* is, dat het niet *hier* is, dat jij niet zo belangrijk bent, dat de wereld belangrijk is, dat de ander belangrijk is. Daardoor ben je vergeten hoe je zelf in de wereld staat, hoe je doet. En als je al beseft hoe je doet, dan zijn er onmiddellijk een heleboel gedragsregels die zeggen ‘Je moet niet *zo* zijn, je hoort *zo* te zijn.’

Wat ik je nu aan het vertellen ben is de gewone, dagse werkelijkheid. Je kunt niet eens zien hoe je zelf bent, want zodra je maar even gaat beseffen hoe je je gedraagt, is er onmiddellijk een hele vracht van regels en codes. En je hebt niet in de gaten dat die er zijn. Dat is nog het meest potsierlijke ervan, je bent je niet bewust dat ze er zijn, ze

werken gewoon. Dus verformfaai je jezelf aan de lopende band met de regels en gedragingen van buiten – niet vanuit jezelf, van *buiten*. En op die manier probeer je je ook bewust te worden van jezelf.

Kun je dat allemaal loslaten, kun je dat allemaal uit je handen laten vallen, kun je echt zien dat je kunstmatig bent, en dat je die levende mens die in jezelf is eigenlijk nog niet kent? Kun je dat beseffen, en er niet verdrietig over zijn of neerslachtig? Kun je er blij om zijn dat je beseft dat het zo is, dat je zo gevormd bent in de loop van de tijd? Kun je degenen die jou met de beste bedoelingen gevormd hebben, dankbaar zijn, of in ieder geval niet boos op ze zijn? Het is nodig. Het is een hele begrijpelijke reactie dat je, als je echt gaat beseffen hoe je gevormd bent, daar boos over bent: dat je *zo vermaakt* bent, met de beste bedoelingen.

En kun je blijven luisteren naar dat onbekende in jezelf wat nog altijd leeft, wat er nog altijd is, wat nog niet kapot is, wat nog niet vermaakt is, wat nog niet ergens ingepast is, wat nog vrij is, wat nog ademt, vrij ademt? Kun je dat een kans geven in je leven?

Kun je dan ook blijven beseffen dat dat niet niks is, om die vrij ademende mens die je bent een kans te geven? Want je zult in dat diepgaande proces van bewustwording natuurlijk telkens opmerken, dat je terugglijdt in die bekende mens die alles al weet – denkt hij – en die zo zijn gangetje gaat.

Kun je houden van die mens die terugglijdt, of veroordeel je die? Als je hem veroordeelt is het spel uit, dan kan er niets meer gebeuren. Als je begrijpt waarom hij terugglijdt, dat dat zijn gewone positie is, dat hij zo is groot geworden – als je dat begrijpt, net als bij een klein kind en net als bij degene van wie je veel houdt, dan heb je het vergeven. Je ziet voor je waarom het gebeurt, en dat het ook alle andere mensen gebeurt, en je hebt het vergeven voordat je zelfs de gedachte gehad hebt dat je hem zou veroordelen.

Dat is heel natuurlijk, maar zo gaan we niet met onszelf te werk. We zijn geweldige scherprechters ten aanzien van onszelf ‘Dát hebben we niet goed gedaan, en dát hebben we niet goed gedaan, volgende keer doe ik het beter!’ Elke keer trekken we ons samen, stoten we daar heel veel energie in, en bevestigen onszelf daarmee in onze onveranderlijkheid. Zo is ons leven.

Dus om het leven dat we leven vanuit de grond af een kans te geven om te veranderen, moeten we heel wakker zijn en liefdevol.

En mensen, het is niet alleen maar een probleem van die enkele mens hier. Dit is het wereldprobleem, dit is het probleem van de hele wereld! Want als wij niet loskomen uit de gevangenis die we zelf gebouwd hebben met behulp van anderen, blijven we gevangenen, blijven we slaven. En het is niet de bedoeling dat we slaven zijn. Het is de bedoeling dat we vrij zijn!

Jullie begrijpen heel best wat ik met dat ‘vrij zijn’ bedoel. Er zijn heel veel, hele concrete beperkingen. We zijn zo en zo

oud, we zijn in die en die situatie, en we zijn samen met die en die, of we zijn alleen. Dat zijn de heel duidelijke, concrete gegevens. Maar dat is niet waar ik het over heb. Waar ik het over heb is hoe wij ons, binnen die concrete gegevens, binnen die concrete beperkingen, bevinden, hoe we daarin zijn. Want dat maakt uit hoe we ons voelen, dat maakt uit hoe ons leven in ons is. Dat wordt niet bepaald door die beperkingen.

We kunnen in deze week, hoop ik, wel een klein beetje verkennen hoe wij met die concrete beperkingen zó kunnen omgaan, dat we toekomen aan dat onbekende in onszelf. En dat is toch eigenlijk meditatie. Dat is veel en veel moeilijker dan regels stellen, wat altijd gebeurd is, in alle religieuze stromingen, of het nu Zen is of een andere. Altijd weer merk je: eerst worden er regels gesteld en daar moet je aan voldoen, en als je daaraan voldaan hebt kan het pas beginnen. Maar dat is een afschuwelijk iets! Waarom kun je niet zó als je bent, hier dit gaan beseffen, oneindig veel subtieler gaan beseffen wat er allemaal plaatsheeft, in jezelf, buiten jezelf, met de ander? Waarom moet je eerst allerlei je

eigen maken – en dat is soms heel veel, een soort van barrière waar je eerst doorheen moet – om tot dat meest natuurlijke te komen, namelijk het besef van jezelf?

Het is natuurlijk heel duidelijk dat al die regels die er zijn, nooit zo perfect kunnen ingaan op die mens die jij bent. Dat is toch duidelijk! Anders blijf je aan de buitenkant, dan blijf je volgens meneer zus of mevrouw zo jezelf benaderen. En dat kan niet.

Kunnen we daarop ingaan, heel zorgvuldig, heel vriendelijk, op al die dingen die ons leven bepalen, en waarin we zelf in diepste zin maar heel weinig aanwezig zijn, maar voor een heel klein stukje van onszelf, van dat vrije ademende zelf dat leeft?

We kunnen het altijd proberen. Elke keer dat we iets proberen in deze zin, zoals ik nu bedoel, gebeurt er iets. Dat is wel heerlijk: er gebeurt altijd iets, dus het is geen verloren tijd! Al gebeurt er misschien niet datgene wat jij hoopt, maar dat is een andere zaak. Wat je hoopt is vanuit die oude mens, die zo goed denkt te weten, en die hopeloos in de knoei zit. Er gebeurt altijd iets – als je wezenlijk probeert.