

Het leven je leraar laten zijn.

Elk moment is een nieuw moment. Het komt voort uit het moment dat ervoor lag en uit al die momenten die daarvoor lagen. Dus dit moment is het resultaat van een lange geschiedenis. En dit moment zal het volgende moment voortbrengen.

Het stromen van de werkelijkheid is in zichzelf een creatief proces. Steeds weer een nieuw moment, steeds weer net een beetje anders dan wat eraan vooraf ging, hoe subtiel de verschillen soms ook zijn. Bij dat creatieve proces behoren ook je gedachten en je handelingen. Wanneer ze voortkomen uit het steeds weer nieuwe, dan zijn je gedachten en handelingen werkelijk creatief. Ze dragen dan bij aan het steeds weer nieuwe.

Maar houd vast aan een beeld over jezelf, over de ander, over de wereld, over je verleden of over je toekomst, en dan verandert er veel, want een beeld is statisch. De gedachten en handelingen gebaseerd op een beeld missen de creativiteit, missen het vermogen om steeds weer het nieuwe voort te brengen. Ze zijn meer een uiting en een bevestiging van een vasthouden en daarom neigen ze rond en rond te gaan en zichzelf te herhalen. Hoe vaak zijn onze gedachten niet repetitief en ook onze handelingen. Dus aan je gedachten en je handelingen kan je zien hoe je in het leven staat. Houd je vast of stroom je mee? Sta je steeds weer open voor het nieuwe of houd je vast aan het oude.

Wat niet meestroomt schuurt met de werkelijkheid. Het woord 'schuren' wordt in het Pali *dukkha* genoemd en wordt meestal vertaald als lijden. Het vasthouden aan wat niet meestroomt creëert lijden zoals een rotsblok in een riviertje wervelingen creëert in het stromende water. Vasthouden belemmert het creatieve aspect van het leven.

Dus laat daar waar je vasthoudt een verzachting plaatsvinden, een ontspanning. Kom terug naar het stromende nu. Je hele geschiedenis ligt daarin en zelfs een deel van je toekomst. Dit hele moment is vloeibaar en creatief en daardoor heeft het een stilte en een vreugde in zich in plaats van een spanning en een bedruktheid die vaak onze rondgaande gedachten ons bezorgen.

Laat de gedachten en beelden die in je opkomen maar gaan. Ze worden deel van je geschiedenis en gaan daardoor niet verloren. Daarom hoeven we in dit loslaten niet bang te zijn ook het mooie, bijzondere en waardevolle te verliezen. Wat werkelijk goed is en van waarde voor het ontstaan van het nieuwe zal zich steeds weer aandienen, in een verbeterde versie. Dit is het leven je leraar laten zijn.

* * * * *

*Eerw. Baldwin Schreurs
Woensdag 12 april 2023*