

Meester en Leerling van het leven

April 2002

Inleiding

Zingeving en geluk zijn in wezen geen zaken die je kunt nastreven. Het najagen zelf veronderstelt een tekort en de koortsachtige activiteit van het zoeken zelf belemmert ons om ooit iets van wezenlijke waarde te vinden, namelijk het oorspronkelijke contact met ons diepste zelf. Zij die al enige tijd op weg zijn op het pad van bewustzijnsontwikkeling komen onvermijdelijk tot de slotsom dat elke poging om onszelf of de wereld waarin wij leven te veranderen, indruist tegen de waarheid van ons bestaan en dus aanleiding geeft tot verder lijden. Een vruchtbaarder antwoord op zingevingvragen is om ons niet te verzetten tegen het leven of de wereld maar om te leren 'rusten in zijn', ons te laten drijven op de stroom van het leven en daarvan te genieten. Door precies te verblijven in de werkelijkheid van NU kan je ontspannen. In deze relatieve staat van welbehagen doemen na verloop van tijd dezelfde zingevingvragen weer op. Welk doel dient mijn leven? Wat maakt mijn leven zinvol? Deze vragen reiken verder dan het neurotische grijpen van ego naar betekenis. Het betreft hier existentiële kwesties omtrent de reden van ons bestaan.

Je 'laten drijven op de stroom' (*go with the flow*) is kennelijk toch niet het hele antwoord op deze vragen doch slechts een begin daarvan. 'Rusten..', het ontspannen en het verder afzien van het grijpen naar 'oplossingen' opent echter wel de weg naar zijn dynamische tegenhanger; het actief bijdragen aan vermindering van het lijden waarin de wereld gedompeld lijkt te zijn. Lijden dat veroorzaakt wordt door de koortsachtige activiteit van ons ego om te ontsnappen aan de condities van het bestaan. Dit artikel geeft een idee over hoe die bijdrage er dan uit zou kunnen zien.

Meester

We zijn leerlingen in het leven verlangend naar een antwoord, iemand die ons verder helpt. Maar wie is dan onze Meester? Hoe kunnen wij hem herkennen met onze blik die gekleurd is door gevoelens van tekortkoming en minderwaardigheid? En hoe weten wij dat wij deze Meester kunnen volgen, geschokt als wij zijn in het kinderlijke vertrouwen dat wij in onze ouders stelden?

Alvorens ons te kunnen toewenden, dienen wij stil te staan bij de verstoorde relaties die wij als 'leerling' met de Meester onderhouden.

- Wij moeten ons bevrijden van de macht van pseudo-meesters over ons leven.
- Vervolgens is het noodzakelijk om scherp in te zien dat de verbinding met de echte Meester cruciaal is voor ons verlangen om een zinvol en gelukkig leven te leiden.
- Tenslotte dienen wij de hoop op te geven dat de Meester ergens buiten ons te vinden is. Ten diepste zijn wij op onszelf aangewezen en dienen wij te luisteren naar de stem die in ons klinkt en die niet afkomstig is van ego of van superego.

Uit deze opsomming blijkt dat het hier een proces betreft van innerlijke ontwikkeling. Een ontwikkeling van terugkeer naar onze innerlijke Meester en de getuigenis daarvan in de wereld. In het onderstaande is dit verloop beknopt beschreven.

Oorsprong

Wij gaan daarbij uit van de idee dat wij onszelf niet uitgevonden hebben, niet slechts van onszelf zijn, doch wortelen in een niet in tijd en plaats te lokaliseren realiteit de

Oorsprong of het Licht. Het leven is te beschouwen als een proces waarin dit Licht zich onophoudelijk middels oneindig veel vormen manifesteert. Door ons dat bewust te zijn, verbinden wij ons niet alleen met onze wortels, wij erkennen ook dat wij actief bij kunnen dragen aan dit proces van incarnatie. In dat opzicht zijn wij zowel Leerling als Meester van het leven. Deze bewustwording veronderstelt een geleidelijk loslaten van de aanname van afgescheidenheid die de gebruikelijke zienswijze van ego is. Gaandeweg in onze ontwikkeling herinneren wij ons weer onze oorsprong en erkennen dat wij voortkomen uit een gemeenschappelijke Bron. Wij ervaren dat als een terugkeer naar onze Bron, een stap voorwaarts die ons weer dichterbij 'thuis' brengt. Ergens in die ontwikkeling vallen de grenzen tussen 'ik/jij' en 'mijn/jouw' weg en dat heeft verstrekkende gevolgen voor de wijze waarop wij in de wereld staan. Het leven lijkt hierdoor op een rondgang langs verschillende fasen van geleidelijke verdichting en verlichting van bewustzijn.

Bruiloft te Kana

Ter illustratie van deze ontwikkelingsweg gebruiken wij een parabel uit de Bijbel, 'de bruiloft te Kana'. Daarin wordt gewag gemaakt van de fasen en transformaties die de mens op de weg naar de erkenning van zijn Meester doormaakt.

Hier zet Jezus een volgende stap op zijn weg naar de incarnatie van het Licht, de voleinding van de schepping, die in Boeddhistische kringen wordt aangeduid met Nirmanakaya, de unieke of individuele uitdrukking van het Licht.

En op de derde dag was er een bruiloft te Kana in Galiléa en de moeder van Jezus was daar; en ook Jezus en zijn discipelen waren ter bruiloft genodigd. En toen er gebrek aan wijn kwam, zeide de moeder van Jezus tot Hem: "zij hebben geen wijn." En Jezus zeide tot haar: "vrouw, wat heb ik met U van node? Mijn ure is nog niet gekomen." Zijn moeder zeide tot hen, de bedienden: "wat Hij ook zegt, doet dat!" Nu waren daar zes stenen watervaten neergezet volgens het reinigingsgebruik der Joden, elk met een inhoud van twee of drie metrétén. Jezus zeide tot hen: "vult de vaten met water." En zij vulden ze tot de rand. En Hij zeide tot hen: "schept nu en brengt het aan de leider van het feest." En zij brachten het. Toen nu de leider van het feest het water proefde, dat de wijn geworden was - en hij wist niet waar deze vandaan kwam, maar de bedienden, die het water geschept hadden, wisten het - riep de leider van het feest de bruidegom, en hij zeide tot hem: "iedereen zet eerst de goede wijn op en als er goed gedronken is, de mindere; gij echter hebt de goede wijn tot dit ogenblik bewaard." Dit heeft Jezus gedaan als begin van zijn tekenen te Kana in Galiléa en Hij heeft zijn heerlijkheid geopenbaard en zijn discipelen geloofden Hem." (Johannes 2: 1-11)

Toelichting

Een mogelijke verklaring van deze esoterische tekst luidt: hoewel het lijkt alsof Jezus te gast is bij een bruiloft, beschrijft dit verhaal in feite het moment waarop Jezus zich definitief verbindt met zijn ziel, hier gesymboliseerd door de bruid. De ziel is te beschouwen als de persoonlijke Lichtvorm, direct voortkomend uit de Bron, maar nog niet geïncarneerd. Het is Sambogakaya, de individuele weergave van de oerbron, die in Boeddhistische terminologie de naam 'Dharmakaya' heeft, de Bron zelf die voorafgaat aan manifestatie.

De bezorgde opmerking van zijn moeder dat er niet genoeg wijn is voor het feest is te begrijpen als het armoedebewustzijn van de persoonlijkheid, die meet en begrenst en twijfelt aan het bestaan van het Licht. Deze staat van bewustzijn laat Jezus hier achter

zicht, heeft Hij niet langer 'van node'. Jezus is voortaan nog wel ín de wereld maar niet langer erván. Hij heeft de waarheid van zijn oorsprong herkend en zich daarmee verbonden. Het gewone denken van ego heeft zijn heerschappij verloren, is nog wel aanwezig maar is gehoorzaam en ondergeschikt gemaakt aan het hogere bewustzijnsniveau dat het gevolg is van Zijn duurzame verbinding met het Licht. Zijn moeders woorden gericht tot de bedienden: "Wat Hij ook zegt, doet dat" onderstreept deze nieuwe ordening in het bewustzijn.

Zijn woorden: "Mijn ure is nog niet gekomen", duidt op het feit dat de verbinding met de ziel een onmisbare stap is op de weg, maar niet de voleinding. Want die bestaat uit de transformatie van de duisternis in Licht, de herkenning van de wereld van vorm als louter Licht en daar naar leven. Het verpletterende bewijs van die Waarheid levert Jezus met zijn kruisiging en wederopstanding. Maar nu, te Kana, is het nog niet zover; Zijn ure is nog niet gekomen...

Nu, tijdens zijn feestelijke verbinding met Zijn ziel, geeft Jezus een eerste teken van de transformerende kracht die de verbinding met onze meest wezenlijke identiteit teweegbrengt. Hij verandert water in wijn en geeft daarvoor aan 'de bedienden' gedetailleerde instructies. Alweer een metafoor. De stenen vaten waarin het water gegoten wordt, staan voor de letterlijke geschreven kennis over het Licht. De waarheid van het Licht is in zijn pure vorm voor ons niet 'te bevatten'. Wij zijn als stenen vaten, opgegroeid met normen en waarden, verboden en geboden, opinies en identificaties. Wij kunnen niet helder zien, niet goed luisteren, zijn niet vrij in ons denken en voelen. Wij zijn versteend en tegelijkertijd dorstig naar kennis, zingeving en troost. Om de wijn van de hoogste waarheid te kunnen proeven dienen wij eerst kennis van de waarheid te ontvangen. Kennis is van een andere orde dan Waarheid. Kennis is informatie, Waarheid het samengaan van kennis en liefde. Als stenen vaten herkennen wij aanvankelijk de Waarheid niet of weten haar niet op waarde te schatten. Pas wanneer opgedane kennis er toe leidt dat wij ons opnieuw verbinden met onze ziel, vindt de transformatie plaats waarin water in wijn verandert, kennis in Waarheid.

Stenen vaten

Wij zijn als stenen vaten. Gevormd naar onze omgeving, kijken wij met ogen die voor een belangrijk deel zijn ingekleurd met onze persoonlijke geschiedenis. Voorts zijn wij behept met oren die niet naar onze diepste waarheid luisteren maar gehoor geven aan de innerlijke criticus die ons ongevraagd voorziet van bestraffend, ondermijnd of opzwevend commentaar. Niet langer verbonden met onze ziel zijn wij een duurzame verbintenis aangegaan met de normen en waarden die stammen uit ons verleden en een stem krijgen als ons superego. Waar komt die vandaan? Wat is de last en wat is de essentie van dit superego?

Om die vraag te beantwoorden dienen wij terug te keren naar de aanvang, wij zijn Licht, maar geboren in de wereld van materie en illusie, de wereld van duisternis. Wij zijn niet per abuis uit de hemel gevallen doch zijn hier aangeland met een wens of een doel. Het algemene doel luidt om het licht te doen schijnen in de duisternis die wereld heet. Dat is ons werkelijke doel en onze potentie: te leven in de wereld van materie zonder verlies van herinnering aan de oorsprong.

Deze opdracht rust op onze schouders, wij zijn het aan de oorsprong verschuldigd, het initieert wellicht ons meest primaire schuldgevoel. Verlossing van de schuld bestaat uit de toewending en de erkenning van ons diepste zelf als het Licht van de ziel. Dit eerste gevoel van 'verschuldigd' zijn is geen schuld in de zin van tekort schieten, doch eerder de

ervaring van onvolkomenheid die ons de motivatie geeft om 'op weg te gaan' en onze tocht te volbrengen. Het is de zegen van het Licht.

Existentieel verschuldigd

Vanuit dit existentiële gezichtspunt zijn gevoelens van schuld of onvolkomenheid het resultaat van het feit dat wij onszelf identificeren met de wereld van vorm en materie. De meest diepgaande identificatie is die met ons lichaam. Tegen deze achtergrond neemt onze reis een aanvang. Wij gaan op zoek, wij groeien, fysiek zowel als mentaal in de richting van een volwassen mens. Vanwege de diep gewortelde gevoelens van onvolkomenheid zijn wij zeer gevoelig voor afwijzing en vernedering. En daarnaast zijn wij in de eerste jaren van ons bestaan volledig afhankelijk van de voeding en veiligheid van het ouderlijk huis. Ons driftleven is heftig (als immer) en aanvankelijk is onze egostructuur nog niet voldoende ontwikkeld om die te kunnen dragen. Wij hebben begeleiding nodig om die stroom te kanaliseren (en niet af te knippen) en daarnaast is het van het grootste belang om een vaardig ego op te bouwen. Het stelt ons in staat om te leren, te herinneren, ons sociaal te bewegen, onszelf te actualiseren en vooral om ons bewust te kunnen worden van de waarheid over onszelf.

Superego

Tijdens dit soms stromachtige proces van de opvoeding ontmoeten en bevechten wij de begrenzingen die onze ouders aan ons opleggen. Aanvankelijk ontbreekt het ons totaal aan begrippenkader om de waarde daarvan te begrijpen. Wij interpreteren die grenzen dan als onvoorwaardelijk en de fronsende blik van vader of de treurige ogen van moeder als een rechtstreekse bedreiging voor hun acceptatie en liefde. Wij ontvangen aansporingen en horen die, in de ongenueanceerde denktrant waarin het zich ontwikkelende ego zich nog bevindt, als eisen waaraan voldaan moet worden op straffe van de verbreking van het contact met onze ouders. Het prille ego is nog niet in staat tot nuanceringen en als we iets doen waar moeder boos over wordt, kunnen wij geen onderscheid maken tussen de handeling en onszelf die zij afwijst of waarover zij kwaad is. Overigens zijn ouders soms ook niet goed in staat om dit onderscheid te maken hetgeen resulteert in een buitengewoon bedreigende situatie voor het kind. Confrontaties, aanwijzingen, geboden en verboden vormen evenzoveel signalen voor het kind hoe 'het hoort', hoe het zich dient te gedragen teneinde de liefde van de ouders veilig te stellen.

Internaliseren

Dit geheel van externe boodschappen internaliseert in de egostructuur van het kind. Niet langer is er een externe bron voor nodig om het kind te vertellen hoe het zich hoort te gedragen om zijn of haar weg kan vinden. Langzamerhand worden die vervangen door een interne autoriteit, het superego.

Behalve op existentieel niveau heeft het kind nu ook in psychologisch opzicht een overtuiging ontwikkeld dat acceptatie van zijn of haar bestaan afhankelijk is van bepaalde voorwaarden. Wij zijn overtuigd geraakt van het feit dat wij niet zonder meer goed zijn, doch in wezen schuldig. Wij schieten tekort, stellen teleur, zijn op de een of andere manier gemankeerd zoals wij zijn. De enige uitweg lijkt om ons best te doen om alsnog volmaakt en schuldeloos te worden. Tegen de tijd dat wij tot dat besluit komen is het zicht op onze oorspronkelijke opdracht, het Licht in de wereld brengen, meestal geheel en al bedolven geraakt onder een berg van eisen en verwachtingen die zich stevig genesteld hebben in de structuur van ons ego. Behalve dat wij nu niet langer weten wat wij hier te doen hebben, zijn wij ook vergeten waar wij ons oor te luisteren

moeten leggen. Wij horen vooral superego als de vervormde stem van vader, moeder, vriend of echtgenoot, een meester of leraar. De innerlijke stem van het Licht die zo zacht klinkt dat je echt goed moet luisteren om die te kunnen horen, wordt in de regel geheel overschreeuwd.

Nu is de verwarring compleet.

Wij zijn als 'stenen vaten', verhard en duister. Het Licht schijnt daar nauwelijks doorheen. Wij luisteren naar superego zoals wij vroeger naar onze ouders luisterden; met een mengeling van niet aflatende hoop en vrees. Superego is als een strenge God, zuinig met zijn waardering, onverbidlijk in zijn oordeel. Een onaantastbare autoriteit die zelf de oorzaak is van de onmogelijkheid voor ego om het ooit goed genoeg te doen. Het doel, de goedkeuring wordt nimmer behaald, maar opgeven betekent verbanning naar de buitenste duisternis...

Eveneens voortbouwend op vroege gevoelens van verlatingsangst zijn wij sterk geneigd om te blijven gehoorzamen aan superego ook als wij al lang de stemgerechtigde leeftijd gepasseerd zijn. Superego heeft zich een vaste plaats op het 'pluche' verworven en bestuurt vanuit die positie het 'kind' in ons. Superego is de meester en het kind vervult de rol van de gehoorzame leerling.

Ontmantelen

Deze dynamiek is een broeinest voor heimelijke saboterende acties van de kant van het kind. Om zijn integriteit te bewaren volgt het kind aan de oppervlakte braaf op wat de 'meester' hem opdraagt en onderdrukt, ontkent of projecteert zijn (drift)leven. Waar het driftleven ontkend wordt gaat het ondergronds. Maar ook; waar onze ware spirituele aard niet langer erkend en gerespecteerd wordt, verwoesten wij uit woede en wanhoop haar materiële tegenhanger, de wereld waarin wij leven.

Pas wanneer wij de moed opnemen om onszelf tot onderwerp van onderzoek te maken komen wij superego op het spoor. Pas dan wordt zijn invloed duidelijk. Dan ook is het moment aangebroken om ons niet langer zonder meer door superego te laten leiden maar zijn gezag ter discussie te stellen.

De macht van superego blijkt dan wonderlijk eenvoudig te ontmantelen te zijn. Het behoeft slechts onze geïnteresseerde toewending en onze stap om het gesprek te openen. Op het moment dat wij superego zelf aanspreken, stappen wij uit de betovering, houden wij op om ons als het kind te verhouden met die geïnternaliseerde 'ouder'. Nu kunnen wij als twee volwassenen de dialoog aangaan. In de ontspanning die het gevolg is wanneer wij de overdrachtsrelatie 'ouder/kind' achter ons laten, krijgen wij direct oog voor de waarde van deze interne raadgever. En dan blijkt superego ook een bron van nuttige kennis te zijn. Als neerslag van onze ervaringen uit het 'ouderlijk huis' draagt superego veel waardevolle inzichten, levenswijsheid en zorgzaamheid met zich mee.

Gids

Behalve als bron van levenswijsheid kan superego ook nog een ander doel dienen namelijk die van onze gids op de weg die terugvoert naar onze diepste Waarheid over onszelf. In de vertelling van 'de bruiloft te Kana' is superego vertegenwoordigd in de persoon van de leider van het feest. Hoewel het hem aan inzicht ontbreekt omtrent het wonder dat zojuist onder zijn neus is geschied, merkt hij wel de bijzondere kwaliteit op van de wijn die nu geschonken wordt. Aanvankelijk zijn wij als stenen vaten die slechts het water van kennis kunnen bevatten. Ego bestaat uit kennis van de zichtbare wereld.

De oorsprong van die wereld valt echter buiten zijn blikveld. De rigiditeit van ego belemmert om te zien, te horen en het licht van de Waarheid door te laten. Naarmate het feest vordert, dat wil zeggen naarmate onze ontwikkeling voort gaat, neemt de bereidwilligheid toe om naar onze ziel te luisteren. En kunnen wij ook meer genieten van de uitzonderlijke kwaliteit van de woorden van Waarheid die daarin klinkt.

Ontdekking van de Ziel

Dit proces laat zich in therapeutisch opzicht als volgt vertalen. Door stil te staan bij superego is het 'kind' waartegen het spreekt, eenvoudig te identificeren. Dan volgt het bewust contact maken met de gevoelens van onvolkomenheid van het kind. De erkenning en liefdevolle ontmoeting met de gevoelens van tekortschieten, wanhoop of verlies leiden al tot verzachting. (En tevens tot verzachting van de greep van superego hierop) In deze staat van relatieve rust en acceptatie is het mogelijk om niet langer met de ogen van superego te kijken maar met een onbevangen 'Boeddhablik' te zien wat aan de basis ligt van deze gevoelens van tekort. Daar ontwaren wij onze ziel, het Licht in zijn individuele gedaante. De erkenning van onze diepste natuur als hetzelfde Licht waaruit deze schepping voortkomt, betekent uiteindelijk de verlossing uit de duisternis. Wij herkennen onze opdracht opnieuw en verheugen ons daarin, het Licht te brengen in de wereld. Nu zijn wij zowel Meester als Leerling. Meester omdat wij weten uit niets anders gemaakt te zijn dan Licht. Leerling omdat wij leren hoe wij deze Waarheid in ons leven kunnen integreren.

Zacht zijn wij nu, als doorschijnende bekkens die het Licht dragen, het liefhebben en ernaar luisteren.