

### LEIDEN ZONDER EIGENBELANG

Omdat ik rond mijn twintigste een nare ervaring heb gehad met iemand die beweerde een geestelijk leider te zijn, ben ik altijd op zoek naar onbaatzuchtigheid en belangeloosheid. In eerste instantie in mezelf en degenen die dicht bij me staan maar zeker als het gaat over leiders. Deze man uit mijn jeugd was namelijk verre van onbaatzuchtig. Hij was narcistisch of zelfzuchtig. De mensen om hem heen, waaronder ik, zagen dat niet. Hij zei; 'ik ben verlicht en ik begrijp jou helemaal en als je goed naar mij luistert en doet wat ik zeg, zorg ik er voor dat je voor altijd gelukkig bent.' En wat is er verleidelijker dan dat voor een onzekere twintiger die haar eigen identiteit nog niet kent? Vele jaren later begreep ik pas dat het enige dat deze man zag de reflectie van zichzelf was. Net zoals Narcissus in het verhaal uit de Griekse mythologie was hij verliefd op zijn eigen spiegelbeeld. Zijn leiding was er onbewust op gericht om iedereen te maken als hij zelf zodat hij overal zichzelf zou kunnen zien. Op deze manier gaf hij je de illusie dat alle essentiële vragen en problemen over het leven en de dood eenvoudig konden worden beantwoord en opgelost als je maar hard genoeg je best deed om zo te worden als hij. Eerst leek dat heel mooi maar al snel werd ik steeds ongelukkiger. Ik raakte de weg kwijt en voelde me verloren. Ik had als het ware mijn ziel weggegeven voordat ik hem zelf had ontdekt. Mij was de verkeerde weg geweest.

Sommige leraren of leiders wijzen bewust de verkeerde richting op zodat je verdwaalt en des te harder gaat zoeken naar de goede weg. Zoals een moeder haar kind soms bewust iets fout laat doen zodat het daarvan leert. Van cruciaal belang is hier het woord 'bewust'. Omdat ze het bewust doen wordt een verkeerde weg dan ineens dus toch de goede weg. Is dat niet wonderlijk? Kennelijk is een zo volledig mogelijk bewustzijn onontbeerlijk voor inspirerend leiderschap. Hoeveel voorbeelden kennen we niet van leiders, die zich niet bewust zijn van zichzelf of delen van zichzelf waardoor ze verblind zijn en niet goed kunnen zien wat er gebeurt en wat er nodig is in een bepaalde situatie. De leiders met blinde vlekken. Die wijzen de verkeerde kant op zonder dat ze het in de gaten hebben. Hoe zou ik ooit in de mindfulnessstrainingen die ik geef, mensen met kanker kunnen begeleiden in het leren omgaan met hun angsten als ik mijn eigen wanhoop en doodsangst niet ten diepste ken?

Jezus zegt tegen de moeder van de zonen van Zebedeus weet u wel wat u vraagt als u zegt dat u wilt dat uw zonen worden zoals als ik? Bent u zich daar bewust van? De zonen zeggen daarop dat ze dat denken te weten en dat ze precies zo kunnen worden als Jezus. Ja, zegt Jezus je kunt me een beetje na doen; net zoals ik gedoopt worden en uit dezelfde drinkbeker drinken maar dat zegt nog niets. Als de andere leerlingen boos worden over zoveel hoogmoed van de beide broers, zegt Jezus vergoelijkend dat ze dat zo hebben geleerd van leiders die op die manier gezag uitoefenden. Ze hebben geleerd dat je een leider moet nadoen om zelf leider te worden. 'Maar zo zal het onder u niet zijn', vervolgt Jezus 'wie onder u groot wil worden, die moet uw dienaar zijn; en wie onder u de eerste wil zijn, die moet uw slaaf zijn, zoals ook de Zoon des mensen niet gekomen is om gediend te worden, maar om te dienen, .....

Wat wordt hier nu bedoeld met die tegenstelling tussen leiding geven en dienaar of zelfs slaaf zijn? Nu kunnen we ons er makkelijk van af maken door te denken o ja, dienend leiderschap, ik begrijp het. Maar laten we eens wat dieper kijken. Wat is nu werkelijk dienen?

Om een ander echt te kunnen dienen moet je eerst begrijpen wat hij nodig heeft en dat helder kunnen zien. Ik denk dat in de tijd van Jezus een goede slaaf daarin het meest getraind was. Om helder te kunnen zien -echt helder zien- is het noodzakelijk dat de sluiers voor je eigen ogen en je hart weg zijn of in ieder geval dat je je er bewust van bent dat ze er zijn, dat je ze herkent. Een voorbeeld: Ik heb een nachtmerrie en midden in de nacht wordt ik met een bonzend hart wakker. Dan schrik ik nogmaals want het lijkt alsof er iemand voor mijn bed staat. Maar dan zie ik dat het de stoel is met een jas er omheen. Ik nam de werkelijkheid waar door de bril, de sluier van mijn angst. Ik nam niet meer helder waar. Om die sluiers voor je ogen en hart niet alleen te kunnen herkennen maar ook te erkennen is mildheid of zelfcompassie nodig. 'Ach ja, dat is ook schrikken', zou je dan liefdevol tegen je zelf kunnen zeggen waardoor je kunt zien hoe het werkelijk is en weer lekker kunt gaan slapen. En zo zijn we aangekomen bij mindfulness. Mindfulness betekent met aandacht

aanwezig zijn van moment tot moment. Niet met zo maar een aandacht maar een aandacht zonder oordeel. Oftewel een milde aandacht. Met die milde aandacht leer je om je bewustzijn te vergroten waardoor je de verschillende brillen af kunt zetten en de werkelijkheid anders gaat waarnemen en meer gaat zien. Je kunt er heel lang over praten maar dit kan je alleen leren door het te ervaren en dus te oefenen. Dus graag nodig ik u uit voor een korte oefening: kijken naar je hand.....

Merkt u het verschil? De eerste keer kijkt u met een oordeel zo kijken we meestal dat zijn we gewend. De tweede keer nemen we waar op een ongekleurde manier met een open nieuwsgierige geest. Ik kan u zeggen het is een lange weg om te leren zo waar te nemen en aanwezig te zijn van moment tot moment maar ook een plezierige. Er valt zoveel te ontdekken. Letterlijk ontdekken. Dat onbevooroordeeld kijken maakt dat er compassie ontstaat voor jezelf, een liefdevolle vriendelijkheid. Die hand hoeft niet beter of anders te zijn, die mag er zijn zoals die is. Er wordt geen doel of resultaat meer nagestreefd. Er is geen enkele zucht naar baten. Onbaatzuchtigheid. Het eigenbelang valt weg. Kunt u zich voorstellen hoe bevrijdend het is als een leider of leraar die eigenschap heeft? Iemand die kan zien en luisteren met een milde niet oordelende aandacht en geen eigenbelang nastreeft? Iemand die zijn eigen sluiers heeft waargenomen en ze opzij heeft kunnen schuiven of simpelweg erkent dat er dingen zijn die hij niet zo goed kan? Iemand die durft te verblijven bij het stellen van vragen; in het Niet weten. We hebben het over een leider die het niet nodig heeft dat mensen hem volgen of nadoen of worden zoals hij. Het kan een geestelijk leider zijn, een politiek leider en het gaat ook over u en ik die op zijn minst leiding geven aan onszelf. Het gaat over een leider die je aanmoedigt om helemaal te worden wie jij bedoeld bent te zijn. Ieder van ons als een prachtig uniek wezen. De soefische dichter Hafiz verwoordt het als volgt: God said; "I am made whole by your life. Each soul, each soul completes me" (2x). Jezus zegt dat hij is gekomen om te dienen en zijn leven te geven als losprijs voor velen. Een losprijs betaal je om een gevangene vrij te kopen. En zitten wij niet gevangen achter onze eigen sluiers van onbewust gedrag, van egocentrische voorkeuren en gewoontepatronen? Toen ik mij zo verloren voelde heeft het me veel tijd gekost om te ontdekken dat ik niet verder zou komen als ik steeds afwisselend de schuld daarvoor bij mezelf of de ander zou leggen. Dat was een sluier. Op een gegeven moment begreep ik dat het niet over schuld ging of over fouten die expres gemaakt worden maar over onwetendheid. Hoe kon de man uit mijn jeugd weten dat hij alleen zijn eigen spiegelbeeld zag? Het was immers zijn blinde vlek? Alleen iemand die met compassie helder kan waarnemen had hem daarop kunnen wijzen. Iemand die het niet nodig heeft om hem daarop te wijzen maar die dat doet uit liefde en bereid is zijn leven daarvoor te geven als een losprijs. Voor de bevrijding van velen. Jezus bedoelt hier misschien met 'zijn leven geven als losprijs' niet dat hij zijn leven offert maar dat hij zijn eigen belangen opgeeft. Vanuit deze belangeloosheid kunnen zijn liefde en aandacht je bevrijden. Je eigen belangen durven loslaten, leeg worden, voor een groter belang. Of volgens Meister Eckhart: door je vertrouwde zienswijzen en concepten, je oordelende geest los te laten, zie je God in 'die Wüste', de woestijn of de leegte. Jezus leiding of daden van dienstbaarheid kwamen niet voort uit een denkende en analyserende geest maar eerder uit een geest die zich had leeggemaakt voor God. Door deze leeggemaakte geest kon Gods oneindige liefde onbelemmerd heen schijnen en kon Jezus leiding geven, een leraar zijn, zonder een enkel eigen belang. Dienend en buigend voor de Liefde, voor God in ons allen. In het boeddhisme is er een bekende uitspraak: "Als je de boeddha tegen komt, dood hem." Oftewel zoek het niet buiten je, neem niets zo maar aan van een leraar of autoriteit. Ik denk dat Jezus het daar mee eens was. Ook Hij spoort ons hier aan om de blik naar binnen te keren en alles wat Hij verkondigt zelf te onderzoeken. Met compassie en zachte moedigheid je eigen sluiers zien en waar mogelijk opzij schuiven zodat God in jou tevoorschijn kan komen. Zoals je met veel geduld het stof en de modder voorzichtig en zorgvuldig afspoelt van een glanzende stralende diamant. Zodat het Licht en de Liefde de reflectie kunnen zijn van je innerlijke werkelijkheid.

Maria van Balen