

Al wat vorm heeft is vergankelijk; al wat vorm heeft is onderhevig aan lijden; alles is zonder zelf. Beoordeel dus alles wat bestaat aan vorm, gevoel, waarneming, denkbeelden, bewustzijn, verleden, heden, toekomst, inwendig en uitwendig, grof en subtiel, hoog en laag, veraf en dichtbij naar de werkelijkheid en de ware wijsheid: dit hoort niet bij me, dit ben ik niet, dit is niet mijn zelf (uit: Anguttara Nikaya)

Carnaval des animaux

Dagelijks waren ze voorbij gekomen, in een bonte stoet, in onvoorspelbare volgorde. Terwijl ik er toeschouwer van was, was mijn identificatie met elk dier zó sterk, dat ik, zonder het door te hebben, de toeschouwer op de achtergrond verliet en als het ware kroop in de huid van het dier dat op dat moment passeerde.

Zo werd ik de bever, zorgzaam, oog hebbend voor mijn medemens. Van de brug die ik had gebouwd van boomstammen die ik had doorgeknaagd mochten ook anderen gebruikmaken.

In de kameel herkende ik mijn volgzzaamheid; anderen mochten de leiding nemen.

Als havik keek ik scherp toe en uitte mijn kritiek, als er in mijn beleving onrecht plaatsvond. De schildpad in mij deed mij terugtrekken als het me allemaal teveel werd, als het leven me overweldigde. Maar ook de leeuw bleek in mij te zijn. In zijn hoedanigheid was ik in staat om leiding te geven. Daar was voor nodig dat ik ook de pauze in mij toeliet, die me aanmoedigde me te geven zoals ik ben, met mijn goede en minder goede eigenschappen.

Dan weer was ik een wasbeer. Met mijn grote ogen bewonderde ik anderen. Als poes kon ik me laten verwennen, liet ik toe dat er voor me gezorgd werd. Soms was ik onwillig, wilde ik niet mee met de stroom, verzette me daar heftig tegen. Met mijn hoorns weerstond ik als steenbok iedere invloed die mij uit mijn evenwicht zou kunnen brengen. Andere keren bleef ik kalm, keek toe en liet alles los. Dan herkende ik de wijsheid van de uil.

Deze stoet, die met nog zoveel andere zgn. totems kan worden aangevuld, trok dagelijks voorbij en moeiteloos nam ik al die dierlijke gedaanten aan. Steeds weer opnieuw verliet ik de toeschouwer, niet wetende dat ik er wel steeds mee verbonden bleef.



Wat ik ook niet doorhad, was, dat alle totems niet écht waren; dat ze zich slechts als verschijnselen aan mij voordeden. Als zodanig waren ze gewoon even 'present'. De gedachte dat ik op dat moment dát dier was, was er de oorzaak van, dat ik het niet herkende als een verschijnsel, maar als iets heel reëls. Op die manier kon het betreffende dier tot leven komen, kon ik zijn/haar eigenschappen belevend en ernaar handelen.

Inmiddels belev ik de werkelijkheid vaker als toeschouwer, waardoor de mogelijkheid er is om de werkzaamheid van mijn ik-gedachte en het hele verhaal, dat ik er als een cocon omheen weef, te zien. Ik zie op die manier ook, dat ik de ene keer in staat ben snel uit die cocon te breken en dat ik er de andere keer langer in verblijf. Dat het kijken op deze manier zoveel meer laat zien, dan wanneer ik me er door diep ingesleten gewoonten met al mijn gevoelens en emoties mee identificeer.

Inmiddels ben ik aardig op leeftijd en het leven heeft mij deze les zelf geleerd. Ik zie in dat proberen anderen tot hetzelfde inzicht te laten komen geen enkele zin heeft. Het leven gaat zoals het gaat. Als het moment er rijp voor is, zal een ieder van ons als door een onzichtbare hand in dezelfde richting worden geloodst en de bereidheid gaan voelen oude concepten te toetsen aan zijn/haar eigen waarheid. Alleen als iets knelt, als er een hobbel moet worden genomen, als het pijn doet, of knarst of schuurt, zal zo'n beweging in gang worden gezet. Daar is die optocht voor bedoeld. Ieder dier vormt in wezen een richtingwijzer naar de getuige in ons. De beweging is met andere woorden niet van de toeschouwer naar het dier, maar precies andersom. Ieder dier is zo een uitnodiging om het identificatieproces te doorzien, de sluier van de ik-gedachte weg te nemen en ons over te geven aan de getuige in ons.

Ook morgen zal de optocht weer voorbijkomen. De dieren die dan weer voorbij zullen trekken zullen ook dan weer een uitnodiging vormen om me met hen te identificeren. Liefdevol zal ik die uitnodiging soms afslaan. Soms, want de beweging van 'ik' naar 'toeschouwer/getuige' v.v. zal nog wel een tijdje doorgaan, totdat ook dat heen-en-weer-gedoe zijn functie heeft gehad en plaats maakt voor 'onvoorwaardelijke acceptatie'.