

Innerlijke omwenteling en uiterlijke handeling

– Linda Harris

‘Er is een pad dat steil is en vol doornen, bezaaid met allerlei gevaren, maar toch een pad dat naar het middelpunt van het heelal voert’.

(Uit *Lucifer*, september 1891, wordt soms toegeschreven aan Annie Besant en soms aan H.P. Blavatsky)



Linda Harris is lid van de Theosofische Vereniging in Australië, en redacteur van *Theosophy in Australia*.

Deze woorden bevatten een grote waarheid. Het pad is in feite bezaaid met gevaren en toch tart de beloning, als het zo genoemd kan worden, elke verbeelding. Doornen verschijnen klaarblijkelijk onaangekondigd wanneer we er voor kiezen onze ontwikkelingsreis te versnellen. Want als we het ernstig opnemen worden we tot het eind toe getest en op de proef gesteld. We lopen werkelijk op het scherp van de snede, want als we niet van ogenblik tot ogenblik handelen vanuit het centrum van ons wezen, kunnen we daardoor van het pad geraken. Lopen op het scherp van de snede betekent innerlijke verandering en uiterlijke handelingen met elkaar in evenwicht te houden.

Verandering en Handeling

Volgens het woordenboek betekent ‘verandering’ ‘anders maken; zich veranderen, een andere plaats, richting, status of aspect geven, andere kleren aantrekken’. Interessant is ‘een andere plaats geven’. In samenhang met onze eigen groei en verandering, betekent het een wijziging van ons standpunt zodat leven en gebeurtenissen niet meer met een statisch en bekrompen denkvermogen beschouwd worden. ‘Andere kleren aantrekken’ brengt met zich mee

dat we onze sympathieën en antipathieën, vrees en zorgen, zelfzuchtige begeerten en psychologische bagage kunnen vervangen door een ander stel kleren: eigenschappen van de ziel zoals zuivere liefde, begrip, intuïtie, een gevoel van één te zijn met het leven.

‘Verandering’ houdt een scala van mogelijkheden in als van het doen van twee stappen terug en een langzame beweging naar voren, naar een radicale omwenteling van het bewustzijn. ‘Innerlijke verandering’ is dat wat niet oppervlakkig is. Hoe meer iets zelfbewust ondernomen wordt, des te groter is de verandering.

Evenals dit met verandering het geval is, zijn er verschillende wijzen van handeling die min of meer duidelijk terug te voeren zijn tot hun oorsprong. Men zou *uiterlijke* handeling kunnen karakteriseren als kwantificeerbaar. We kunnen het observeren, meten enzovoort. Desalniettemin zullen type en kwaliteit van onze handeling in de regel afhankelijk zijn van onze innerlijke gesteldheid op dat moment. Een handeling die voortvloeit uit een egocentrische innerlijke toestand zal dan vaak beperkt zijn. Maar als we een toenemend gevoel van eenheid met het leven gewaarworden, dan zal dit in onze gedragingen doorwerken - in dat wat we verkiezen te zeggen, in onze manier van spreken, onze beweegredenen, onze houdingen, de kwaliteit van de handeling enzovoort. Er bestaat daarom een duidelijke relatie tussen innerlijke verandering en uiterlijke handeling. De eerste beïnvloedt en versterkt de tweede.

Wezen van lijden en vreugde

Een handeling is niet beperkt tot dat wat zichtbaar is. Het denken, de emoties en de intuïtie gaan een rol spelen en het is van belang ze allemaal volledig tot uitdrukking te laten komen. Ze zijn meer verfijnd. Het waarnemen van onze innerlijke handelingen kan transformerend werken, omdat we begrijpen wat het is om mens te zijn, het wezen van lijden en vreugde.

Indien we open en waakzaam zijn, kunnen een aantal uiterlijke handelingen eveneens een innerlijke verandering voort-

brenge. Elk verlies dat we lijden kan ons aansporen de principes van karma en reïncarnatie te herwaarderen vanuit een nieuw begripsniveau, en ons onze innerlijke kracht te realiseren om een zinvolle innerlijke verandering tot stand te brengen.

Door de gewone dagelijkse dingen gade te slaan wordt een besef van hun wezenlijke betekenis of onbeduidendheid verworven. Nieuwe inzichten worden verkregen door waar te nemen met een innerlijke openheid.

Hoe kunnen we onszelf openstellen voor het wezen van de dingen? De sleutel bevindt zich in het denken, het is nodig het te zuiveren van herinneringen, van vooringenomen ideeën, verwachtingen die opwinding veroorzaken, en van conclusies en vooroordelen die tot stagnatie leiden.

Het pad is het scherpe blad van het scheermes. We raken de weg kwijt in het proces door het al te zeer benadrukken van innerlijke ontwikkeling waardoor we te verdiept geraken in onszelf en wereldse verplichtingen verwaarlozen. Als wij vooral gericht zijn op uiterlijke handelingen, zodat wij voortdurend ‘ bezig zijn’, raken wij verdwaald in de voorbijgaande wereld van begoocheling en leven wij onbewust. Voorwerpen oefenen als magneten een aantrekkingskracht op ons uit en kunnen ons in hun greep houden of ons verward en onzeker maken.

Innerlijke en uiterlijke aandacht

Om in evenwicht te zijn moeten we derhalve tijd maken om de aandacht zowel naar binnen als naar buiten te richten. Een laatst gesignaleerd bord bovenop een handelsgebouw vermeldt: ‘Wees liever een menselijk wezen dan een menselijke machine’. We hebben niet alleen tijd nodig om te zijn maar ook om te handelen. Te *zijn* brengt een keus met zich mee: of handelen of zich op de achtergrond houden en gadeslaan. Zijn heeft een ruimere betekenis dan handelen.

Enkele van de ‘Tien Regels voor het Mens Zijn’ (auteur onbekend) luiden:

Je zult een lichaam ontvangen. Je kunt er van houden of het verafschuwen maar het behoort je toe gedurende de gehele periode van je leven. Je hebt zijn gedaante gekozen op een dieper niveau; je kunt het veranderen. Er bestaan geen fouten, enkel lessen. Groei is een proces van proberen, van vallen en opstaan. De zogenaamde mislukte ondernemingen maken net zo goed deel uit van het proces als het experiment dat uiteindelijk 'werkt'. Het leren van lessen houdt niet op. Er is geen deel van het leven dat niet zijn lessen bevat. Elke persoon, elk voorval heeft je iets te leren. Zolang je leeft zijn er lessen die geleerd moeten worden. De antwoorden bevinden zich in je. Alles wat je moet doen is kijken, luisteren en vertrouwen; dan zul je je realiseren dat jij het spirituele wezen bent waar je naar op zoek bent. Natuurlijk luidt de laatste regel: Je zult de neiging hebben dit alles te vergeten!

Oppervlakkig Leven

We kunnen bewust veranderen van een oppervlakkige naar een meer diepgaande wijze van bestaan. Tarthang Tulku, een boeddhistische leraar, schrijft:

De gewoonte oppervlakkig te leven biedt troost, zelfs bevestiging, want het betekent dat we zelden behoeven te kijken naar onze eigen tekortkomingen. Doch door de gladde maniertjes, de leugentjes om bestwil, en door de vele oppervlakkige spelletjes te cultiveren, beperken we ons vermogen de eigenschappen van eerlijk gedrag te ontwikkelen. Onze levens ontberen diepte, want we hebben ons afgesneden van de waarheid van geestelijk bestaan. (Skilful Means, bladzijde 77)

Door een leven te leven dat geen eer bewijst aan de hoogste waarheid in ons, leven we niet werkelijk maar bestaan aan de oppervlakte. We kunnen ons afvragen: Wat is de innerlijke waarde of betekenis van deze situatie? Ben ik eerlijk? Dring ik mijn problemen aan anderen op?

Wanneer we oppervlakkig leven zijn we bevreesd, onwillig om innerlijk te veranderen. We missen de capaciteit plezier of

vreugde diep te ervaren, aangezien er een last van ontevredenheid op ons rust. TARTHANG TULKU brengt onder de aandacht hoe meer we onze innerlijke natuur onderdrukken, hoe meer spanning wordt opgebouwd, waardoor de stroom van juiste handelingen en relaties met anderen wordt belemmerd, hetgeen tot extreem gedrag als een uitlaatklep voor die geblokkeerde energieën kan leiden.

Krishnamurti merkt op dat zonder transformatie, elke poging om een spiritueel leven te leiden alleen maar oppervlakkig kan zijn, een kwestie van rituelen; zelfs meditatie is een ontsnapping. Volgens Krishnamurti moet ware innerlijke verandering gevoeld worden als een dringende noodzaak en kan niet worden verkregen door de overtuigingskracht van een ander. Intellectueel of verbaal begrip is slechts een oppervlakkig antwoord. De totaliteit van de menselijke geest laat zich hier niet mee in. Een verandering zal niet optreden als alleen de oppervlakkige geest het er mee eens is.

Het veranderingsproces wordt niet alleen door verleidingen en hinderpalen van buitenaf belemmerd, maar eveneens van binnenuit. Want indien een goede eigenschap wordt overdreven dan houdt het op een deugd te zijn; het kan zelfs veranderen in een belemmering. Een wens naar bevrijding kan eerder zelfzuchtig dan altruïstisch worden, of eerlijkheid te ver doorgevoerd kan schadelijk zijn ingeval het niet gematigd wordt door voorkomendheid en tact. De sleutel hiervoor is het zelf. Naarmate de persoonlijkheid fijner wordt afgestemd, weerspiegelen onze handelingen dienovereenkomstig een innerlijke houding die niet door persoonlijk profijt in beslag wordt genomen; er is een nieuwe flexibiliteit en vrijheid tot stand gebracht.

Volkomen Handeling

Krishnamurti's 'volkomen handeling' is uitdagend. Een handeling die gefundeerd is op gezag is helemaal geen handeling - het is louter herhaling. Om die reden

moeten we handelen vanuit onze eigen hoogste waarheid in ons en niet omdat iemand iets voorschrijft. Actief te zijn in ‘goed’ handelen zonder begrip te hebben voor volkomen handeling schaaft op de lange duur. Onze welwillendheid zou wel eens weinig meer dan oppervlakkig kunnen zijn. We moeten afstand doen van de delen, zegt hij, omdat we door ze vast te houden het geheel niet kunnen begrijpen. De hele denkwijze van het verstand is fragmentarisch en is niet in staat de volkomen handeling te ontdekken. En evenmin kunnen we op het scherp van de snede lopen omdat we concentratie en evenwicht missen.

Handel niet ter wille van zijn vruchten

Een facet van de crisis van Arjuna in de *Bhagavadgita* is zijn vrees dat elke handeling een persoon aan de gevolgen van zijn daden bindt. Krishna zet uiteen: Wat ons bindt is niet hetgeen we doen, maar het gevoel van betrokkenheid met het resultaat. Daarom is het het denken dat ons aan banden legt en ons bindt. Hoe vaak handelen we bewust in het nu? Er is een natuurlijke (of onnatuurlijke?) neiging om op grond van vroegere herinnering te handelen of vanuit toekomstverwachtingen. Daarom werd Arjuna verteld spontaan, op natuurlijke wijze, in het heden te handelen.

Krishna zegt:

Verricht daarom steeds zonder gehechtheid de handeling die uw plicht u voorschrijft; want door handelingen te verrichten zonder gehechtheid bereikt de mens het Allerhoogste (3.19).

Uiteraard een zeer moeilijke instructie (die haast bovenmenselijke krachten van ons vraagt)! We kunnen proberen een handeling op zichzelf uit te voeren, maar de menselijke natuur zoekt naar loftuitingen of erkenning en het denken kan wat dit betreft zeer subtiel en misleidend zijn. Daarom brengt het verrichten van een handeling zonder gehechtheid een volledige heroriëntatie van onszelf met zich

mee opdat alleen hierdoor de innerlijke juistheid ervan naar buiten wordt gebracht.

Krishna zegt ook:

Men zegt, dat de zinnen machtig zijn: groter dan de zinnen is het bewuste denken: groter dan het bewuste denken is de Rede: maar groter dan de Rede is Hij (het allerhoogste Zelf) (3.42).

Een andere aanpak is voorts het eigen innerlijk meer op het allerhoogste Zelf te richten, dan het te beperken tot onze zinnen of bewuste denken of Rede. Onze handelingen zullen dan zonder begeerte naar gewin plaatsvinden. Dit was de radiocale omwenteling waarover Krishnamurti sprak, zij het in andere bewoordingen.

Bereik van de Handeling

Christmas Humphreys heeft het in *The Buddhist Way of Action* over wat hij het ‘gebied van handeling’ noemt. Dit is ‘niet minder dan het heelal, dat grenzeloze gebied, periodiek het toneel van talloze heelallen die zich onophoudelijk manifesteren en verdwijnen als een eeuwigdurende eb en vloed’. Met andere woorden het gebied van handeling is onbegrensd. We worden ons bewust dat het leven dat zich in miljoenen vormen openbaart één is.

Humphreys benoemt de bestanddelen van handeling als: het gebied van handeling, de handelende (wij), verkeerde handeling, de omstandigheden waarin de handelende verkeert, het pad van het midden, plichten, rechten en verantwoordelijkheden. Hieraan zouden de gedachte voorafgaand aan de handeling, de uitvoering ervan, evenals het resultaat kunnen worden toegevoegd. Onze handelingen zenden golven uit die op verschillende niveaus gedurende het hele leven trillen - een verbijsterende gedachte.

Juiste Handeling

Rechtstreekse *handeling* alleen is juist, aldus Humphreys, want het is gezuiverd van de beperkingen van beweegredenen, gedachte en vooropgezet resultaat. Het

lijkt logisch 'rechtstreekse handeling' met Krishnamurti's 'volkomen handeling' en met 'juiste handeling' in de *Bhagavadgita* gelijk te stellen. Zenmeester Ummon vat het samen: 'Als je wandelt, wandel dan. Als je zit, zit dan. Maar wat je ook doet, wijk er niet vanaf.' Rechtstreekse handeling komt na onmiddellijke waarneming van dingen in hun volheid van bestaan. Rechtstreekse handeling is nu meteen en betreft het werk waarmee je bezig bent en leidt tot een grotere directheid van communicatie met alle geesten die hiervoor openstaan. Emerson zei terecht, 'Wat je bent, klinkt zo luid dat ik niet kan horen wat je zegt.'

We bevinden ons allemaal in een toestand van worden. Hoe meer we juist handelen, des te sneller zal het proces zich openbaren. Maar Humphreys merkt op dat tot we de zinloosheid van negen tiende van ons bestaan onder ogen zien, we waarschijnlijk niet tot juist handelen zullen komen. Zijn we geheel bewust geharmoniseerd met de natuur en de mensheid, het verleden en de toekomst, onze vijanden en vrienden, en onze verschillende bezittingen? Pas als we de juiste instelling hebben tegenover al die dingen beschikken we over ware relaties. Dit is het Pad van het Midden.

Niet-handelen

HPB schreef:

Handelen en wijs handelen wanneer de tijd voor handeling komt, wachten en geduldig wachten wanneer het tijd is om te rusten... onwetendheid omtrent deze wet heeft aan de ene kant onredelijk enthousiasme tot gevolg, en aan de andere kant neerslachtigheid en zelfs wanhoop. De mens wordt zo een slachtoffer van de getijden op het moment dat hij hun meester zou moeten zijn (Practical Occultism, p. 75).

Er is tijd voor fysieke actie en fysieke rust, evenals er tijd is voor geestelijke actie en geestelijke rust. Vandaar de betekenis van het tot rust brengen van het denken. Op dat ogenblik kunnen we de toon van het heelal gewaarworden, die haar grond-

handeling is. Het zich onthouden van handeling in een bijzondere betekenis is eveneens een vorm van handeling.

Evenwicht

Humphreys beschouwt het Pad van het Midden als een bestanddeel voor juist handelen want 'geen handeling is volkomen juist die een haarbreedte afwijkt van het pad van het midden dat tussen de paren van tegenstellingen loopt' (*The Buddhist Way of Action*, blz 69). Deze tegenstellingen beelden samen de onzichtbare eenheid van het Ene uit. Talloze paren van tegenstellingen verdelen elk moment van de dag onze belangstelling en enige spanning tussen hen is onvermijdbaar.

De menselijke geest is eeuwig op zoek naar harmonie. Zij zal deze niet vinden noch in de ene tegenstelling, noch in alle twee, want eerst als het bewustzijn is verheven tot een hoger niveau verdwijnt de spanning. Het probleem wordt dan gezien in een ander licht en houdt op een probleem te zijn. Het Pad van het Midden is niet zozeer tussen deze ontelbare paren van tegenstellingen gelegen, alswel daarboven. Dan wordt het leven geleefd zonder persoonlijke reactie, heftige sympathieën en antipathieën, het bestempelen van dingen, daden of mensen als goed of slecht. Boven elk paar tegenstellingen is een verheven besef van een inzicht dat de twee polen verenigt - dit staat in het Oosten bekend als de 'hogere derde'.

Een Boeddhistisch geschrift (vertaling Suzuki) geeft weer:

*Streef geen wereldse zaken na,
Houd je niet in de innerlijke leegte op;
Wanneer het denkvermogen
in het Ene verblijft,
Verdwijnt het dualisme vanzelf.*

Volgens de Tao bevat elk ding het zaad van zijn tegenstelling, zoals werk en rust, activiteit en passiviteit, sympathie en antipathie, hoofd en hart, scepticisme en dogmatisme, optimisme en pessimisme.

Interessant is wat Humphreys opmerkt:

Doch de grootste spanning is die tussen innerlijk en uiterlijk, tussen de rationele wereld van concrete zaken en waarden, en het irrationele, innerlijke leven van abstracte begrippen, vormeloze gevoelens en de macht van het onbewuste... We moeten daarom het pad van het midden vinden om hen te verenigen (The Buddhist Way of Action, blz 73).

Reizen over het Pad van het Midden houdt in een voorzichtige wijze van lopen en een leren de meest alerte waakzaamheid te combineren met een vredige en zichzelf ontkennende passiviteit- bewust onbaatzuchtig.

Radha Burnier schreef eens:

Gaan over het scherp van de snede betekent het denkvermogen altijd open te houden, niet gehecht aan om het even welk begrip en mondelinge beschrijvingen... De sleutel voor innerlijk evenwicht is ongehechtheid. Een denkvermogen dat niet gehecht is verzinkt niet in de afgrond van aan de ene kant stuurloosheid en aan de andere kant onverdraagzaamheid en starheid. Een dergelijk denkvermogen is voorbereid te allen tijde zijn opvattingen opnieuw te onderzoeken, vooruit te komen en te leren... Het ontdekken van het Pad van het Midden, hoe met gemak op het scherp van de snede te wandelen, is voor elk van ons, een zaak van individuele gevoeligheid en experimenteren.

De theosofische literatuur geeft op diverse plaatsen aanwijzingen omtrent juist handelen - wenken over plichten, gedachte, spraak enzovoort. Er bestaat een risico dat het proces mechanisch wordt. Van wezenlijk belang is een op eenheid gerichte liefdevolle handeling vanuit het hart. Indien we een innerlijke verwantschap voelen met al het leven, dan is mededogen vervlochten met al onze handelingen. De kwaliteit van onze handelingen verandert en het lopen over het scherp van de snede wordt een vreugde, een natuurlijke spontane deugd en verlicht onze reis naar het middelpunt van het heelal.

Verwijzingen

- Besant, Annie, *Bhagavadgita*, The 'vertaling', TPH, Adyar, 1985.
Blavatsky, H.P., *Practical Occultism*, TPH, Adyar, 1959.
Burnier, Radha, 'On the Watch-Tower', The Theosophist, februari 1994.
Humphreys, Christmas, *The Buddhist Way of Action*, Allen and Unwin, Londen, 1977.
Krishnamurti, J., *Commentaries on Living*, serie drie, Quest, Wheaton, 1970.
Tarthang Tulku, *Gesture of Balance*, Dharma Publishing, California, 1987.
Tarthang Tulku, *Skilful Means*, Dharma Publishing, California, 1978.

Uit: *The Theosophist*, maart 1998
Vertaling : Ton van Beek

Wat gij doet,
doe het van harte;
alsof gij het doet voor God
en niet voor de mensen.

Aan de voeten van de Meester