

GROOTHARTIGHEID

SWAMI DAYANANDA SARASWATI

‘Het onderwijs van Vedānta gaat over jezelf. Vedānta is een onderzoek waarin je ontdekt dat de werkelijke betekenis van het woord ‘ik’ het zelf is dat onveranderd blijft tijdens de kindertijd, de jeugd en op hoge leeftijd, wiens essentie zuiver bewustzijn is, dat absolute tevredenheid en liefde is, en dat vrij is van elk gevoel van beperking. Om jezelf te waarderen als die onbegrensde heelheid, heb je een geest nodig die is voorbereid om deze kennis te assimileren.

Voor iemand met een onvoorbereide geest is Vedānta als calculus voor iemand die net de beginselen van wiskunde aan het leren is. De benodigde voorbereiding voor Vedānta is een geest die in zekere mate kwaliteiten bezit, die hij in absolute zin wenst te ontdekken. Als het zelf absolute tevredenheid is, dan zou de geest van de zoeker relatief tevreden moeten zijn. Als het zelf absolute liefde is, dan zou de zoeker een relatief liefdevol persoon moeten zijn, iemand die mensen en dingen blijmoedig accepteert zoals ze zijn.

Om zo’n geest te verkrijgen, is het nodig om bepaalde waarden en houdingen te ontwikkelen en het belang ervan in te zien. Groothartigheid naar anderen is zo’n waarde. Boosheid is het gevolg van een gebrek aan groothartigheid. Als je van de wereld verwacht dat zij zich voegt naar jouw verlangens, dan is het jouw eigen verwachting die je boosheid oplevert.

Groothartigheid is het begrijpen dat de ander zich op een bepaalde manier gedraagt, omdat hij niet tegen zijn natuur in kan gaan. Je hebt niet het recht om iets anders van hem te verwachten, enkel omdat hij niet tegemoet komt aan jouw behoeften. Als jij denkt dat je het recht hebt om van hem te verlangen dat hij verandert, dan heeft hij evengoed het recht om van jou te verlangen dat je hem laat zijn zoals hij is.

Enkel door groothartigheid naar anderen, waarbij je hen laat zijn zoals ze zijn, verkrijg je een relatieve vrijheid in je dagelijks leven.

Iedereen beïnvloedt het leven van ieder ander op allerlei manieren. Iedereen creëert een mondiaal effect met zijn of haar handelingen. Gewoonlijk kijk je vanuit een heel beperkt perspectief naar de dingen en is degene op wie je boos bent op de voorgrond aanwezig. Feitelijk ben je nooit vrij van de invloed van anderen, en ook niet van alle krachten in het universum. En je kunt geen handeling uitvoeren zonder anderen te beïnvloeden. Zelfs je woorden zullen anderen raken. Daarom zou onze vrijheid samen moeten gaan met het besef dat we allemaal verbonden zijn met elkaar.

Zelfs de swami is niet vrij. Toen ik een keer in een dierentuin was, liepen een aantal mensen langs, en de een zei tegen de ander: 'Heb je die nieuwe gezien?' Mensen maken vaak dit soort opmerkingen. Ik probeer anderen niet te storen, maar het blijkt dat mijn kleding, de traditionele kledij van een sannyāsī, reacties bij mensen uitlokt. Ik heb een besluit genomen en dat heeft beslist invloed op anderen.

Als ik me stoer aan andermans commentaar, dan verkrijg ik slechts de hoeveelheid vrijheid die zij mij verlenen. Maar als ik dit principe omkeer, als ik anderen de vrijheid geef om te zijn zoals ze zijn, dan ben ik in die mate vrij. Daarom ga ik niet met ze in discussie. Mijn vrijheid is de vrijheid die ik hun verleen om elke mening over mij te hebben die ze maar willen, of het nu juist is of niet.

Er zitten dus voordelen aan groothartigheid, aan het laten zijn van mensen zoals ze zijn. Als iemand een opmerking over je maakt, laat hem dan zijn gang gaan. Als de opmerking niet juist is, zul je geneigd zijn om je handelingen te rechtvaardigen en aan te tonen dat hij verkeerd zit. Als je objectief bent, dan kun je kijken of er in zijn kritiek een element van waarheid zit. Als hij je vanwege zijn eigen onzekerheid neerhaalt, geef hem dan die vrijheid en dan ben jij vrij.

Wat valt er vast te draaien aan een bout zonder schroefdraad? Zo ook kan de wereld je alleen raken in die mate dat je de wereld toestaat om je te raken. Je staat de wereld niet toe om je te raken als je de wereld de vrijheid geeft om te doen wat ze wil, binnen de wetten van de samenleving. Door jezelf op deze manier volledig te veranderen, bereik je, in overeenstemming met je waarde voor groothartigheid, een relatief duurzame tevredenheid en vrijheid.

Door groothartigheid te beoefenen, leer je jezelf onder ogen zien, in psychologische zin, jezelf als een persoonlijkheid. Dit is wat we yoga-sādhana noemen. Dit gaat niet over het uitputten van neigingen, vāsanā's, maar over het begrijpen van bepaalde realiteiten. Kijk terug op situaties, op mensen en op de gebeurtenissen in je leven die je hebben geraakt. Het zijn niet enkel herinneringen, maar overblijfselen van reacties.

Een reactie is niet iets waar je bewust voor kiest. Je kunt niet bewust boos worden, want boosheid is niet een actie, maar een reactie, een gebeurtenis, iets waar je geen controle over hebt. Reacties hebben een grote impact op je en worden deel van je psyche. Ze maken deel uit van iemands persoonlijkheid. Feitelijk zijn ze onjuist, want ze zijn een uitkomst van een gebrek aan alertheid.

Herinneringen zijn op zichzelf niet vervelend. Ze voelen onplezierig vanwege de achtergebleven reacties en emoties die net echt zijn geworden.

Haal de mensen en situaties die jou pijn gaven daarom terug voor de geest. Of misschien draag je een schuldgevoel bij je, omdat je een ander pijn deed. Haal al deze mensen en situaties voor de geest, zittend in meditatie, en laat ze zijn zoals ze zijn. Met geduld bevrijd je jezelf zo geleidelijk van alle restanten van de reacties.

Wanneer je naar de blauwe lucht of de sterren kijkt, of naar de vogels of de bergen, dan heb je niets op ze aan te merken en ben je tevreden. Je ziet de stenen op de rivierbedding; ze hebben niets gedaan om je te plezieren. Toch ben je gelukkig, omdat je ze accepteert zoals ze zijn en dat stemt je tevreden.

De rivier stroomt op zijn eigen manier en dat stoort je niet. Je verlangt niet van de rivier om voller te zijn of om in een andere richting te stromen. Sterker nog, je zoekt juist de natuurlijke plaatsen op, omdat deze de ontevreden persoon, de boze, moeilijk te plezieren persoon die je lijkt te zijn, niet opwekken. De veeleisende snaar in jou wordt door hen niet geraakt. Je bent één met de situatie, een groothartig zelf, zonder dat je iets van de wereld nodig hebt om jou te plezieren.

Dus in relatie tot een aantal dingen ben je een tevreden persoon. Dat is de wig die je in jezelf kunt creëren. Als je naar de bergen gaat, dan doen de bergen niets om je te plezieren, maar toch tref je jezelf aan als een tevreden persoon. Zie hoe tevreden je kunt zijn en neem vervolgens in gedachten die tevreden persoon mee naar alle situaties en mensen die jou ontevreden maakten en die jij ooit ontevreden hebt gemaakt.

Kijk dan naar jezelf zoals je naar de natuur zou kijken. Accepteer anderen zoals je de sterren accepteert. Bid voor verandering, als je denkt dat jij of iemand anders verandering nodig heeft en doe wat je kunt om die verandering te bewerkstelligen. Maar accepteer de anderen eerst. Alleen op die manier kun je zelf echt veranderen. Accepteer anderen volledig en je bent vrij; dan ontdek je liefde, wat je eigen zelf is.'