

COMPASSIE

SWAMI DAYANANDA SARASWATI

Als een kind wordt geboren kan het voor lange tijd enkel consumeren. Een kind kan niet bewust iets bijdragen. Het is hulpeloos. Het weet niet eens hoe het kan overleven, al heeft het wel een overlevingsinstinct.

Om te overleven heeft een kind de hulp van zijn moeder of pleegmoeder nodig. Het kan zich niet veroorloven om degene die hem verzorgt in twijfel te trekken. Het moet zich volledig overgeven, zoals je jezelf overgeeft aan een anesthesist. Het moet zich volledig overgeven. Dat impliceert veel vertrouwen. Dat impliceert dat de persoon die vertrouwd wordt het vertrouwen niet zal schaden.

Naarmate het kind ouder wordt, komt het erachter dat de persoon die vertrouwd wordt het vertrouwen aan het schaden is. Het kind kent het woord 'schaden' niet eens. Daarom kan hij alleen zichzelf de schuld geven; een woordeloze schuld die moeilijker is om echt op te lossen – een woordeloze zelfveroordeling. Het kind groeit op tot volwassene.

De groei van een mens ligt in het vermogen om een bijdrage te leveren. Dat kan alleen als je je veilig voelt, als je je groots voelt en als je het gevoel hebt dat je zelf voldoende hebt.

Het is niet zo eenvoudig om compassie te hebben. Het is nodig om een zekere grootsheid in jezelf te ontdekken. Die grootsheid moet over jezelf gaan; niet over je banksaldo, over de macht die je uitoefent, of over een bepaalde status die je hebt verworven in de maatschappij, maar over jou, het zelfbewuste zelf.

Dat zelf zou groots, heel moeten zijn. Anders is compassie slechts een woord, een droom. Dan heb je bij vlagen compassie, meer gedreven door empathie dan door compassie. Godzijdank zijn we empathisch. Als iemand pijn lijdt, dan voelen we die pijn mee.

In een finale van Wimbledon strijden twee tennissers om de winst. Beiden hebben twee sets. Het gaat gelijk op. Al hun inspanningen hebben tot nu toe geen betekenis. Dan wint een van hen. De tennisetiquette schrijft voor om elkaar bij het net de hand te schudden. De winnaar balt zijn vuist in de lucht, kust de grond en gooit zijn shirt het publiek in, alsof iemand erop aan het wachten was. Dan moet hij naar het net toe. Als hij daar aankomt, zie je dat zijn hele gezicht verandert. Het lijkt alsof hij liever niet had gewonnen. Waarom? Vanwege empathie.

Dit is het menselijk hart. Geen enkel menselijk hart is verstoken van empathie. Geen enkele religie kan dat met indoctrinatie vernietigen. Geen enkele cultuur, natie of nationalisme; niets kan het raken. En dat vermogen om je in te leven is het venster waardoor je naar anderen kunt uitreiken; je doet iets wat een verschil maakt in iemands leven. Dat kan zelfs met woorden of tijd.

Compassie beperkt zich niet tot één bepaalde vorm. Er bestaat geen 'Indiase compassie' of 'Amerikaanse compassie'. Het overstijgt naties, geslacht, leeftijd. Waarom? Omdat het in iedereen aanwezig is. En af en toe ervaren we het.

Dus het is nodig om een bepaalde heelheid te ontdekken. Ik stel dat we heel zijn, wat ook onze ervaring is. Ondanks een heel tragisch leven, is iedereen zo nu en dan gelukkig, hoe sporadisch die momenten ook zijn. Degene die gelukkig is, ook al is het vanwege een flauwe grap, accepteert zichzelf en de wereld waarin hij of zij zich bevindt, dat wil zeggen het hele universum, bekende en onbekende dingen.

Alles wordt volledig geaccepteerd, omdat je jouw heelheid in jezelf ontdekt. Het subject, ik, en het object, de wereld, smelten samen tot eenheid, een ervaring waarvan niemand kan zeggen dat hij deze nooit heeft gehad; het is de ervaring van Jan en alleman.

Die ervaring bevestigt dat je ondanks al je beperkingen, onvervulde behoeftes, verlangens en je creditcard, werkloosheid en uiteindelijk een kaal hoofd, gelukkig kunt zijn.

In het verlengde van deze logica ligt het feit dat je geen verlangen hoeft te vervullen om gelukkig te zijn. Jij bent dat geluk, die heelheid die je wilt zijn. Je hebt hierin geen keus. Het geheel kan niet van jou verschillen, kan niet bestaan zonder jou. Het moet jou zijn. Jouw geluuksmoment leidt naar het herkennen van de mogelijkheid: 'Misschien ben ik wel het geheel. Misschien heeft de Swami wel gelijk.'

Nu krijgt alles in het leven betekenis. Ik heb geen reden meer om mezelf iets kwalijk te nemen. Als ik mezelf iets kwalijk zou moeten nemen, dan zou ik meer dan een miljoen redenen hebben. Het lichaam is beperkt; als het zwart is, is het niet wit, als het wit is, is het niet zwart. Het lichaam is beperkt, hoe je er ook naar kijkt. Je kennis is beperkt, je gezondheid is beperkt, je kracht is daarom beperkt en je opgewektheid zal ook beperkt zijn. Compassie zal beperkt zijn. Alles zal beperkt zijn.

Je kunt compassie niet afdwingen, tenzij je onbegrensd wordt en dat kan niemand. Of je bent het, of je bent het niet, punt. En het is ook onmogelijk dat je niet onbegrensd bent.

Je eigen ervaring onthult dat je, ondanks alle beperkingen, het geheel bent. Wanneer je je in de wereld begeeft is heelheid, compleetheid jouw werkelijkheid. En de dynamische manifestatie van die compleetheid is wat we liefde noemen. Liefde verandert in compassie als de situatie of persoon die emotie oproept. Vervolgens transformeert dat in geven en delen.

Compassie ontdek je door compassievol te zijn. Het vermogen om te geven en te delen ontdek je door te geven en te delen wat je hebt. Er is geen shortcut. Het is als leren zwemmen door te zwemmen. Je kunt niet op een matras leren zwemmen en vervolgens het water in springen. Zwemmen leer je door te zwemmen. Fietsen leer je door te fietsen. Koken leer je door te koken, met wat sympathieke mensen om je heen die bereid zijn om wat je hebt gekookt op te eten. Daarom zeg ik: fake it and make it. Je moet wel. Je moet het handen en voeten geven. Dus handel met compassie.

Er is geen werkwoordsvorm voor compassie, maar wel een bijwoord. Ik vind dat interessant. Je handelt compassievol. Maar hoe moet je compassievol handelen als je geen compassie hebt? Doe alsof. Fake it and make it. Dit is de mantra van de VS. Fake it and make it. Je handelt compassievol, alsof je compassie hebt. Bijt op je tanden en maak gebruik van alle hulp die beschikbaar is. Als je kunt bidden, bid dan. Vraag om compassie. Moge ik compassievol handelen. Doe dat. Je zult een relatieve compassie ontdekken. En stap voor stap, met het juiste onderwijs, zul je wellicht compassie ontdekken als een dynamische manifestatie van de werkelijkheid van jezelf, die eenheid, compleetheid is. Dat is wat je bent.

Swami Dayananda Saraswati
Arsha Vidya

www.advaita.nl