

SYNTHESE (5.06) (G)EENHEID – Aanvaarden

Meerdere keren is het onderwerp 'aanvaarden' of 'toekeren' ter sprake gekomen. Nog in de getuigenis zoals die in Synthese (4.03), waaruit blijkt dat aanvaarden niet zozeer een zaak is van een soort berusten achteraf, maar wellicht nog meer van een zich bewust wenden tot datgene wat zich op het eigenste moment aandient.

Zowel in deze getuigenis als in de 'intieme dood' (Synthese 3.19) blijkt overduidelijk met hoeveel moeite én pijn dit voorafgaand toekeren plaats heeft. Altijd weer is er het diep ingeworteld verlangen om ons af te keren van dat wat als onaangenaam ervaren wordt en ons toe te keren tot het aangename; hierbij onbewust voorbijgaand aan het feit dat (on)aangenaam een zuiver geconditioneerd begrip is en dat vroeg of laat aan alles wat vreugde of lijden veroorzaakt een einde komt. Terecht schrijft Kahlil Gibran in de 'Profeet' :

“Weet dat wat verdriet geeft u ook vreugde heeft gegeven.”

Het is niet evident om in je psychische pijn te gaan en te accepteren dat je als het ware die emotionele pijn wilt hebben. En toch.....en toch ligt hierin de bevrijding van de pijn. Angst voor pijn verhoogt juist de pijn; in Synthese (3.15) – pijn en angst is reeds uitgebreid op dit aspect ingegaan.

Betrof het tot dusverre een aanvaarden vanwege een gebeurtenis die een fysieke of psychische pijn veroorzaakt, dan kan er evenwel nog een geheel ander aspect daaraan onderkend worden.

Angst staat tegenover onbevreesd in het stelsel van paren van tegenstelling en eerder werd in het kader van hulpverlening gewezen op het aanvaarden van de eigen emoties (Synthese 3.19) i.c. de eigen angst.

“....alleen als je bereid bent naar jouw angst te kijken én te aanvaarden, zul je hem in de ander kunnen verdragen.” (Tibetaans Boek van Leven en Sterven)

Maar wij zijn een volmaakt dualistisch wezen – zoals omstandig in de Syllabus Ken je zelf in hoofdstuk 'het volmaakte onvolmaakte ik' is uiteen gezet. Concreet betekent dit dat in elk van ons alle deugden én alle ondeugden verenigd zijn.

En hier wringt de schoen : onze deugden aanvaarden wij, onze ondeugden worden door ons verworpen.

Hulpverlening en mededogen kunnen slechts echt tot ontwikkeling en bloei komen als wij bereid zijn al onze onvolmaaktheden onder ogen te zien en te aanvaarden. De ondeugden (overigens door consensus bepaalde – dus geldend voor bepaalde duur en plaats – begrippen) die niet in ons zelf door onszelf volledig aanvaard worden, kunnen ook niet door ons bij een ander aanvaard worden.

“Eerst jezelf, dan de ander,
zo besmet gij uzelf niet.”
(vers 158 Dhammapada)

Het ontwikkelen van mededogen of naastenliefde kan niet zonder het kennen van zichzelf en bij zichzelf aanvaarden wat beschouwd wordt als ondeugd. Kent men aan een verschijnsel een begrip van deugd toe, dan ontstaat bij het ontbreken hiervan gelijktijdig de tegenstelling van ondeugd. Deugd en ondeugd zijn onlosmakelijk verbonden, artificieel en in werkelijkheid niet bestaand : (g)eenheid.