

# Lesbrief 19 – Over oordelen

Jaar 2

Kim Nataraja

Een van de moeilijkste dingen in het leven is niet over anderen oordelen; en dat niet alleen, maar ook niet over onszelf oordelen. Er bestaat een gezegde van de Woestijnvaders: "De oude monniken plachten te zeggen 'er is niets kwalijkers dan een oordeel vellen'. Zij kenden de harten en geesten van hun medemensen; zij waren uitstekende psychologen. Zij beseften dat wij onze eigen onopgeloste conflicten tonen door te roddelen, anderen te beoordelen en te bekritisieren. Deze onopgeloste conflicten komen voort uit onze innerlijke verwondingen, onze conditionering en onze onvervulde behoeftes. "Innerlijke vrijheid wordt niet gauw verkregen door iemand die zijn eigen ogen niet kan sluiten voor de fouten van een vriend, of ze nou werkelijk zijn of ingebeeld" (Maximus de Belijder).

Dit zijn onaangename gevoelens en om die reden projecteren wij ze op anderen. We beoordelen en bekritisieren anderen voor gedrag dat het onze zou kunnen zijn: "Wijs nooit met een misprijzende of oordelende vinger naar je medemens, want als je zo wijst, zijn er drie vingers die naar jou terug wijzen"(Bear Heart – "De Wind is mijn Moeder") .

Projectie zorgt er ook voor dat wij anderen de schuld geven voor onze eigen tekortkomingen:

Een broeder was rusteloos in de gemeenschap en ontstak vaak in woede. Dus zei hij tot zichzelf: "Ik zal weggaan en ergens op mezelf gaan wonen. En als ik dan tot niemand meer kan spreken of naar niemand meer kan luisteren, dan zal ik rustig worden en zal mijn ontvlambare woede verstommen." Hij verliet de gemeenschap en ging alleen in een grot wonen. Op een dag vulde hij zijn kruik met water en zette deze op de grond. Plotseling viel deze om. Hij vulde hem opnieuw, en weer viel deze om. Toen dit voor de derde keer gebeurde pakte hij de kruik woedend op en brak hem. Toen hij tot zichzelf kwam, wist hij dat de demon van de woede met hem had gespot en hij sprak tot zichzelf: "Ik zal teruggaan naar de gemeenschap. Waar je ook woont, overal moet je moeite doen en heb je geduld nodig en boven alles de hulp van God."

Behalve dat, blokkeren wij de ander en verhinderen wij hun mogelijke vooruitgang en groei. Wij ontnemen hen de mogelijkheid om te veranderen en we sluiten hen op in een bepaald moment in de tijd: "Abba Xanthias zei 'De dief hing aan het kruis en werd gerechtvaardigd door een enkel woord; en Judas, die tot het aantal apostelen werd gerekend, raakte al zijn inspanningen in één enkele nacht kwijt en daalde van de hemel af in de hel'. (Verhalen van de Woestijnvaders).

Wat wij andere aandoen, doen wij voortdurend onszelf aan. Meditatie helpt ons deze niet-oordelende houding te verwerven. En toch, vooral tijdens de meditatie, zijn we vaak onszelf aan het bekritisieren: "Waarom is mijn geest altijd vol gedachten? Waarom kan ik niet stilzitten?" Oordeel niet. Accepteer het zoals het is. Observeer alleen maar en benoem objectief wat door je geest speelt en keer dan rustig terug naar je mantra. Word een onpartijdige toeschouwer. Deze benadering wordt al gauw een integraal onderdeel van je wezen en leidt naar objectiviteit, onthechting en bewustzijn.