

Zinvol bezig zijn

door Bert Zijlstra

Als je iets doet, moet dat zinvol zijn en liefst in zo min mogelijk tijd resultaat opleveren. Zinloze activiteiten kunnen beter achterwege gelaten worden.

Bezint eer ge begint

Als je een huis wilt bouwen, krijg je met andere zaken te maken dan wanneer je een eigen groentetuin gaat beginnen. Voor je aan iets begint, is het daarom zinvol om allerlei details uit te zoeken en de consequenties van verschillende mogelijkheden tegen elkaar af te wegen. Ook bij allerlei aankopen, zoals die van een nieuwe fiets, of een koelkast nemen we de tijd om uit te zoeken wat voor ons de beste keuze is. We doen dit omdat we er zo lang mogelijk plezier van willen hebben.

Spirituele groei

Iedere samenleving waardeert en bewondert de bescheiden mensen met een hoog ethisch normbesef die zich onbaatzuchtig inzetten voor het welzijn van hun medemens. De uitspraken en het gedrag van personen als Jezus, Buddha, Confucius en anderen zijn daarom al eeuwenlang een inspiratie voor velen. Ze worden als voorbeeld gesteld en veel mensen doen hun best om in hun gedrag te worden zoals zij.

Gedrag is direct gerelateerd aan bewustzijn. Mensen die verlicht zijn, functioneren zonder dat ze daar moeite voor doen volledig overeenkomstig de wetten van de natuur. Dat wil zeggen dat alles wat ze doen levenondersteunend is voor iedereen in de schepping. Vandaar hun hoge ethische normen en waarden. En hun inzet voor het welzijn van alles dat leeft.

Gedrag verbetert als de kwaliteit van het bewustzijn verbetert door regelmatig te transcenderen. Daardoor intensiveert het contact met dat wat door Plato 'Het Goede' wordt genoemd, de transcendente bron van het bestaan van waaruit een verlichte functioneert.

Resultaatgericht

Heb je dorst, dan moet je water drinken. Heb je honger, dan moet je voeding tot je nemen. Wil je dat je gedrag menslievender wordt, dan moet je het contact intensiveren met de bron van menslievend gedrag: het transcendente. Heb je dorst en denk je aan water, dan blijf je dorstig. Denk je aan eten, dan blijft de honger, of wordt erger. Op dezelfde manier verbeteren bepaalde gedragseigenschappen niet wezenlijk door je best te doen ze te verbeteren. Wel lukt

het om gewenst gedrag na te bootsen en te doen alsof.

Toch is het je best doen het gedrag te verbeteren door te focussen op gedragseigenschappen precies dat wat vanuit allerlei organisaties van diverse pluimage wordt gestimuleerd om te doen. Door de eeuwen heen hebben ook zeer veel mensen zich enorm ingespannen om op die manier een beter mens te worden. Met gering resultaat.

Kennis van zaken

De wens om een beter mens te worden is lovenswaardig. Het is triest dat zoveel inspanningen nauwelijks enig resultaat hebben opgeleverd. Aan goede bedoelingen heeft het zeker niet ontbroken. Wel aan kennis van zaken. Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat regelmatige beoefening van de TM techniek veel en vaak ongebruikelijk positieve resultaten oplevert. Tegelijkertijd met deze techniek is ook kennis beschikbaar gekomen over alle aspecten van de groei van bewustzijn zoals die voor de mens mogelijk zijn. Daardoor kan nu met relatief weinig moeite gedaan worden wat lange tijd voor onmogelijk werd gehouden.