

Goede bedoelingen

Door Bert Zijlstra

Regelmatig stoppen we veel energie in het bereiken van een specifiek doel. Maar na verloop van – in sommige gevallen zeer veel – tijd blijken alle inspanningen tevergeefs geweest te zijn. 'Ach', wordt dan vaak gezegd. 'Je bedoelingen waren goed'. Als de bedoelingen goed waren, waarom ging het dan fout?

Tolerantie en begrip

Een goede kennis vertelde mij onlangs dat hij had ontdekt 26 jaar getrouwd geweest te zijn met een vrouw met borderline. Natuurlijk wist hij dat de vrouw in kwestie problemen had: in haar jeugd was ze ernstig getraumatiseerd geraakt. Omdat hij dat wist, was hij altijd vol begrip geweest en stond hij tolerant tegenover haar extreme wisselingen in stemming en gedrag. Van vol liefde en begrip kon ze plotseling veranderen naar venijnig destructief. De kennis dacht er wel tegen te kunnen en nam aan dat zijn liefde voor haar op termijn een goede invloed zou hebben. Hij hield van haar en zag het als zijn taak er voor haar te zijn. "Weet je Bert", zei hij hoofdschuddend, "al die jaren, al mijn goede bedoelingen, allemaal voor niets. Zij is niet veranderd, mijn huwelijk is kapot en ik heb aanzienlijk meer schade opgelopen dan ik voor mogelijk hield."

Zachte heelmeesters

Jammer genoeg blijkt dit een algemeen patroon te zijn. En nieuw is het ook niet. Er is zelfs een oud Nederlands spreekwoord dat zegt dat zachte heelmeesters stinkende wonden veroorzaken. En die stinkende wonden ontstaan echt niet alleen bij de patiënt. Ook de zachte verzorger loopt ze op. Het probleem zit hem in de manier waarop in dit soort gevallen hulp wordt geboden. Waar een strakke hand vereist is, wordt gepoogd het probleem op te lossen met tolerantie en begrip. Op zich is er niets mis met begrip, maar met praten alleen verandert er weinig omdat impliciet het ongewenste gedrag wordt getolereerd en daardoor blijft bestaan. In tolerantie ligt vaak ook de oorzaak van veel problemen. Als het goed is wordt een kind bij de opvoeding liefdevol geleerd wat wel en wat niet mag. Grenzen scheppen duidelijkheid en zijn de basis voor het gedrag als volwassene. Worden grenzen op

jonge leeftijd niet geleerd, dan kan dat de oorzaak zijn van veel ellende op latere leeftijd. Voor de persoon zelf en voor mensen in de directe omgeving.

Daadkrachtig optreden

De persoon die zich sociaal gezien onaangepast gedraagt, krijgt gewoonlijk alle aandacht. Hij moet zijn gedrag veranderen, vindt men. Degene die dat gedrag keer op keer over zich heen krijgt, bewondert men voor zijn doorzettingsvermogen en opofferingsgezindheid. Maar juist bij deze persoon ligt de mogelijkheid tot verbetering van de situatie. Maar dan moet er wel worden opgetreden. Zoals een vrouwelijke kennis eens tegen mij zei: "Het grootste geschenk dat ik mijn man heb gegeven, is dat ik van hem ben gescheiden. Hij is daarna zo veranderd dat ik bijna weer een relatie met hem zou willen beginnen." Niet alleen de zich misdragende persoon waarover iedereen van mening is dat die nodig moet veranderen, moet zijn gedrag



aanpassen. Het is veeleer de passieve partner die met zich laat sollen die moet veranderen en daadkrachtig worden. En liefst zo snel mogelijk en niet over 18, 26 of nog meer jaren. Goede bedoelingen zijn mooi, maar een beoogd resultaat krijg je alleen indien de aanpak gebaseerd is op inzicht in de problematiek waar je mee te maken hebt.

Groei

Het is de aard van het leven om te groeien. Het is een natuurlijk verlangen voor ieder mens een beter mens te willen worden. Het voornemen om verlicht te worden is dan zinvol, want al doende word je een beter mens. Niet noodzakelijk beter dan ieder ander mens, want er zijn nu eenmaal personen die worden geboren met een relatief hoog bewustzijnsniveau, maar wel beter dan het eigen bewustzijnsniveau waarmee

je het vroeger moest doen. Door het leggen van contact met het transcendente is regelmatige beoefening van de TM techniek de motor achter groei van bewustzijn.

De TM techniek is een moeiteloze, natuurlijke techniek waarbij de beoefenaar moeder natuur het werk laat doen. Wel moet de gelegenheid er zijn voor moeder natuur om haar werk te kunnen doen. Dat wil zeggen dat tijd moet worden gemaakt om te mediteren. Voor veel mensen blijkt dat moeilijk te zijn. Zo zijn er nog een paar factoren die groeivertragend werken: het lage collectieve bewustzijn, de in alle opzichten onzuivere wereld waarin we leven en eigen gewoontes.

Natuurlijk willen veel mensen graag af van hun slechte en ongezonde gewoontes. Vandaar dat een nieuw jaar vaak wordt begonnen met goede voornemens. Maar gemakkelijk is het niet om te stoppen met vastgeroeste oude gewoontes.

Aangepast gedrag

Gedrag is direct gerelateerd aan de kwaliteit van bewustzijn. Naarmate het bewustzijn van iemand stijgt, zal die persoon zich volgens hogere morele normen gedragen. Om mensen in hun omgeving te plezieren of om welke reden dan ook, doen veel mensen hun best zich zo 'goed' mogelijk te gedragen. Ze zijn niet echt zo, maar hebben een masker op waarmee ze zich presenteren aan de wereld waarin ze leven. Dergelijk 'goed' gedrag is zeker sociaal gewenst, maar zolang

het bewustzijnsniveau van de persoon in kwestie niet stijgt, is het onecht. Groeit het bewustzijn dan kan het daarbij passende gedrag achterblijven. Dat komt omdat de mens nu eenmaal een gewoontedier is en liefst alles bij het oude laat. Het is daarom verstandig het eigen gedrag in de gaten te houden en dit waar nodig aan te passen. Anders dan in de eerder genoemde gevallen waar beoogd gedrag niet wordt ondersteund door de kwaliteit van het eigen bewustzijn lukt dat in deze gevallen betrekkelijk gemakkelijk.

Door steeds het gedrag aan te passen, past dat steeds beter bij wat op ieder moment gewenst en juist is. Zo vindt groei plaats naar een mens die van binnen uit begripvol is en vriendelijk, onbuigzaam wat principes betreft en daadkrachtig waar nodig. Zo worden we helemaal onsZelf.