

Zuzana Panáková

2de leerjaar

TO BE OR NOT TO BE? **(of beter: Hoe wel zijn en hoe niet?)**

To be or not to be? is de titel. Klinkt bekend zeker? Roept het bepaalde verwachtingen op? Gaat het een filosofisch stukje worden of zijn dat de naweën van Bhagavad Gita? Wel, het zou een beetje van elk kunnen worden.. Ik stel voor dat jullie deze verwachtingen even opzij zetten en mij volgen op een reis door mijn wereld..

Het woordje ZIJN speelt een belangrijke rol in onze levens, dat weten we allemaal. De interpretatie ervan is sterk afhankelijk van de volwassenheid en ervaringen van een individu.

“Wat wil je (later) zijn?”, vragen we aan onze kleinsten reeds vanaf het moment dat ze met moeite hun eerste woordjes kunnen uitspreken. Deze vraag wordt steeds vroeger gesteld aan de dragers van onze toekomst. We leggen alsmaar grotere en grotere druk op hun schouderjes en betrekken ze steeds vroeger in onze volwassene levens vol “miserie”, zonder hun de zo nodige tijd te gunnen om eerst te ontdekken wie ze eigenlijk NU zijn, wat hun essentie is. Wij begrijpen klaar en duidelijk niet dat onze kinderen onze eigen toekomst bepalen, dat ze zouden moeten beschouwd worden als heilig en daarom met rustgelaten.

De prachtige prentenboekjes geven zo veel mogelijkheden aan.. een bakker, een politieagent, een verpleegster, een boekhouder.. We bombarderen hun onrijpe mentale processen met keuzes, zelfs als ze op dat moment nog fictief zijn, nog voordat ze hun eigen identiteit onder de knie hebben. Dan beginnen de eerste leuke carnaval en verkleed feestjes. “Wat wil je graag zijn? (voor één dag). Een superman? Geen probleem! Een goede fee? Ook niet, schatje! We gaan een mooi pakje kopen in de “Happy”land! “ Eens daar, gaat die kleine gelukzak “mogen” kiezen welk pakje juist. Die met de sterretjes of met de streepjes? Toverstaafje met een ster of met een vlinder? En welke kleur moet het rokje hebben?

Keuzes, onbelangrijke keuzes, opgelegd door onze consumptie maatschappij, die ons onopmerkelijk, millimeter per millimeter verder van ons zelf drijven. Alsof het niet genoeg was dat het kindje gewoon als zichzelf naar het feestje gaat. Waarom moedigen we onze kinderen aan, zelfs voor een moment, om iemand anders te willen zijn dan wie ze NU al zijn? Is dat niet genoeg misschien? Dit soort programma's, want dat zijn ze eigenlijk, blijven dan verder in onze onderbewustzijn draaien en bepalen grotendeels wie we als volwassene mensen zullen zijn..

Maar om terug te komen naar de keuzes. Ze lijken misschien zeer onschuldig op het eerste zicht maar dat zijn ze niet. Ze zijn op maat gemaakt door een systeem dat SHEEPLE nodig heeft, zoals ze ze zeer toepasselijk in het Engels noemen. Afhankelijke mensen die zelf niet meer kunnen nadenken. Elke zo een keuze maakt ons een stukje meer vervreemd van onze kern, van wie we echt zijn, en versterkt natuurlijk onze ego's. Keuzes kunnen maken is nochtans heel belangrijk, ze zouden ons dat al op school moeten leren. Want DAT is wat van ons allemaal, ruwe diamanten, een prachtige diamant in zijn volle kracht kan maken of brokjes diamant die later goedkoop "verkocht" worden... Onze keuzes.

Om de juiste keuzes te maken hebben we een aantal hulpmiddelen nodig. Onderscheidingsvermogen, logisch nadenken, analyse en synthese maken evz.. Allemaal vermogens die ons systeem in ons niet stimuleert, in tegendeel, traag maar zeer bewust dood maakt in ons. Denk maar aan de gsm's, de frigo's die zelf aangeven wat we moeten bijkopen en liefst nog ook waar.. oh, zo gemakkelijk is ons leven geworden.. Dit systeem helpt ons niet te herinneren wie we zijn, het verwijdert ons doelgericht van onszelf. Het helpt ons te vergeten, met elke opgelegde keuze en ook met elk hoofdstuk in de leerboeken van onze kinderen, volgepropt met nutteloze informatie die ze nooit in hun leven gaan gebruiken. Als we dit systeem blindelings volgen, weten we binnen de kortste tijd niet meer wie we echt zijn waardoor we natuurlijk onze kracht verliezen en ja, daar gaat het precies om!

En als we onszelf kwijt zijn, dan kunnen we ons voor de rest van ons leven amuseren met terug te zoeken naar wie we wél zijn. In het beste geval, want de meeste mensen, die op deze manier gebrainwashed worden, hebben het niet eens door. Welke volwassene is gemakkelijker te besturen en te controleren? Een volwassene die als een kind al op zijn 7^{de} elke hoofdstad van Europa van buiten kon aframmelen of een volwassene die in zagezegde "onwetendheid" wordt gehouden in de natuur en door die te observeren leert hoe simpel en perfect alles in de wereld geregeld is en leert dat ook te respecteren en beschermen omdat hij begrijpt dat hij er zelf een onderdeel van is, dat hij hier niet gekomen is om erover te heersen. Deze kennis wordt diep in elke cel van het lichaam verankert en geïntegreerd en wordt nooit vergeten, wat we zeker en vast niet kunnen vertellen over de kennis die we uit onze kleurrijke leerboeken verwerven.

Wel, precies zo, in de schoot van de natuur, ben ik opgegroeid en precies zoals ik het net heb omgeschreven, heb ik mezelf kwijtgespeeld na een paar jaar in België. Ik lette niet op. Ik wist niet hoe gevaarlijk deze manier van leven was. Ik was gewoon zorgeloos aan het genieten van al die luxe en gemak rond mij en voordat ik het wist.. PATAT! Ik was op mijn knieën, een paar jaar zoet met de paniek aanvallen. Mijn lichaam was vol stress want om die luxe te kunnen behouden moet je toch wel ettelijke uurtjes voor gaan werken en meestal voor iemand anders.. Op dat moment werd ik me voor de eerste keer in mijn leven bewust van een innerlijke strijd die zich in mij afspeelde, hoogst waarschijnlijk al heel lang. Maar ja, er was niemand thuis, ik had geen tijd, hé?

Het was een strijd over het leven. Beter nog, over MIJN leven! Er was duidelijk een onderdeel van mij dat niet meer wou leven. Schrikwekkend was dat om dit te moeten ondervinden en toegeven maar ik kon niet doen alsof het er niet was. Later heb ik begrepen

dat dat onderdeel van mij vooral niet verder wou leven op DEZE manier, met al deze pijn, verdriet, angst, gevangenschap.. Het andere gedeelte wou dan wel absoluut leven, elke dag vieren, iedereen en alles rondom mij liefhebben, dankbaar zijn voor elke zonnestraal..

De eerste ronde heb ik toen, voorlopig, gewonnen. Ik veranderde een aantal zaken en geloofde dat dit voldoende zou zijn, dat ik dan verder lekker zou kunnen blijven in mijn warm nestje, in mijn comfortzone. Maar helaas! Ik was duidelijk niet grondig genoeg in mijn opruiming want 10 jaar later, vorige zomer, heb ik dezelfde boodschap gekregen van mijn lichaam, deze keer met meerdere uitroeptekens : *Your Windows is shutting down..* en ik belande in een burn out. Ik zoek nog steeds mijn weg naar boven en moet zeer erg opletten dat ik niet knock out uit de ring vlieg want deze tweede ronde kost me duidelijk veel meer energie..

Nu begrijp ik mijn fouten wel veel dieper. Het is zo symbolisch. Vroeger keek ik altijd naar de bovenkant van de bomen, naar hun bevende blaadjes, naar de takken die met de wind dansten. Nu besteed ik meer aandacht aan de wortels, hoe ze hun weg zoeken in de aarde, hoe hard die ook mag zijn. En effectief, ik probeer nu ook tot de wortel van het probleem te geraken. En zo heb ik kunnen begrijpen dat ik tot nu op een totaal verkeerde manier heb geleefd. Ik was altijd al een strijder. Ik vocht voor alles en iedereen, kei hard, onophoudelijk en was er nog vier op ook! Tot ik besepte dat ik eigenlijk volledig uitgeput was. Ik moest duidelijk eerst heel intensief ervaren hoe NIET zijn en wat de gevolgen hiervan zijn als ik zo blijf doorgaan om dan, dankzij het contrast, te weten hoe WEL zijn.

Hoe wél zijn is voor mij een vorm van kunst. Dat zouden ze ons ook al op school moten leren! En hoe eerder, hoe beter.. Die kunst moet ik nog, al doende, leren. Dat doe ik trouwens heel mijn leven heel graag. Leren is eigenlijk één van mijn passies. Ik leer verticaal en horizontaal. Van mijn kinderen, van water, van alles dat leeft. Als we ergens naartoe gaan, blijf ik vaak staren naar dingen. Ik stop plots, sta stil en kijk. "Waar denk je aan?" vroeg mijn man me in het begin. En ik voelde me vaak betrappt op dat moment, ik schaamde me zelfs want ik denk op dat moment nergens aan. Maar ik besepte onlangs wat er op dat moment eigenlijk juist gebeurt. Ik hoef me eigenlijk voor niets te schamen. Ik BEN op dat moment. Ik ben zo aanwezig op dat ogenblik dat het voor de buitenstaanders lijkt alsof ik afwezig was. Ja, dit is de manier van leren dat ik als kind in de natuur heb aangeleerd. Ik BEN met het object van mijn onderzoek, ik neem waar, ik voel, sta stil en ik leer. De eerste 10 jaar van mijn leven heb ik grotendeels in de bossen doorgebracht. Oneindig veel weekends en namiddagen in verschillende chalets in de bergen. Ik mocht nooit te ver weg want de beren zaten overal, gsm of andere afleidingen had ik toen nog niet en gezien er dus niet al te veel te doen was, was mijn enige optie stil zijn en observeren. De geluiden, de kleuren, al die vormen van het leven en hun interactie. Ja, ik herhaal het nogmaals, voor mij is de natuur de grootste leraar.

Momenteel leer ik het meest van mijn poezen. Ik, een uitgesproken honden mens! Katten maakten vroeger nooit een kans bij mij. En dan plots kwam mijn eerste kater, mijn grote meester. Ja, ik schaam me niet om te zeggen dat mijn meester een kater was i.p.v. een verlichte goeroe. Liefde op het eerste zicht was dat, wij kenden elkaar al van ergens. Hij gaf mij wat nog geen andere mens mij eerder heeft gegeven, hoe triestig het ook is..

ONVOORWAARDELIJKE LIEFDE die zo uitgesproken was dat ik er niet naast kon kijken. Zelfs mijn honden konden dat niet. Elke dag opnieuw was hij daar, mijn zonnetje. Hij straalde rust, liefde en licht uit. Tot hij plots met de eerste poezentijd verdween en ik heb officieel moeten toegeven dat ik er een gebroken hart aan heb overgehouden. Het heeft lang geduurd voordat ik het een beetje heb kunnen verteren..

Mijn tweede poes gaat verder met de lessen alhoewel de relatie niet meer zo zuiver is, het is een echte stoute poes. Op een bepaalde dag in oktober vorig jaar, tijdens een dagje werken in mijn tuin, keek ze me rustig aan. Met dat soort doordringende blik dat ik nooit ga vergeten. We waren verbonden, compleet één geworden. Ik voelde me voor een fractie van een seconde een poes (ik hoop dat zij zich niet gevoeld heeft als ik, arm beestje!) en ik had GEVOELD hoe simpel het is om gewoon te ZIJN. Hier en nu. Aanwezig met elke cel van haar lichaam. En ik dacht, als mijn kat het kan, kan ik het ook! Ik ben toch niet minder (maar ook niet meer) als een kat. Mensen hebben de neiging om te denken dat wij het toppuntje van de creatie zijn, het hoogste trapje op de ladder. Maar dat zijn we zeer zeker niet. Dat zijn onze opgeblazen ego's die zo iets kunnen geloven. Als we onze verrekijkers op het scherpste zouden zetten en de glaasjes wat properder maken, in andere woorden vanuit de juiste perspectief kijken, dan zouden we al snel beseffen dat wij en de poezen, slakken of bloemen en bomen net dezelfde zijn. Bewustzijn die tijdelijk een bepaalde vorm aanneemt.

En toen volgde een nieuwe download. Waarvoor hebben we al die woorden nodig, die de waarheid alleen telkens een ander kleurtje geven, afhankelijk van wie spreekt? Waarom niet liever de Waarheid, Liefde, Vreugde, Harmonie.. ZIJN? En met elke cel van onze volmaakte zenders deze uitstralen en op deze manier van elkaar leren? Door beleving, door voelen i.p.v. van al die slimme boeken te lezen?

Later die nacht heb ik in mijn droom beseft dat niet alleen mijn poes IS, dat ook liefde IS. Zoals mijn poes. Zoals water. Dat de waarheid IS. Dat als ik ook wil ZIJN dat ik er eigenlijk niets voor moet doen want ik BEN al!!! De eenvoud en de kracht van deze vaststelling heeft me bijna omver geblazen. Ik hoef er helemaal niets voor te doen, IK BEN AL! En als ik deze eenvoudige wiskundige formule verder wil doortrekken, dan begint het pas interessant te worden. Als ik BEN, en de Liefde, Waarheid.. (vul maar in wat je zelf zoekt) ZIJN, dan ZIJN we samen! In andere woorden, de Liefde, Waarheid, Geluk zijn overal rond mij en IN mij of nog anders uitgedrukt: IK ben liefde, waarheid, geluk, "God", alles wat er is. Wij staan niet los van elkaar, wij zijn letterlijk elkaars onderdelen, wij zijn een holografische afbeelding van elkaar. Nooit uit elkaar geweest! Ik weet wel, we kennen de theorie hiervan al een tijdje, sommigen van ons wat langer dan de anderen. Maar het is zo anders om dit van een stukje papier af te lezen en te begrijpen en zó anders om het te ervaren!!

Ik heb ineens begrepen wat het precies inhoudt, dat onnozel zinnetje dat ik steeds terug voor mijn neus kreeg, je staat in je eigen weg! Ja, onze lichamen zijn magische werktuigen, ze werken letterlijk op dezelfde principe als een radio. Iedereen is vrij om in te tunen en te luisteren naar de muziek van zijn keuze. En ik heb tot nu de verkeerde zender beluisterd, dat is alles!

Ik heb geluisterd naar de stem van mijn ego die continu bang is van iets omdat het zich bedreigt voelt. Die angst, die pijn en verdriet, als ik me daarmee identificeer, zijn juist hetgeen dat mij in die twee gedeelten heeft gesplitst die het tegen elkaar aan het opnemen waren. Dat is precies hetgeen wat de "flow" van het leven in mij heeft dichtgeknepen, strijdlustige ego vol wilskracht. Ik was aan het vechten i.p.v. mezelf open te stellen en ontvangen. Een duidelijke onevenwicht tussen de vrouwelijke en de mannelijke energie. Laten vloeien, de goede dingen in, de slechte uit, dat moet ik doen. Zoals de ademhaling.

Onze ademhaling is letterlijk de sleutel, het grootste geheim van het leven. Alles werkt op dezelfde principe. Zijn jullie er ooit bij blijven stilstaan? Inademen = aanvaarden wat IS, wat ons voedt, uitademen = laten gaan wat we niet meer nodig hebben. Als deze fragile balance verstoord wordt door onze weerstand, dan begint het verkeerd te lopen. Door weerstand te bieden sturen we eigenlijk een signaal uit dat we niet aanvaarden, niet appreciëren, niet respecteren wat IS. En de gevolgen hiervan kennen we allemaal.. Ziektes, trauma's, pijn.. die een energetische imprint in onze lichamen creëren, in onze cel geheugen en ons zonder dat we dat beseffen continu in het verleden houden. Voor zo lang dat we in het verleden blijven hangen of te veel projecteren naar de toekomst toe, kunnen we niet echt ZIJN. Want de enige manier van ZIJN is HIER en NU. Volledig.

Ja, soms worden mijn vragen door dit soort downloads zo gemakkelijk beantwoordt. Soms snel, soms moet ik heel wat geduld en vertrouwen hebben. De vraag wat ik hier achter ga laten eens ik er niet meer ben heeft me ook een tijdje bezig gehouden..

Mijn vader was een tijd lang de grootste werkgever in onze regio. Mijn moeder als een folklore choreografe heeft de herinneringen van oude mensen van onze dorp versmolten in de dansen die zij gecreëerd had en met haar folklore groep met iedereen heeft gedeeld. De lat ligt hoog.. Wat zal mijn nalatenschap dan zijn? Hoe zullen mijn kinderen antwoorden op de vraag wie ik WAS?

Dat ik hoogst waarschijnlijk geen tweede Marie Curie ging worden wist ik al lang. Maar wat laat ik dan wel achter? Ik was maar aan het zoeken en zoeken.. Die onzekerheid heeft enorm aan mij geknaagd. Ik wist wel dat het woordje Vrijheid me enorm triggerde, het kribbelt vanbinnen telkens ik eraan denk. Hebben jullie de Brave Heart gezien? FREEDOOOOM!!!! Waren zijn laatste woorden en die hebben mij zo diep geraakt. Ik heb dat onopvallend woordje dus goed onder de loep genomen en gekeken naar wat vrijheid voor mij eigenlijk betekent.

De meest vanzelfsprekende dingen kwamen als eerst naar boven:

- ✓ Goede gezondheid want dat laat me toe om alles te doen wat ik graag doe.
- ✓ Financiële onafhankelijkheid en overvloed op alle vlakken biedt me de middelen om veel te kunnen verwezenlijken zonder al te veel zorgen.
- ✓ Maar ook helderheid hoort er bij zodat ik niet continu dezelfde rondjes moet draaien en altijd duidelijk mijn richting kan kiezen zonder het gevoel dat ik vastloop.

- ✓ Dan was ik weer bij het aanvaarden terechtgekomen. Aanvaarden is geen weerstand en geen weerstand geeft absoluut een gevoel van vrijheid en beweging.
- ✓ Vergiffenis speelt voor mij ook een zeer belangrijke rol, dat geeft me letterlijk vleugels! Veel grotere en sterkere dan de Red Bull trouwens.
- ✓ Wijsheid, niet kennis, wijsheid geeft me de tools om de kennis te gebruiken om mijn doelen te bereiken.
- ✓ Zelf liefde en compassie mag ik zeker niet vergeten, die geven mij de vrijheid om te zijn wie ik echt ben, leven volgens mijn eigen waarden.
- ✓ Opkuisen van karma, de handboeien doorbreken die me in mijn vooruitgang tegenhouden.
- ✓ Waarheid. De échte waarheid maakt me zo vrij omdat ik niet hoeft te verdwalen in de doolhof van illusies.
- ✓ En tot slot, afrekenen met mijn ego, dat moet ik vooral doen om me vrij te voelen!

Na deze analyse heb ik beslist dat ik niet verder moet zoeken, ik heb me er bij neergelegd dat het volledig oké is om gewoon te ZIJN wie ik al BEN. Een miertje dat zijn stukje stro draagt om een nest voor zichzelf en de andere te maken. Dat is ook al genoeg. Want om zich vrij te maken van alle oude programmeringen, zelf – destructieve gedachten, van alle limiterende overtuigingen, van alle gedragspatronen die vanuit iets anders dan liefde vertrekken, van alle karmische gevolgen (mijn eigen en die van heel mijn bloedlijn) ..om dit allemaal te doen in één leven moet je toch potverdekke een goed gespierd miertje zijn! Een miertje dat vastberaden is en blijft, dat een visie heeft, dat niet opgeeft, dat in zichzelf gelooft, dat continu alles op zijn pad moet onderzoeken en zich met de anderen verbinden om de weg naar huis terug te kunnen vinden, met zijn stukje stro..

Ja, dit is wie ik BEN en wie ik verder wil ZIJN, dit zal mijn nalatenschap zijn voor mijn kinderen en hun kinderen. Vrijheid. Of een groter stukje ervan, ik zie wel hoe ver ik geraak :O)

Vrij zijn om al mijn kleuren te kunnen stralen, kleine regenboogjes weerkaatsen waar ik ook kom, een prisma van HET, zoals we het hier noemen of ALLES WAT ER IS, WAS EN OOIT ZAL ZIJN, zoals ik het noem. En als het me de ene dag wat minder lukt dan de andere, dan vergeef ik het mezelf heel graag want onze zon schijnt ook niet elke dag even hard..

Bedankt voor jullie aandacht!