

# Een gerichte handeling en haar maatschappelijk bevrijdende werking

Philippe Gits, 11 juli 2022

De spanningen zijn de laatste jaren groter geworden

Met partner, vrienden, collega's, lotgenoten, kortom met elkaar omgaan is een leerproces van vallen en opstaan. Met elkaar omgaan is toch niet zo evident want al snel sluipen er misverstanden en allerhande spanningen in een relatie naar binnen. Helaas blijken deze spanningen soms het snelst en het hevigst in de nabije relaties plaats te vinden.

De trend dat we het moeilijk of moeilijker vinden om met elkaar om te gaan is precies al langer bezig. Onze ouders waren niet zo bezig hoe je met iemand kon omgaan, het ging of het ging niet en dat was dat. Nu ligt het toch iets anders. Zeker de laatste jaren zijn er veel intermenselijke spanningen bemerkbaar en is er veel meer kritiek over elkaar. Niet dat het vroeger allemaal koek en ei was. Er was minder kritiek of het werkte minder diepgaand, minder agressief, de mensen konden elkaar iets meer laten zijn. De laatste paar jaar is de kritiek niet alleen toegenomen, maar ook vernietigender.

Iedereen wil in contact treden

Toch is het gunstig om te weten dat er in ieder van ons een verlangen leeft om met elkaar in relatie te treden. Dit verlangen zou je een wetmatigheid kunnen noemen. Naast de fysische wetmatigheden heb je ook wetmatigheden die in het bewustzijn werkzaam zijn. Mensen hebben nu eenmaal een grote interesse voor elkaar. Het is niet omdat deze interesse zich niet positief uit, dat deze interesse er niet is. Er is wel degelijk interesse om met elkaar in contact te treden. In dit kader kan je ook het zich afsluiten van de ander zien. Soms sluiten velen zich in zichzelf op omdat ze te gekwetst zijn. Dit betekent niet dat de wens om elkaar te ontmoeten verdwenen is, deze wens is intact ondanks alle pijn, maar net omdat men niet meer met elkaar in contact kan treden lijdt men nog meer. Je zou kunnen zeggen, het leed dat ontstaat omdat men de pijnlijke momenten in een contact niet meer kan verdragen doet het lijden vergroten. Je ziet, sociale verbindingen zijn gecompliceerd.

De voorbije jaren waren op z'n minst gezegd turbulent, wegen sterk door en zijn nefast op het sociaal-maatschappelijke leven. Hoe we moeten omgaan met covid, de vaccinaties en nu de oorlog in Oekraïne zijn items waardoor echtparen, ouders en kinderen,... soms diametrale standpunten innemen met alle gevolgen vandien. Daar is natuurlijk niets verkeerd mee, je hoeft niet met iedereen altijd dezelfde mening te hebben. Wat nu nieuw is, en tot een extreem uitvergroot wordt, is dat we elkaars standpunten niet meer verdragen. Het innemen van een ander standpunt is ook meteen het einde van een relatie, van een vriendschap en het einde om met elkaar in gesprek te gaan.

Vele spanningen zijn door allerlei (on)bewuste omstandigheden onder de goegemeente naar binnen gebracht en deze spanningen leven nu verder, vanuit de blik van de yoga, in de adem of het luchtelement. We ademen deze spanningen voortdurend in, gelijk waar je staat en gaat. Helaas merk je dit ook in de vele fracties die pakweg het laatste anderhalf tot twee jaar tot een verbinding en samenwerking kwamen. Vele van deze nieuwe samenwerkingen verlopen nu minder gunstig of zijn totaal gestopt.

Het is goed om te weten dat deze scheiding niet door ons gewild is. Noch de ene, noch de andere partij wenst dit, ondanks alle tekortkomingen die we hebben, willen we niet uit elkaar getrokken worden of tegen elkaar uitgespeeld worden. Ook al staat de ene meer aan die kant en de andere aan de andere kant of aan welke kant dan ook. We willen elkaar begrijpen, we willen met elkaar omgaan. Maar steeds opnieuw komen daar ondergrondse krachten aanzetten die net deze samenwerking verhinderen.

## De wil als initiator

Door al deze spanningen is de wil, onze wil, verminderd, ze is niet meer zo sterk en niet meer in staat om klappen op te vangen en door te zetten. De wilskracht om elkaar echt te leren kennen en om samen met elkaar door grote problemen te willen gaan, is verzwakt en ontmoedigd. Het is dus zeker van belang dat je elkaar wenst te ontmoeten, dat je elkaar wenst te spreken en elkaar wenst te leren kennen. Ondanks alles is het zeker gunstig dat deze wens om in relatie te willen treden aanwezig zijn, ondanks de voorbije trauma's, spanningen, tegenslagen en wat ook meer. Deze wens om in relatie te willen treden mag je door niemand of door niets laten afnemen. Maar dit is nog niet voldoende. Er is nog iets anders nodig om deze wil tot een echte verbindende wilsinzet te verheffen. Iets wat we in het kader van dit artikel maar kort kunnen aanspreken.

De volgende stap, die op het eerste gezicht niet zo moeilijk blijkt te zijn maar in de praktijk dikwijls overgeslagen wordt, is het bewuster waarnemen van de persoon met wie je in contact wenst te komen, je kan de persoon bestuderen en onderzoeken door in gesprek te treden, na te denken en te leren bemerken waar je met hem of haar in verbinding kan komen. Waar heb je een gemeenschappelijke grond om te spreken? Hier komt je goede wil enorm van pas want je moet wel willen praten, je moet wel willen in relatie treden en dit vergt moed en kracht, maar je zal door deze bewustere inzet ook veel kracht krijgen. Het is ongunstig om jezelf teveel door de tijdsgeest te laten leiden en deze ontmoetingen. Het is gunstig om net deze goede wil zo in te zetten dat je je op de ander afstemt, rekening houdt met de ander, kijkt waar je wel met deze persoon kan samenwerken, waarover je wel kan praten,... Hierdoor kijk je niet naar de niet-mogelijkheden maar wel naar de mogelijkheden, zonder blind te zijn voor de ander.

Het is natuurlijk niet altijd zo evident om in gesprek te treden of samen te werken. Maar heel dikwijls hoor ik van mensen dat de ander niet goed is omdat hij academisch geschoold is, de ander is te weinig geschoold, weer een ander neemt alles aan wat de pers zegt of neemt niets aan wat de media hem voorschotelt,... en zo blijven we over elkaars voeten vallen.

Zou het niet handiger zijn om onze wil zo te sturen en te onderzoeken hoe we wel met elkaar kunnen samenwerken, waar kunnen we elkaar wel kunnen vinden en we onze wilskracht zo kunnen inzetten dat we met elkaar rekening houden. Op die manier leren we niet alleen elkaar kennen maar kunnen we grotere samenwerkingen op poten zetten. Want een ding is zeker en daar denk ik zijn we het allemaal over eens. We leven in spannende tijden of beter, in tijden met veel spanning. In plaats van elkaar de schuld te geven kunnen we maar beter in een samenwerking komen en van daaruit beginnen, stukje bij beetje en met veel vallen maar door nog meer op te staan, nieuwe mogelijkheden ontwikkelen die niet enkel voor jezelf maar voor het geheel ten goede komen.



De boog

Bij deze oefening centraliseer je de kracht op één punt, het is een gerichte inzet.

In overdrachtelijke zin staat deze oefening voor een doelgerichte wilskracht, een actieve maar gerichte inzet waarbij je je handelingen op elkaar afstemt. Je houdt dus rekening met de ander bij je handelingen.

Door de wil gericht en actief in te zetten, waarbij je je handelingen afstemt op de ander, kan de adem vrijer stromen waardoor betere maatschappelijke verbindingen mogelijk worden.