

Monflanquin 29 maart 2019

De kracht van intentie

Afgelopen dagen waren weer leerzaam. Heel de dag bezig met inpakken en vullen van de auto, ook nog bijna 2000 woorden geschreven, en boodschappen doen en naar de bank, kortom druk. Rond 16 u zitten we op de bank op de patio met een drankje, wijn, bier. Het gesprek gaat over een dame die op FB vertelt dat ze terminaal kanker heeft en een goed adres zoekt voor haar poes. Het verhaal raakte me en ik kreeg een enorm kippenvol gevoel toen ik het las. Ik reageerde met te zeggen dat mijn man zichzelf heeft genezen van kanker en als ze er iets over wilde weten ze het moest laten weten. Dat deed ze vrijwel direct. Dus ik beloofde haar van alles te sturen uit de therapie van Willy, ik vertel het hem, en zeg jij zou eigenlijk een keer met haar moeten praten, want jij hebt de ervaring. Hij reageert geïrriteerd. Hebben we het zo druk we zijn allebei zo moe, jij hebt slaaptekort en dan ga je dit aanhalen? Bovendien ik heb genoeg van al die mensen die allemaal wel de therapie willen krijgen en er dan vervolgens mee naar de dokter stappen, of het toch niet doen of het te veel moeite vinden.

Ik luister en weet wel ongeveer wat er komen gaat, ergernis over de houding van de mensen met kanker die liever naar de dokter gaan voor een pilletje dan moeite doen voor een dieet. En ergernis naar de medische industrie die mensen afleren om zelf te denken die mensen afhankelijk maken van medische hulp die niet geneest maar zieker maakt en doodt. Ik weet dat het deels klopt en waar is maar ook weer niet. Ik zeg nog dat hij zijn therapie wat meer moet opdelen in stukken, nu is het heel veel info met vooral veel linken. Ook dat een persoonlijk verhaal zoveel meer impact heeft en het dat eigenlijk te weinig is. Te weinig eigen verhaal te veel verwijzingen.

Plots zie ik ook wat er eigenlijk gebeurt met hem. En ik vertel hem (zoals altijd) mijn inzicht. Ik zie opeens dat dit ook allemaal met geven en nemen samenhangt. Als dat in balans is, als je kunt geven maar ook kunt ontvangen heb je hier geen probleem mee. Je geeft dan onvoorwaardelijk, je stelt dan geen eisen bij het geven van jouw cadeau of gift. Je kunt mensen heel veel cadeaus geven, je kunt ze materiële dingen geven, of etentjes of feestjes, maar ook aandacht, betrokkenheid, liefde, vriendschap. Je kunt ze ook jouw ervaringen geven waar zij als ze willen en kunnen iets aan kunnen hebben. Feitelijk geef je altijd iets van jezelf. En hoe minder materieel en hoe meer 'eigen' hoe waardevoller.

Maar als je geven en nemen niet in balans is wil je graag dat je voor datgene wat je geeft iets terugkrijgt. Je geeft dan voorwaardelijk, en ja

dat kan ook met adviezen, met tips, met lessen, je kunt in wezen alles wat je geeft onder voorwaarden geven. Waarom zou je dat doen? Waarom zou je dat willen? Is dat omdat het iets moet vervullen in jou? Wat gebeurt er met je als je iemand iets geeft en hij doet er iets totaal anders mee dan jij voorstaat? Mooi voorbeeld is de reclame waarin een dochter haar bejaarde vader een I-pad heeft gegeven voor kerst. Ze vraagt of hij er blij mee is en hem vaak gebruikt. Op datzelfde moment veegt hij de Ipad schoon hij heeft er groente op gesneden en zet hem in de vaatwasser. U voelt de verbijstering en afkeuring die dat oproept. Boeiend nietwaar. Want wat maakt dat je nog controle wil hebben over datgene wat je hebt gegeven aan iemand?

Ik onderzocht na dit gesprek uiteraard mezelf. Heb ik ook verwachtingen over wat anderen doen met wat ik ze schenk? Verwacht ik dat mensen bv de lessen die ze van mij leerden over schrijven toepassen? Ja soms wel, bijvoorbeeld toen iemand uit mijn oude schrijfgroep plots een boek schreef in twee maanden, en het naar de uitgever stuurde zonder het echt kritisch te laten doorlezen en nazien op dingen waar de uitgever zeker oplet, vond ik ook dat ze mijn lessen niet toepaste. Dat ze advies had moeten vragen. Toen ik dat besepte, liet ik het los. Het is natuurlijk helemaal niet aan mij om daar nog controle over te willen hebben. Iedereen mag de dingen doen op haar eigen manier. Ik hoef helemaal niet nog bemoeienis te hebben met hoe en waar en waarom ze het boek instuurt op deze manier. Het schudde me wakker, ik ging terug naar allerlei situaties waarin ik mensen iets' gaf', soms was dat een betaalde gift, bv een socratisch gesprek, soms onbetaald, bijvoorbeeld een inzicht tijdens een vriendinnen gesprek.

Heel veel dingen gebeuren ongepland en onvoorzien, en zijn sowieso al cadeautjes. Gelukkig kan ik dat meestal gewoon loslaten. Iemand hoeft na een coachgesprek zijn of haar leven niet te veranderen, ook al zou dat beter voor haar zijn. Iemand hoeft zich niets aan te trekken van mijn adviezen, of mijn lessen toe te passen. Eigenlijk is het zo dat je wanneer je iets geeft aan een ander zonder voorwaarden, je jezelf bevrijdt. Je kunt dan alles doen, je geeft een advies, en laat meteen los wat de ander ermee doet. Je bent ook niet verantwoordelijk voor wat de ander doet met wat hij van jou kreeg. Vanaf het moment dat het uit jouw handen is, is het niet langer van jou. Je gaf het weg. Punt. Het is nu van de ander. Punt. Het is dus ook onzinnig dat mensen je achteraf nog zouden kunnen aanspreken op wat je gaf, dat hoef je ook niet te accepteren, gegeven is weg. Hoeveel vrijheid geeft dat. Je schrijft een boek, mensen vinden er van alles van, geven commentaar en kritiek en jij blijft er los van, want het boek is weggegeven, het is nu van het publiek en die mogen ermee doen wat ze willen. Maar wat heb je dan gegeven? Waarom geef je dingen

weg? Waarom adviseer je, waarom schrijf je blogs, of boeken, of schilder je, of wat dan ook. Waarom?

In mijn ogen is er een drijvende kracht achter alles, en dat is intentie, je innerlijke drijfveer. Je innerlijke drijfveer wil mensen iets geven, bv om zichzelf te kunnen genezen, of om wijzer te worden van jouw kennis, of om gezonder te worden met jouw recepten, of om zich vrolijker te voelen met jouw tips. Jouw intentie bepaalt of dat wat je weggeeft iets goeds is. Niet de reactie van de ander. De reactie van de ander zegt alleen iets over de ander en nooit over dat wat jij weggaf. Jij gaf iets met een bepaalde intentie (bedoeling) was dat een positieve liefdevolle intentie, dan is dat wat jij in de wereld zet. Punt, los van wat voor reactie dan ook, los van welke kritiek dan ook. Jouw intentie bepaalt.

Dat maakt het ook helder om te kunnen zien, aan dat wat mensen weggeven wat hun intentie is. Willen ze er geld voor, dan is dat hun intentie. Willen ze dat je het zoveel mogelijk deelt dan erkenning hun intentie. Willen ze dat je het niet deelt of gebruikt zonder hun toestemming, dan is bezit en vasthouden hun intentie, je zou dat ook identificatie kunnen noemen. Wanneer je je identificeert met dat wat je hebt gemaakt, geschreven, gezegd, maak je het een deel van jou, dan gaat het aan je vastzitten, dan ben jij die woorden, en dan blijf je ook geraakt worden door de reacties van anderen erop. De kunst is dus om iets te creëren, een schilderij een boek een gedachte een uitspraak en je daar niet mee te identificeren. Je bent niet die gedachte, dat schilderij, dat boek.

Juni 2020