

Parels van wijsheid

Lukt het jou om het leraarschap in de lesruimte achter te laten? Rond te struinen op social media zonder oordeel? Kwaliteit te zien in het aanbod van anderen?

Met in het achterhoofd de mantra zonder oordeel te zijn, betrap ik mijzelf er steeds op dat mijn kritische mind me behoorlijk in de weg zit. Het lukt mij niet een nieuwsgierige voorbijganger te zijn. Ik zit in mijn oordeel als ik mij irriteer aan belerende teksten. Ik oordeel over yogafoto's van mensen in een asana voor gevorderden omdat dit enkel iets zegt over de buitenkant en niets over een innerlijke ontwikkeling. Moe word ik van quotes die overal vandaan geplukt zijn, zogenaamd ter verrijking van mijn leven. Ik herken mijzelf niet in strakke pakjes, hippe studio's, ver weg retraites en kortlopende trainingen die yogaleraarschap beloven in veel te weinig tijd. Ik herken mijzelf niet in yoga als workout, exercise, lifestyle of business.

Oordeel dus. Ik vang mijzelf in ego waarnemingen. Het leidt af van de essentie in mijn yogabeoefening: loskomen van de illusie van het ik, de identificatie met het zelf. In mij leeft een diep gevoelde behoefte om yoga als een sadhana te zien, te ontvangen en door te geven. Deze manier belooft ontwikkeling van mededogen, onderscheidingsvermogen en loskomen van ik-identificatie. Kijkend in de wereld om mij heen, gebeurt mij regelmatig het tegenovergestelde. Ik gun ieder z'n weg en ieder z'n yoga en toch vind ik het vaak lastig om kwaliteit te zien in dat wat de ander presenteert als yoga. Ik zou mijn schouders op kunnen halen en verder kunnen gaan met mijn leven: who cares? Maar zo werkt zelfonderzoek niet. Juist de schaduwkanten van de ik-identiteit verdienen het om in het licht te worden gezet en te worden erkend, onderzocht en waar mogelijk losgelaten.

Wat mij aanzette tot overdenking was een artikel over het aanbieden van kwaliteit als yogadocent. Dat het belangrijk is op de top van je ontwikkeling te blijven en anderen te ondersteunen de top van hun ontwikkeling te bereiken. Om kortom 'nooit te stoppen met leren'. En dit te doen met de volgende instelling: '*...keep going to classes and workshops as a student not a teacher.*'

Dit was het moment waarop ik de valkuil herkende waar ik steeds weer in stap. In het waarnemen van wat anderen presenteren als yoga zit ik in de rol van yoga-docent en blijkt het in openheid ontvangen van de wereld afgesloten te zijn. De perceptie van waaruit ik waarneem is het masker van 'yoga-kenner' dat mijn oordelen onbewust beïnvloedt. Ik denk te weten wat yoga is omdat ik al zoveel jaar yoga beoefen en wat opleidingen heb gevolgd. Maar dat is geen yoga, dat is arrogantie.

Ik reflecteer op mijzelf: Wie ben ik? In het zitten met deze vraag, oefen ik in waarnemer zijn, zonder te reageren. Ik observeer de innerlijke wereld en de uiterlijke wereld. Mijn leven is een heen en weer bewegen naar binnen, naar buiten en weer naar binnen, leerling en leraar, van dualiteit naar verbondenheid, één-zijn en terug. Mijn leven als spirituele oefening.

Ik ben mij ervan bewust dat wat voor mij diepte betekent, voor de ander de grond is waar de innerlijke reis start. Diepgang gaat voor mij over persoonlijke ontwikkeling, het blootleggen van de innerlijke parel en in wijsheid leven. Kwaliteit betekent voor mij de wijze waarop yoga wordt geleefd en doorgegeven als spirituele ontwikkeling.

Toch gun ik ieder z'n weg, ieder z'n yoga. Zoveel parels van wijsheid en inspiratie om uit te kiezen. Alles kan een spiegel zijn om de ik-identificatie in te herkennen. Wanneer we vrij zijn om te kiezen zal ieder de docent kiezen die bij hem past en geïnspireerd worden in dat wat de ander als parel presenteert. En dan heeft kwaliteit slechts de betekenis die je er zelf aan geeft. Zo dragen we allemaal bij aan de ontwikkeling van yoga. Eigenlijk mooi toch, zoveel verscheidenheid en zoveel kansen om te oefenen.