

De Tao van Schaamte

In de oude wereld geloofden mensen
dat schaamte hen beter zou maken.

Dus verborgen zij:

hun fouten,
hun kwetsbaarheid,
hun verdriet,
hun verlangens
en hun verleden.

Zij probeerden zichzelf te tonen
zoals zij dachten dat anderen hen wilden zien.

Maar hoe meer zij verborgen hielden,
hoe zwaarder hun hart werd.

Toen vroeg een leerling aan de meester:

"Wat is schaamte?"

De meester nam hem mee
naar een tuin in de vroege lente.

Daar zag de leerling een jonge boom
waarvan een tak scheef groeide.

"Moet die boom zich schamen?" vroeg de meester.

De leerling lachte.

"Natuurlijk niet."

"Waarom niet?"

"Omdat hij gewoon groeit."

De meester glimlachte zacht.

"Precies."

De leerling werd stil.

Daarna liepen zij door een grote stad.

De leerling zag mensen:

hun fouten ontkennen,
hun ware gevoelens verbergen,
en voortdurend proberen
een perfect beeld van zichzelf te tonen.

Iedereen wilde geaccepteerd worden.

Bijna niemand durfde volledig zichtbaar te zijn.

"Waarom dragen mensen zoveel schaamte?" vroeg hij.

De meester keek naar een man
die al jaren een zware steen op zijn rug droeg.

"Wat draagt hij?" vroeg de meester.

"Een last," antwoordde de leerling.

De meester knikte.

"Veel schaamte ontstaat
wanneer een mens denkt:

'Als anderen mijn waarheid zien,
ben ik minder waard.'

De wind streek zacht door de straat.

"Maar meester... hebben mensen dan niets om zich voor te schamen?"

De meester bleef even stil.
Daarna wees hij naar een gebroken vaas
die zorgvuldig was hersteld.
"Wanneer een mens iemand bewust pijn doet,
liegt of onrecht veroorzaakt..."
Hij keek rustig naar de leerling.
"...dan vraagt het leven om verantwoordelijkheid."
De leerling knikte.
"Maar verantwoordelijkheid is iets anders dan schaamte."
De meester glimlachte zacht.
"Schaamte zegt:
'Ik bén fout.'"
Hij wees naar de herstelde vaas.
"Bewustzijn zegt:
'Ik maakte een fout en ik kan leren.'"
De leerling dacht lang na.
"Dus schaamte houdt mensen gevangen?"
De meester knikte langzaam.
"Vaak wel."
Hij keek naar een kind
dat viel tijdens het leren lopen.
Het kind stond weer op
en probeerde opnieuw.
Geen schaamte.
Alleen leren.
De avond viel langzaam.
Toen sprak de meester:
"De onbewuste mens verbergt zijn schaduw
uit angst om afgewezen te worden."
Hij keek naar de jonge boom in de tuin.
"Maar de bewuste mens begrijpt
dat groei alleen mogelijk is
wanneer hij eerlijk durft te kijken."
De wind bewoog zacht door de bladeren.
"Want wat verborgen blijft in schaamte..."
Hij glimlachte zacht.
"...kan moeilijk genezen."
De leerling keek zwijgend naar de herstelde vaas.
En voor het eerst begreep hij:
dat schaamte niet ontstaat
door onvolmaaktheid...
maar door de overtuiging
dat liefde en waardigheid afhankelijk zijn
van perfectie.



De schaamtevolle mens verbergt zijn littekens.
De wijze mens begrijpt

dat juist zijn littekens
getuigen van zijn reis.
Want niet perfectie,
maar eerlijkheid
opent de deur naar heelheid. ❤️✨