

De Tao van de Ontembare Gedachtenstroom

In de oude wereld leefde een man
die rust zocht.
Niet rijkdom.
Niet macht.
Niet roem.
Alleen rust.
Want zijn hoofd was nooit stil.
Vanaf het moment dat hij ontwaakte
tot het moment dat hij in slaap viel,
spraken de stemmen.
Over gisteren.
Over morgen.
Over wat had kunnen zijn.
Over wat misschien zou gebeuren.
Soms voerde hij gesprekken
die nooit plaatsvonden.
Soms won hij discussies
die niemand met hem voerde.
Soms leed hij onder gebeurtenissen
die nooit zouden komen.
Na jaren van worstelen
zocht hij een meester op.
"Meester," zei hij,
"hoe stop ik mijn gedachten?"
De meester glimlachte.
"Waarom zou je dat willen?"
De man keek verbaasd.
"Omdat ze mij gek maken."

De volgende ochtend
nam de meester hem mee naar een rivier.
Het water stroomde snel.
Takken dreven voorbij.
Bladeren.
Schuim.
Modder.
"Stop de rivier,"
zei de meester.
De man keek hem aan.
"Dat kan niet."
"Waarom niet?"
"Omdat een rivier nu eenmaal stroomt."
De meester knikte.
"En toch probeer je iedere dag
hetzelfde te doen met je gedachten."
De leerling werd stil.

Ze gingen zitten aan de waterkant.
Urenlang.
Zonder te spreken.
De man keek naar het water.
Aanvankelijk ergerde het hem.
Het bleef maar stromen.
Zoals zijn gedachten.
Toen gebeurde er iets vreemds.
Na verloop van tijd
keek hij niet meer naar ieder blad.
Niet naar iedere tak.
Niet naar iedere golf.
Hij zag alleen nog de rivier.
De meester keek hem aan.
"Wat zie je?"
"Water."
"En de takken?"
"Die zijn er nog."
"Waarom kijk je er niet meer naar?"
De man dacht na.
"Omdat ik weet dat ze vanzelf voorbijgaan."
De meester glimlachte.

Ze liepen verder.
Onderweg kwamen zij een markt tegen.
Mensen liepen haastig heen en weer.
Iedereen leek ergens mee bezig.
De meester wees naar de menigte.
"Zie je dat?"
"Ja."
"Dat is hoe de meeste mensen leven."
De man begreep het niet.
De meester vervolgde:
"Elke gedachte die verschijnt,
wordt onmiddellijk geloofd."
"Elke angst wordt onderzocht."
"Elke herinnering opnieuw beleefd."
"Elke fantasie gevolgd."
De leerling keek opnieuw.
Voor het eerst leek het alsof iedereen
achter zijn eigen gedachten aanrende.

Toen vroeg hij:
"Maar meester,
waarom hebben we eigenlijk zoveel gedachten?"
De meester keek naar de lucht.

"Omdat het denken een prachtig gereedschap is."

"Maar?"

"Omdat veel mensen vergeten
dat zij de gebruiker zijn."

De wind streek door de bomen.

"Een hamer is nuttig."

"Tot hij zichzelf begint te gebruiken."

De leerling moest lachen.

De zon begon langzaam onder te gaan.

Toen sprak de meester:

"De grootste vergissing
is niet dat er gedachten zijn."

"Wat is dan de vergissing?"

"Dat je denkt

dat iedere gedachte van jou is."

De leerling luisterde aandachtig.

"Veel gedachten zijn slechts echo's."

"Van gisteren."

"Van angst."

"Van verlangen."

"Van gewoonten."

"Van de wereld om je heen."

De rivier stroomde rustig verder.

Plotseling begreep de man iets.

Zijn strijd was nooit geweest
tegen de gedachten.

Zijn strijd was geweest
tegen de stroom.

En niemand wint van een rivier.

De meester keek hem aan.

"Wat doe je wanneer een blad voorbij drijft?"

"Niets."

"En wanneer een gedachte voorbij drijft?"

De man glimlachte.

Nu kende hij het antwoord.



De onbewuste mens
springt in iedere gedachte.

De bewuste mens
kijkt naar de gedachte.

En de wijze mens
laat haar voorbijdrijven.

Want de geest is als een rivier:
niet iedere golf

verdient een reis.
En niet iedere gedachte
verdient geloof. 🕊️ 🌿