

## **De Tao van de Overwinning van Angst**

In de oude wereld geloofden mensen  
dat moed het ontbreken van angst was.  
Dus bewonderden zij degenen  
die nergens bang voor leken.  
De krijgers.  
De avonturiers.  
De leiders.  
Maar zij begrepen niet  
wat moed werkelijk was.  
Toen vroeg een leerling aan de meester:  
"Hoe overwint een mens zijn angst?"  
De meester glimlachte zacht.  
"Door haar niet te bevechten."  
De leerling keek verbaasd.  
"Maar als ik mijn angst niet bestrijd,  
hoe kan ik haar dan overwinnen?"  
De meester antwoordde niet.  
Hij nam hem mee  
naar een smalle brug boven een diepe kloof.  
De leerling keek naar beneden.  
Zijn hart begon sneller te kloppen.  
Zijn benen voelden zwaar.  
"Ben je bang?" vroeg de meester.  
"Ja," antwoordde de leerling.  
"En toch sta je hier."  
De leerling werd stil.  
Daarna liepen zij verder.  
Ze kwamen bij een jonge vrouw  
die een moeilijke beslissing moest nemen.  
Zij was bang.  
Maar toch sprak zij de waarheid.  
Ze kwamen bij een man  
die een groot verlies had geleden.  
Hij was bang voor de toekomst.  
Maar toch stond hij iedere ochtend op.  
Ze kwamen bij een oude wijze  
die wist dat zijn einde naderde.  
Hij was niet zonder angst.  
Maar hij bleef met een open hart leven.  
"Wat hebben zij gemeen?" vroeg de meester.  
De leerling dacht lang na.  
Toen zei hij:  
"Zij laten zich niet tegenhouden."  
De meester glimlachte.  
De wind streek zacht door het gras.  
"Precies."

Ze gingen zitten onder een oude boom.  
"Veel mensen denken  
dat de overwinning op angst betekent  
dat de angst verdwijnt."  
Hij keek naar de horizon.  
"Maar vaak verdwijnt zij niet."  
De leerling luisterde aandachtig.  
"Wat verdwijnt er dan wel?"  
De meester glimlachte zacht.  
"De macht die zij over je heeft."  
De leerling werd stil.  
Voor het eerst zag hij het verschil.  
De angst was niet de gevangenis.  
De gehoorzaamheid aan de angst was de gevangenis.  
De avond viel langzaam.  
Toen sprak de meester:  
"De angstige mens vraagt:  
'Wat als het misgaat?'"  
Hij keek naar de sterren.  
"De moedige mens vraagt:  
'Wat als het lukt?'"  
De wind bewoog zacht door de nacht.  
"Maar de wijze mens vraagt:  
'Wat is nu de juiste stap?'"  
De leerling keek omhoog.  
"Dus moed is niet de afwezigheid van angst?"  
De meester schudde zijn hoofd.  
"Moed is handelen  
ondanks de aanwezigheid van angst."  
De sterren verschenen boven hen.  
En voor het eerst begreep de leerling:  
dat de overwinning op angst  
niet wordt behaald  
wanneer de angst verdwijnt...  
maar wanneer liefde,  
vertrouwen,  
toewijding  
of waarheid  
groter worden dan de angst.



De mens die wacht  
tot zijn angst verdwenen is,  
blijft vaak staan.  
De mens die ondanks zijn angst  
een stap zet,  
ontdekt nieuwe werelden.  
Want angst wint niet

wanneer zij aanwezig is.

Angst wint

wanneer zij bepaalt wat je doet.

En daarom begint de overwinning

op het moment

dat een mens verder loopt

terwijl de angst nog naast hem loopt. ❤️ ✨ ✨ 🕊