

12.05 Grote keuzes en besluiten

Mindfull trachten te leven brengt ons in contact met ons centrum, onze kern, ons hart. We worden ons de keuzes bewust die we als wezenlijk ervaren voor onszelf en we voelen ons misschien wel meer 'gedwongen' daaraan te beantwoorden, ook als het offers met zich meebrengt. Deze vastberaden bereidheid kunnen we paradoxaal als onze grootste vrijheid voelen. In Vaclav Havel's woorden: 'Hoop is ergens voor werken omdat het goed is, niet alleen omdat het kans van slagen heeft. [Hoop is] wel de zekerheid dat iets zinvol is, ongeacht de afloop, ongeacht het resultaat.' Die 'ware' hoop onderstreept de waardigheid van het alledaagse leven, ertoe doen, in relatie met anderen, of met hetgeen ons voeding geeft.

Bijna alle grote keuzes, hoe ingrijpend ook voor onszelf, worden niet buiten onze eigen kring zichtbaar. Bij sommige mensen (vaak, zoals Havel, politici, staatslieden of verzetsstrijders) heeft het lot bepaald dat de keuzes die ze maakten publiek werden. We citeren er een paar: mogelijk inspireren ze ons, of kunnen ze ons troosten in moeilijke tijden.

Liu Xiaobo

Nobelprijs voor Vrede 2010, statement, vanwege zijn gevangenschap in China, door anderen voorgelezen.

'Ik heb geen vijanden en ik voel geen haat. Geen van de agenten die mij volgden, arresteerden en ondervroegen, geen van de aanklagers die me aanklaagden en geen van de rechters die me veroordeelden, zijn mijn vijanden. Hoewel ik dit alles op geen enkele manier kan accepteren, heb ik respect voor uw professie en integriteit. Haat kan vreten aan de intelligentie en het geweten van een persoon. Een mentaliteit van vijandigheid vergiftigt de geest van een land. Dat is waarom ik hoop in staat te zijn mijn persoonlijke ervaringen te overstijgen en de vijandigheid van het regime tegemoet te treden met goedgezindheid, en haat onschadelijk te maken met liefde. Als het mij vergund wordt te zeggen: de gelukkigste ervaring van de afgelopen 20 jaar is de onzelfzuchtige liefde geweest die ik ontvangen heb van mijn vrouw, Liu Xia, waardoor ik vrede, openheid en helderheid in mijn hart kan houden. Er is niets misdadigs in wat ik gedaan heb. Maar als ik toch word aangeklaagd, zal ik daarover niet klagen.'

Dag Hammarskjöld

Oud-secretaris-generaal van de Verenigde Naties, die na zijn dood de Nobelprijs voor Vrede kreeg toegekend.

'Ik kan me niet herinneren hoe het gegaan is, maar op een bepaald moment heb ik "ja" gezegd tegen iemand, of iets, en vanaf dat uur wist ik dat het bestaan zin had en dat derhalve mijn leven, in zelfovergave, een doel had.'

Willem Arondeus

Verzetsstrijder, die meedeed aan de aanslag op het bevolkingsregister in Amsterdam in 1943. Een kunstenaar, altijd arm, altijd angstig en zorgelijk, vaak depressief.

Vlak voor zijn executie at hij met zijn medegevangenen een door de familie Roland Holst geleverde slagroomtaart. In zijn afscheidsbrief schreef hij: 'Ik ben zonder enige haat of bitterheid en zonder enige vrees. Het leven was goed in alles wat het mij gegeven heeft en ik ga heen met een dankbaar hart.'

Heinrich Graf von Lehndorff-Steinort

Duitse verzetsheld, nam deel aan het Complot van 20 juli 1944, waarbij een aantal Duitse officieren een mislukte aanslag pleegden op Adolf Hitler. in 1944 ter dood gebracht.

Heinrich vertoonde een vergelijkbare houding van kalme onverzettelikheden vlak voor zijn dood. Geen bitterheid maar waardigheid: het vertrouwen de juiste keuzes gemaakt te hebben.

Ook zijn vrouw, die met haar baby de gevangenis in moest, onderging dit met eenzelfde waardigheid.

Aung San Suu Kyi

Leider in de strijd voor democratie in Birma, kreeg de Nobelprijs voor Vrede.

[Overgenomen uit haar interview in het NRC, 19-03-2011]

'Ik denk dat velen van ons, vooral degenen die opgesloten zaten, zich hebben geoefend in meditatie, als een manier om te kalmeren, om controle te blijven behouden over onze geest. Het is zeer behulpzaam, en soms het enige wat je kunt doen als je geen controle hebt over de omstandigheden.'

'Het soort meditatie die ik beoefen, heet bewustzijnsmeditatie. En bewustzijn is een zeer waardevol bezit in het dagelijks leven. Als je dat ontwikkelt, dan weet je wanneer je moe zult worden, wanneer je geïrriteerd raakt, etc. Het helpt je om je te beheersen. Bewustzijn is nuttig in alle aspecten van het leven, nog los van het spirituele element. Zo hielp het om lange tijd zonder slaap, eten en drinken te kunnen.'

'Zelfopoffering betekent dat je de ander boven jezelf plaatst. Je offert jezelf op voor een idee, een land, een volk, soms voor iemand van wie je houdt. Ik hou niet zo van de term. Ik beschouw wat ik gedaan heb totaal niet als een offer, het was een keuze. Ik heb ervoor gekozen Birma niet te verlaten ook al kon ik daarmee mijn man en zoon in Londen niet meer zien. Mensen die zich opofferen voor wat ze juist achten ondanks hun angsten en zwakheden, sterken de anderen die voor dat doel gaan enorm, ook al komt er niet iets direct uit voort. Er komt altijd iets uit voort. Al die "ietsjes" vormen samen iets groots en krachtigs.'

Etty Hillesum

Schrijfster van Het verstoorde leven, Dagboek van Etty Hillesum. Hetty is in 1943 in Auschwitz gestorven.

'Mensen zeggen wel eens: "Jij maakt óók overal het beste van." Ik vind dit zo'n flauwe uitdrukking. Het is overal helemaal goed. En tegelijkertijd helemaal slecht. Die twee houden elkaar in evenwicht, overal en altijd. Ik heb nooit een gevoel dat ik ergens het beste van maken moet, alles is altijd helemaal goed zoals het is. Iedere situatie, hoe ellendig ook, is iets absoluuts en houdt het goede en slechte in zich besloten.'

Oscar Luigi Scalfaro

Italiaanse president, begin jaren 1990, in een zee van Italiaanse corruptie.

[Overgenomen uit het NRC, 30-01-2012]

In 2010, tijdens een etentje met vrienden van zijn dochter, terwijl Italië naar de economische en politieke afgrond afgleed:

'Ik wil enkel zeggen dat ik optimistisch ben.' Na een diepe stilte, vervolgde hij: 'Ik vul optimisme op deze manier in: de dingen gaan slecht, maar wat kan ik doen om er iets aan te veranderen. Als er ook maar een komma is die ik kan verplaatsen, als er ook maar enige ruimte is, dan stroop ik mijn mouwen op, en dat is de essentie van mijn optimisme.'