

Leven in onzekere tijden

Een aantal gebeurtenissen in de afgelopen weken hebben weer eens aangetoond hoe kwetsbaar onze maatschappij is, in ieder geval hoe we de maatschappij georganiseerd hebben. Albert Heijn, door een hack van hun computersystemen, had grote moeite met het bevoorraden van de winkels, en een lek in een programmeertaal heeft ervoor gezorgd dat wereldwijd heel wat websites offline gingen, waaronder ook onze eigen website. En dat zijn natuurlijk niet de enige gebeurtenissen die de kwetsbaarheid van onze maatschappij aantonen. Er is de klimaatdreiging, de oorlogsdreiging waar we ons op moeten voorbereiden. Het geeft ieder een gevoel van onveiligheid, van kwetsbaarheid. Het geeft een gevoel van onrust, misschien van zorg.

Toch, als je het historisch gaat bekijken, is het niet ongewoon; menselijke maatschappijen zijn altijd kwetsbaar geweest. Het is niet voor niets dat in de middeleeuwen elke stad ommuurt was om de bevolking te beschermen tegen de dreigingen die er voortdurend waren van buiten. Ziektes waarde rond, denk maar aan de pest waar een groot deel van de Europese bevolking aan gestorven is. En ook zijn menig culturen en rijken ten onder gegaan door lokale klimaatveranderingen. Eigenlijk is er niets nieuws onder de zon. Alleen, we hebben in de laatste tijd, in de decennia na de tweede wereldoorlog, geleefd met het idee dat onze technologische en economische vooruitgang al die kwetsbaarheden en onzekerheden zouden kunnen neutraliseren. En misschien is het bijzondere aan deze tijd dat we uit deze droom worden wakker geschud.

Een basisaspect van de boeddhistische leer is dat alles onbestendig is, alles veranderlijk. Dus waar is die zekerheid waar we op kunnen bouwen, waar we aan kunnen vasthouden? En ook in ons eigen leven zijn we niet onbekend met de onzekerheid van het bestaan, de kwetsbaarheid van het leven. Vandaag gezond, morgen een knobbeltje en de dag daarna zit je in een behandeltraject en ben je patiënt. Of na vele jaren word je baan opgezegd omdat AI het overneemt. Of je relatie gaat zuur, een scheiding volgt. Misschien kom je op straat terecht. Het kan allemaal gebeuren.

De mens moet leren om te gaan met die onzekerheid van het bestaan. En dat kunnen we want er is een weg – en boeddhisme is daar één van – om een zekerheid te vinden, een rots in de woelige zee. En die rots is niet de grote baan, het mooie huis, het geld op de bank, onze blakende gezondheid, maar dat in onszelf dat ten alle tijden in rust is en in vrede, als het ware die spiegel waarin al het veranderlijke komt en gaat. Het is dat waar we nu uitdrukking aan geven in het stil en rechtop zitten, temidden van alles wat gaande is in ons eigen leven en in de wereld. Het is durven te verzachten en te ontspannen. Vriendelijk te worden terwijl je leven misschien moeilijk is of de omstandigheden moeilijk zijn. Daarin te oefenen. Niet alleen tijdens het zitten, maar ook in het dagelijks leven. Het leven zit vol momenten waarop je even kan zitten en zijn, ontspannen, de geest tot rust laten komen om dan als het ware intuïtief te horen in jezelf wat goed is om te doen. En dat is de kracht die wij als mensen hebben. We hoeven niet meegesleurd te worden en meegevoerd te worden met de golven van onrust, van onzekerheid.

We kunnen in dit alles zitten met een innerlijke stabiliteit, met een innerlijke rust en zien hoe we zo goed mogelijk kunnen handelen in de gegeven omstandigheden. We kunnen dit individueel, we kunnen dit collectief. Dus laten we zitten, verzachten en ontspannen, laat alle onrust even los. Vind die stabiliteit en die kracht in jezelf. Het zal je helpen in deze onzekere tijden.

* * * * *

*Eerw. Baldwin Schreurs
Zondag 25 oktober 2026*