

# Artikel over ver-draag-saam-heid

**Dit artikel is mei 2010 geschreven door Fredy Blom. Zij heeft daarbij gebruik gemaakt van ontwikkelingspoort 53 en de lezing van Marieke de Vrij op 25 oktober 1995 in Amitabha.**

## **Ver-draag-saamheid, een ontmoeting van mens tot mens**

*Liefde verdraagt wezenlijke verschillen.*

Wanneer we tegenwoordig in de media het begrip verdraagzaamheid tegenkomen, staat dat bijna altijd in verband met tolerantie op het terrein van de multiculturele problematiek. Er zijn vele oproepen tot ontmoeting: festivals worden georganiseerd, evenals dialogen, concerten en feesten en zelfs kun je uit de kleren voor verdraagzaamheid. Door de Algemene Vergadering van de Verenigde Naties is de dag van de verdraagzaamheid in het leven geroepen (16 november). Prima initiatieven vanuit even zo vele goede bedoelingen. Maar wat vaak niet doorklinkt is het punt dat verdraagzaamheid begint bij jezelf, dat het zelfs onmogelijk is verdraagzaam te zijn in de samenleving als we onszelf niet eens kunnen verdragen. (Andersom is het misschien ook zo. De schrijver W.F. Hermans zei: 'Als iedereen verdraagzaam is, hoeft er in feite ook niets meer verdragen te worden'.) Marieke de Vrij benadrukt in lezingen de tweezijdigheid van verdraagzaamheid op een andere manier dan gebruikelijk. Het is niet de een die de ander verdraagt of andersom, nee, eerst komt het persoonlijke proces en als dat doorleefd is, zullen anderen daar vanzelfsprekend van profiteren. Dit leerproces, daar gaat het over in dit artikel. Het doel ligt dus niet buiten ons, het doel is zelfs inherent aan het eigen proces. Wat is de basis van verdraagzaamheid, wat houdt ons ervan af, wat werkt bevorderend en wat is het meest wezenlijke ervan. Dat zijn vragen die opkomen. Dat de uitkomst per saldo liefde is, liefde die de wezenlijke verschillen tussen mensen verdraagt, daar mogen 52 weken per jaar aan gewijd worden!

## **De basis van ver-draag-saamheid**

We kunnen beginnen, net als Marieke, om het woord verdraagzaamheid eens anders te schrijven: ver-draag-saamheid. Samen ver-dragen, waarbij het voorvoegsel 'ver' nadruk verleent aan het dragen en het achtervoegsel 'heid' het woord een zelfstandig bestaan geeft. Dit gaat niet om een handeling vanuit onszelf gericht op de ander, zoals verdraagzaamheid - zeker in de christelijke traditie - vaak wordt uitgelegd. Die uitleg is inherent aan het wegcijferen van jezelf en staat gelijk aan toegeeflijkheid; eenrichtingsverkeer dus. Slechts op basis van zelfrespect en de acceptatie van de grote

verschillen tussen mensen komt verdraagzaamheid tot ontwikkeling. Overgave aan de ander zonder onszelf te verliezen begint met een open, lerende levenshouding. Als we ons ongelukkig voelen in onszelf, misschien te hoge verwachtingen hebben of onszelf te veel hebben weggeschonken, dan zullen we vaak onbewust verwachten dat de ander ons tekort aanvult en als dat niet gebeurt, treden er spanningen op. Hierdoor worden beide partijen aangetast in hun persoonlijkheid met alle gevolgen van dien. Daarentegen, wanneer we het wezenlijk goed hebben met onszelf, ontstaat er van nature meer ruimte voor anderen en meer begrip voor andermans belevingswereld. Deze opbouwende houding bevestigt de kwaliteiten van de ander en sterkt hem of haar om met meer kracht zijn innerlijke ontwikkeling aan te gaan. Als we vertrouwen hebben in de aard van de eigen ontwikkeling, zullen we ook meer vertrouwen hebben in de aard van ontwikkeling van anderen, ieder op zijn eigen specifieke wijze. Dit is een belangrijk uitgangspunt.

### **Wat ons ervan afhoudt**

Laten we wel zijn, we denken vaak de belevingswereld van anderen te kennen en te weten wat goed is voor een ander. In het denken over anderen willen we hen in gedachte of in werkelijkheid vormen zoals ons het beste uitkomt, want dan komen wij zelf indirect beter tot ons recht. Als vanuit onze hoge verwachtingen naar anderen toe een verwachting ontstaat daar waar bij ons sprake is van een tekort, dan kan er geen uitwisseling ontstaan, want dat is nu juist datgene waar we zelf (nog) niet aan toegekomen zijn. Wanneer we niet bij machte zijn goed voor onszelf te zorgen, hopen we dat anderen dat doen. Dat is dus een onmogelijke vraag.

Wat ook kan spelen is dat uiterlijke regels te serieus genomen worden en te consequent nagevolgd, waardoor het des te moeilijker wordt verdraagzaam te zijn wanneer het gaat om overtredingen door anderen, voor wie deze regels innerlijk niet wezenlijk passen of diegenen niet tot hun recht laten komen. Dit levert gegarandeerd spanningen op. Neem daarbij nog het feit, dat niemand van ons geheel onbeschadigd zijn jeugd is doorgelopen, dat onze ouders door ons bevestigd wilden worden in het ouderschap zoals zij dat zagen - en dat was meestal niet zoals wij het zelf beleefden - en hoe moeilijk het dan is om in onbevanging een open contact met de buitenwereld te onderhouden. We raken door dit alles snel geagiteerd, het is een negatieve spiraal van liefde. Er wordt steeds meer gelet op de dingen die niet goed gaan dan op de positieve dingen die bewerkstelligd worden.

Een ander moeilijk punt is dat als we bewust kiezen voor ontwikkeling, onze verantwoordelijkheid groeit. Dit kan ons doen terugschrikken.

En een laatste struikelblok: het is niet eenvoudig authentiek gedrag te laten zien, daar waar anderen zichzelf ontkennen, omdat je hen zonder opzet een spiegel voorhoudt, waar men liever niet in kijkt.

### **Wat bevorderend werkt**

Elke keer wanneer we een ander bevestigen in zijn kwaliteiten – kwaliteiten waar we dan ook werkelijk in dienen te geloven – zal hij zich gesterkt weten en met meer kracht zijn ontwikkeling aangaan. Dit fenomeen versterkt zichzelf en beïnvloedt het 'samen dragen' in positieve zin. Delen van dat wat ons onderling bezighoudt en raakt, lokt uitwisseling uit op basis van gelijkwaardigheid. Mocht die belangstelling er onverhoopt niet zijn, dan is delen weinig zinvol. Jezelf blootgeven aan mensen die niet begaan zijn met je, getuigt niet van respect voor jezelf; in dat geval geef je jezelf uit handen.

Als we zien dat een ander zichzelf door zijn eigen gedragingen benadeelt - en we signaleren dit met respect voor zijn eigen tempo van ontwikkeling - zal onze reactie mild zijn en zijn persoonlijkheid intact laten. Het is goed weer eens te beseffen wat bijvoorbeeld geroddel uit onverdraagzaamheid energetisch teweegbrengt bij het object ervan, zeker als deze persoon niet sterk in zijn schoenen staat. Diegene kan er zelfs ziek van worden.

Het kan niet genoeg benadrukt worden: het meest bevorderlijke voor vanzelfsprekende verdraagzaamheid is de eigen ontwikkeling serieus nemen en geloven in eigen en andermans kracht.

### **Het meest wezenlijke**

Innerlijke rust is de vrucht van gestaag werken aan de eigen ontwikkeling. Wanneer we zelf van binnen stil zijn, zijn we wezenlijk in staat om ook om ons heen te kijken, anderen waar te nemen in hun handelingen en daar vrede mee te hebben. Die vrede maakt deel uit van ons eigen wezen en breidt zich van daaruit uit. Dat is liefde en de positieve spiraal van liefde is dat we weten dat we allemaal op zoek zijn naar verbeterde omstandigheden, omdat we ten diepste weten wat de volle maat van liefde is. Dat houdt het verlangen gaande. Een continue basis zal liefde op deze polaire aarde niet krijgen - alle groei zou stoppen als de tegenstellingen zouden wegvallen - maar we kunnen elkaar bemoedigen en steunen in het weten dat het voor iedereen zwaar is dat we het geheel niet kunnen doorgronden. Dat is het samen in liefde dragen van ons mensenlot.

### **Conclusie**

F.W.Hermans had met zijn woorden niet helemaal gelijk: het ver-dragen blijft. Maar de last zal een stuk minder zijn als we ons vanuit onszelf op een opbouwende manier verbinden met anderen op de gezamenlijke ontwikkelingsweg. De oprechtheid van ons

handelen zal herkend en nagevolgd worden en zo ontstaat wederkerigheid. Meer hoeven we niet te doen.

**'Alleen als je vrij bent in jezelf, kan ik je ontmoeten van hart tot hart, van huid tot huid, van mens tot mens'**, staat in een van Marieke's gedichten, waarmee zij een grote maat van verdraagzaamheid aangeeft. Dit alles is geen theorie. Zuiver aanvoelen van wat er is en dat schenken, dat ligt binnen onze mogelijkheden. En iedereen zal er wel bij varen.

*Dit artikel is gebaseerd op de lezing, gegeven door Marieke de Vrij op 25 oktober 1995 en op ontwikkelingspoort 53. Het artikel is samengesteld door Fredy Blom, mei 2010. Dit artikel is te downloaden op de website van de Stichting: [www.devrijemare.nl](http://www.devrijemare.nl)*