

Als ik met schoonheid wandel

Schoonheid is de kern van ieders ziel, afkomstig uit Grote Geest, God, de Kosmos, de Bron, het Al. Wij zijn geschapen naar het evenbeeld van Goden, ons is schoonheid en heilige vuur geschonken. Dat vuur en die schittering zichtbaar laten worden, in die schoonheid gaan staan en handelen, dat is de ware zin van Wandel met Schoonheid. Het gaat erom alles uit jouw leven te halen, je mooiste kant de wereld laten zien, de hoogste idealen met je leven vorm te geven.... iedere dag.

De aanmoediging 'Wandel met Schoonheid' is afkomstig van de Navajo indianen. Ze leven in het grootste reservaat in de Verenigde Staten dat een oppervlakte heeft van 75.000 km², waar 250.000 Navajo- en zo'n 10.000 Hopi-indianen wonen die hun oude tradities in stand proberen te houden. Overigens heeft men doorgaans reservaten voor planten en dieren. In de VS zijn ze ook bestemd voor de oorspronkelijk bewoners van Amerika. Maar daar gaat dit artikel niet over. Het gaat over wat wordt bedoeld met dit ene zinnetje, waar tenminste één volk op aarde zich al eeuwenlang van bewust is:

As I Walk with Beauty
As I Walk with Beauty
As I walk, as I walk
The universe is walking with me
In beauty it walks before me
In beauty it walks behind me
In beauty it walks below me
In beauty it walks above me
Beauty is on every side
As I walk, I walk with Beauty.
Traditional Navajo Prayer

Gehechtheid

Wandelen met Schoonheid is ons levenspad lopen op een vreugdevolle, gelukkige en prachtige manier. Het is iedere stap op een manier zetten dat alles om je heen oplicht, dat iedereen erdoor wordt aangestoken, dat moederaarde zich verheugt over jouw wandeling met schoonheid, die gelijk een dans is op het ritme van je hart en dus op het ritme van haar. En waarom zien we dit niet om ons heen? Waarom dansen wij niet en brengen schoonheid tot uitdrukking in alles wat we doen? Waarom laten we ons leven te vaak bepalen door onze gehechtheid, door ons oordeel en door ons lijden? Als we dit zouden loslaten, als we werkelijk ons best zouden doen, iedere dag opnieuw, om deze ballast van ons af te werpen, dan is het mogelijk je voor te stellen dat wandelen met schoonheid mogelijk is. En door te wandelen met schoonheid verbinden we ons met twee van groot belang zijnde zaken, namelijk met jezelf en met moederaarde. Wat onszelf betreft houdt een aantal zaken ons af om schoonheid te zien en ernaar te handelen. Het gaat veelal om zoals hierboven al is genoemd gehechtheid, oordelen en lijden. Wij willen vaak vasthouden waarvan we denken dat het ons toebehoort. En dat kan van alles zijn: carrière, geld, bezittingen, meedoen met je omgeving, een romantische liefde, pijn, ziekten, familie. De lijst is eindeloos. De indianenvolkeren kennen een ceremonie die ze ieder jaar uitvoeren en die 'a give away' wordt genoemd. Tijdens deze ceremonie geef je dat aan de ander waarvan je denkt dat hij of zij het beter kan gebruiken of omdat je de ander daarmee wilt eren. Dit gebruik is ontleend aan het idee dat niets jou eigendom is, maar dat je alles in bruikleen hebt. Door deze ceremonie werden de mensen er steeds aan herinnert dat geven een grotere voldoening geeft dan

nemen. Het is overigens niet de bedoeling dat iets wordt weggegeven wat je niet meer nodig hebt.

Wandelen met schoonheid is in contact zijn met het universum en met moederaarde. Het is in contact zijn met je puurheid, met je vuur en met je schoonheid. En wat dat laatste betreft is oordelen een ander obstakel om deze schoonheid te kunnen ervaren en ernaar te handelen. En niet zozeer het oordeel dat je over een ander hebt, maar het oordeel dat je over jezelf hebt. Hier steek je onnoemelijk veel tijd en energie in. Jezelf negatief veroordelen leidt tot pijn en lijden en houdt je weg van schoonheid. Pijn is in dit leven niet te vermijden, lijden daarentegen is optioneel. Als je je oordelen kunt loslaten en beseffen dat het om NU, dit moment gaat, dan kun je met schoonheid leven. Lijden houdt je gevangen in de verleden tijd, of als je het lijden vreest wat komen gaat, gevangen in de toekomst en dat is een verspilling van kostbaar leven. In die zin is lijden optioneel, want je kunt er voor kiezen, iedere dag weer, om niet een gevangene te zijn, maar te wandelen met schoonheid. Hier en nu met alle aandacht wandelen, in plaats van wat gedachteloos rond te stappen. Als je dat een dag lukt, dan zul je zien dat de wereld er anders uit ziet. Je zult de lach op het gezicht van een kind zien, de wind horen die bladeren laat wervelen, de zon voelen die warm op je gezicht schijnt of de sneeuw zien schitteren in het licht van grootmoeder maan.

Moederaarde

Als je met schoonheid wandelt ga je beseffen dat je op een bewust levend wezen, namelijk moederaarde, wandelt. Zij is een niet te onderschatten grootheid en groter dan wat ook. Moederaarde is zich ieder dag van ons bewust. Als wij ons ieder dag bewust zijn van haar, zullen we veranderen omdat we onszelf in harmonie brengen met haar ritme. Vaak krijg ik de vraag gesteld hoe je spiritualiteit in je dagelijks leven kunt toelaten of brengen. Een van de manieren is je bewust te zijn van moederaarde, is je bewust te zijn van de stappen die op haar zet en *hoe* je dat doet. Als je inziet dat moederaarde je alles geeft wat je nodig hebt: voedsel, kleding en onderdak en dat ze in staat is ons te vergeven voor wat wij haar als mensheid aandoen, dan past alleen eerbied. Spiritualiteit in ons leven toelaten is in staat zijn te geven en te vergeven. Als je kunt vergeven, zelf diegene die ons iets verschrikkelijks heeft aangedaan, verbind je je met schoonheid en liefde. Als je in staat bent te geven, als je in staat bent iedere dag iets goeds te doen voor je medemens of je omgeving, zal schoonheid zich voor je ogen ontfouwen. Dan is wandelen met schoonheid geen opgave, maar wordt het een passie en zal je in staat zijn op een passievolle manier te leven. Je zult merken dat wandelen met schoonheid een dans is en je als vanzelf gaat wandelen op het natuurlijke ritme van ons hart. En wandelen op het ritme van je hart brengt je in harmonie met haar. Op die manier bouw je aan een basis die je ondersteunt in je leven, in spiritualiteit, in helderheid, in liefde. Als je basis alleen bestaat uit je intellect, heb je een moeilijke reis. Als je in ritme met moederaarde wandelt, wordt iedere stap die je zet door haar ondersteunt. Die verbinding, die steun dienen we te eren. Die uitwisseling van energie tussen ons en moederaarde moeten we eren en koesteren, iedere dag weer. Als je je dans op moederaarde in je dagelijks bewustzijn brengt, ga je vanzelf met schoonheid wandelen en zal het universum met jou wandelen, zal het met schoonheid voor je wandelen, zal het met schoonheid achter je wandelen, zal het met schoonheid onder je wandelen, zal het met schoonheid boven je wandelen, zal schoonheid aan iedere zijde van je zijn.

Het is mijn wens dat je alle dagen met schoonheid mag wandelen.

Jos Kester
www.spiritcompany.org

Met dank aan Black Bear voor zijn inspirerende woorden.

