

## Ken Uzelve

door Bert Zijlstra

*De uitspraak 'Ken Uzelve' stond in het oude Griekenland in Delphi op de tempel van Apollo. De oproep verwijst naar de onsterfelijke kern van zuiverheid en gelukzaligheidsbewustzijn die het diepste wezen, het Zelf is van ieder mens. De meeste mensen weten dit niet, laat staan dat ze het Zelf uit eigen ervaring kennen. Vandaar dat het 'jezelf kennen' gewoonlijk wordt geïnterpreteerd als een kennen van het eigen kunnen en functioneren. Als dit eerlijk wordt gedaan is dat een knappe prestatie en kan het een belangrijke stap zijn in de goede richting.*

### Kwaliteiten

Beroepsmatig presenteren we onszelf met onze CV, waarin we onze kwaliteiten op een voor ons zo gunstig mogelijke manier naar voren brengen. We noemen de vaardigheden die we door gevolgde opleidingen hebben verworven en verstrekken informatie over hoe wij menen als mens in de omgang met anderen te functioneren.



*Gevelsteen uit een Amsterdams pand, Nosce te ipsum (Ken u zelt), anno 1615. Eigenaar van de steen is Greet Hesse.*

Stilzwijgend wordt er van uitgegaan dat de informatie die zo wordt verstrekt betrouwbaar is en een goed beeld geeft van wie we zijn. En dat we eerlijk zijn over wat we over onszelf laten weten. Maar juist daar wringt de schoen, want hoe eerlijk zijn we? Hoe eerlijk kunnen we zijn, want hoe goed kennen we onszelf? En ook al denken we dat goed te weten, wat zeggen we wel en wat houden we liever voor onszelf? Hoe gaan we bijvoorbeeld om met kritiek? En zelfkritiek? Zijn we in staat eerlijk naar onszelf te kijken? Of is het zo dat we tekortkomingen in ons gedrag en vergissingen die gemaakt worden liever niet onder ogen zien en deze goedpraten? Of nog erger, komt het allemaal door iemand anders?

### Normen en waarden

Regelmatig zijn er op de tv discussies over normen en waarden. De laatste tijd is men daarbij iets specifiek en heeft men het over 'Nederlandse' normen en waarden. Dit, om onderscheid te maken tussen die van ons en die van vluchtelingen, die verdreven van huis en haard hun ethisch normbesef mee naar ons land hebben genomen. Gedrag dat bij een vluchteling doorgaat voor normaal is dat niet noodzakelijkerwijs ook voor de Nederlander. Niemand die dat vreemd vindt, want in een andere cultuur met een andere religie lijkt het vanzelfsprekend dat de mensen daar andere gedragsnormen opgelegd krijgen. De problemen ontstaan doordat de maatschappij waar men in leeft de gedragsnormen bepaalt en deze aan haar burgers oplegt. Tenminste, dat is wat men probeert. Men zoekt naar mogelijk-

heden dat beter te doen, zodat het gedrag van alle inwoners meer conform heersende normen en waarden wordt. Zo doet men dat en zo heeft men dat altijd gedaan. Maar dergelijke pogingen zijn bij voorbaat gedoemd te mislukken omdat juist gedrag niet op te leggen of af te dwingen is.



### Een open vizier

De bron van goed gedrag is het transcendente. Door regelmatig een duik in deze bron te nemen, worden universele goede gedragseigenschappen in steeds sterkere mate geabsorbeerd. Van binnen uit ontstaat zo goed gedrag. Daarbij doet het er niet meer toe tot welke samenleving men behoort of oorspronkelijk behoorde. Door het absorberen van de kwaliteiten van het absolute worden respect voor het leven, tolerantie en eerlijkheid steeds vanzelfsprekender. Met een open vizier wordt de wereld tegemoet getreden waarvan men een onlosmakelijk onderdeel is. Ook kijkt men eerlijker naar binnen, naar de eigen zwakheden. Het is een belangrijke stap die te kennen en ze recht tegemoet te treden. Daarna kan men op het slagveld van het leven ten strijde trekken tegen de innerlijke demonen. Gevoed door kennis en de steun van moeder natuur kunnen die verslagen worden. Zo, door eerlijk te zijn, naar buiten en naar binnen hervindt men zijn eigen innerlijke Zelf.