

## Commentaar van Pir Zia bij koperen regel 1 (vertaald)

Bron originele tekst (Engelstalig): <http://www.sufiorder.org/CopperRules1.html>

Vertaling/illustratie: Alexandra de Groot.



### Koperen regel 1

*Mijn nauwgezet zelf, beschouw je verantwoordelijkheid als heilig.*

Elke koperen regel begint ermee dat de lezer zichzelf toespreekt. Want de regel komt niet van een externe autoriteitsfiguur, maar vanuit jouw eigen geweten, dat tegen zichzelf spreekt en dat zichzelf opnieuw committeert aan de principes waarvan je weet dat zij jouw eigen doel zijn.

Dus we zeggen: ‘Mijn nauwgezet zelf, beschouw je verantwoordelijkheid als heilig.’

De twee belangrijkste woorden in deze zin zijn: verantwoordelijkheid en heilig. *Responsibility*, het Engelse woord voor verantwoordelijkheid, komt van een Latijnse stam, die betekent ‘opnieuw beloven’. ‘Re’ is opnieuw’ en ‘spondare’ is beloven. *Responsibility* komt dus van *to respond* (verwant met het Nederlandse ‘respons geven’). En *to respond*, respons geven, betekent dus in feite: opnieuw beloven.

Als we nadenken over dit ‘opnieuw beloven’, dan is dit een herinnering aan een esoterische lering die te vinden is in de Qur’an Sarif, die aangeeft dat er een Oerdag was, voorafgaand aan de start van onze aardse levens, toen de ziel van elk menselijk wezen in de Goddelijke Aanwezigheid werd geroepen. Opgeroepen uit de lendenen van Adam, zogezegd, nog vóór het bestaan zijn aanvang vond. En er werd een vraag gesteld. En de vraag was: ‘Alastu bi rabbikum?’ ‘Ben ik niet jouw rabb?’

De manier waarop we het woord ‘rabb’ meestal vertalen is als ‘Heer’. Daar is iets voor te zeggen. Maar vaak is het zo dat we, als we denken aan ‘Heer’, denken aan een feodale dictator. En dat terwijl het woord ‘rabb’ nog vele andere betekenissen heeft. Het woord ‘rabb’ is verbonden met ‘tarbiya’, hetgeen betekent: het telen van kruiden, vruchten en groenten, en ook het scholen van en zorg geven aan kinderen. Het betekent dus: opvoeden, beschermen, geven om. Het betekent: iemand of iets in staat stellen zijn volste potentieel te bereiken. Dát is de betekenis van ‘tarbiya’. En dus is ‘rabb’ degene die wie we met de volgende woorden uit het gebed Saum kunnen aanspreken: ‘Almachtig Schepper, Onderhouder, Rechter en Vergever van onze tekortkomingen.

Op hetzelfde moment dat wij geschapen werden, dat onze schepping werd voorgesteld, riep de bron van schepping ons tot zich en stelde hij ons deze uitdagende vraag: ‘Ben ik niet jouw rabb?’, waarin het woord ‘rabb’ zowel beschermer en leraar betekent, maar ook – en even belangrijk – archetype.

De relatie tot een rabb is als de relatie tussen een specifiek voorbeeld en een archetype. Zo spreekt Shahabuddin Suhrawardi bijvoorbeeld van bepaalde typen engelen als rabb an-nau‘, hetgeen zoiets betekent als ‘heer van de soort’ of ‘archetype van de soort’. Zo is er bijvoorbeeld voor de diersoort paard een engel die de optelsom van deze gehele soort is. Dit ene wezen is ‘paardschap’ of ‘paardheid’, zou je kunnen zeggen, het kosmische paard. Dit is het archetype van alle paarden, en alle paarden leven en bewegen binnen dit wezen. Zo is er ook een archetype voor mensheid. En het ultieme archetype is het archetype van archetypen, van mensheid zowel als van alle andere soorten. Dit is het Goddelijk Wezen. Dit is het eeuwige wezen van wie ons tijdelijk bestaan een voorbeeld, een illustratie is.

Dus meteen op het moment dat we ook maar enig autonoom, individueel bestaan hebben, op het moment dat individualiteit een mogelijkheid wordt, worden wij gevraagd: ‘Voor wie besta je? Als deel van wie? Wie is jouw matrijs, gietvorm?’ En de zielen worden bevangen door de kracht van deze vraag. De vraag is ontredderend. Het is een oermoment van intense kracht: van de ruwe, naakte confrontatie tussen Schepper en schepsel, en van de bepaling van de relatie tussen de twee. Niets kan meer basaal en eenvoudig zijn dan dat.

Het is een eenvoudige vraag om te stellen, en het antwoord is even eenvoudig. Het antwoord is ‘bala’: ‘Ja.’ En dit ‘ja’ is de drijvende kracht, de kracht die het schepsel, de ziel, het bestaan in katapulteert. Tot dan was de ziel een mogelijkheid. En door deze mogelijkheid met een Ja’ te bevestigen, wordt de ziel voortgestuwd door de rijken der natuur – door de minerale, plantaardige, dierlijke en menselijke conditie. En na omzwervingen door de wisselvalligheden van de geschiedenis mondt het leven van de ziel uiteindelijk uit in deze huidige incarnatie.

Dit is wat ons hier heeft gebracht. En nu is het de uitdaging voor ons om ons dit ‘Ja’ te herinneren, en om het te herbevestigen – dit oorspronkelijke leidsmotief achter al onze gedragingen. Alles is bepaald door dit beslissende ‘Ja’. Iedere stap vooruit zal genomen moeten worden in het bewustzijn van deze ‘Oer-ja’.

Verantwoordelijkheid, *responsibility*: re sponsdere, opnieuw beloven, jezelf opnieuw committeren. Dat is dus de herinnering en herbevestiging van deze ‘Oer-ja’. En als wij tot onszelf zeggen ‘Beschouw je verantwoordelijkheid als heilig’, dan betekent dit ten eerste en vooral ‘Beschouw deze herbevestiging van het oorspronkelijke ‘Ja’ als je ultieme doel, je heilige en meest nodige taak.’

Daarnaast is er een tweede overweging te maken over verantwoordelijkheid. En dat is dat in het Latijn verantwoordelijkheid betekent: opnieuw beloven. En in het Sanskriet is verantwoordelijkheid: dharma. Dharma is verantwoordelijkheid en dharma is onze niche, dat specifieke wat wij te doen hebben.

Denk bijvoorbeeld aan het menselijke lichaam. Elke cel bevat het DNA van het gehele lichaam. Maar het DNA wordt via het RNA vertaald naar acties op een manier die specifiek is voor die ene, individuele cel. Elke cel heeft zijn eigen, onderscheiden handelingen en werking – gericht op het specifieke doel van die ene cel. Je zou kunnen zeggen dat de erkenning van het Goddelijke Wezen als ons archetype te maken heeft met het erkennen van de totaliteit van onze genetisch opbouw in elke cel van ons lichaam.

Maar de andere kant van dharma is de erkenning dat wij een rol te spelen hebben in het web des levens, en dat we – vanwege onze situatie, vanwege onze specifieke plaats in dat levensweb, een specifieke verantwoordelijkheid hebben die niemand anders kan invullen. Deze verantwoordelijkheid is anders dan die van ieder ander. Dit betekent ook dat wij niet alles voor iedereen hoeven te zijn. Het betekent dat we één specifieke plicht hebben. En dat onze voldoende ligt in het trouw en oprecht vervullen van deze specifieke plicht. Hoe vaak hebben wij echter niet de indruk dat de plicht van iemands anders veel interessanter is dan deze onze? Dat de plicht van een ander veel meer prestige heeft of (schijnbaar) betekenisvoller is? Dit leidt ons af van het werk dat ons in onze eigen handen is gegeven – omdat dat werk ons dan onbelangrijk toeschijnt.

Het principe dat ons door Krishna in de Bhagavad Gita wordt geleerd, is dat iemands eigen plicht heilig is; niet iemand anders' plicht. In feite heeft Heer Krishna gezegd dat het imperfect doen van je eigen plicht beter is dan het perfect doen van iemand anders' plicht. Wat we nodig hebben, is dus verantwoordelijkheid: weten waar onze verantwoordelijkheid ligt. 'Wat zijn mijn plichten in het leven? Welke eisen stelt het leven aan mij?' Die eisen verschillen van de eisen die het leven aan ieder ander stelt! Begrijp jouw verantwoordelijkheidsgebied. Zie in dat niets méér heilig is dan het oprecht, authentiek respons geven aan jouw verantwoordelijkheid; vanuit de geest van dat verantwoordelijkheidsgebied. Hoe klein dat gebied ook mag zijn, hoe ondergeschikt de taak ook mag lijken – dáár is waar jouw respons op de Goddelijke vraag berust.

**Commentaar van Pir Zia bij koperen regel 2 (vertaald)**

Bron originele tekst (Engelstalig): <http://www.sufiorder.org/CopperRules2.html>

Vertaling/illustratie: Alexandra de Groot.



### **Koperen regel 2**

*Mijn nauwgezet zelf, wees beleefd tegen eenieder.*

Onze koperen regel van vandaag is erg eenvoudig, namelijk: ‘Mijn nauwgezet zelf, wees beleefd tegen eenieder’. Dat brengt bij mij een uitspraak in herinnering van een erg vroege Soefi, waarschijnlijk uit de 9e eeuw, Abu Hafs al-Haddad uit Nishapur, die door Hujwiri in zijn *Kashf alMahjub* is geciteerd. Hij zegt: ‘At-tasawwuf kullahu adab.’ Oftewel: Soefisme, *at-tasawwuf*, is geheel *adab*, bestaat volledig uit mooie manieren.

En hij gaat verder en zegt: ‘Soefisme bestaat volledig uit mooie manieren. Elke tijd, plaats en omstandigheid heeft zijn eigen fatsoen. Hij die opmerkt wat gepast is in elke gelegenheid, bereikt de rang der heiligen.’

Dit is een interessante uitspraak die veel van onze ideeën ontwortelt over wat een spiritueel pad wezenlijk betekent. De nadruk ligt hier niet op occulte verworvenheden of zelfs op vroomheid, op precisie in ritueel of op doctrine. De nadruk ligt op manieren: gedragwijze in relaties, de relatie met anderen, het vermogen om met een situatie te harmoniseren.

En dus is voor Abu Hafs Haddad de weg van spirituele verworvenheid niets meer of minder dan beleefdheid. En beleefdheid, zegt hij, is situatiegebonden. Dat betekent dat men attent en afgestemd moet zijn op de context, op de betrokken personen, op wat juist is op dat moment. En natuurlijk is dat niet een formalistisch manier van doen. Het is niet een etiquette die op een formele manier geleerd kan worden. Het is een etiquette die voortvloeit uit een kwaliteit van verfijnde aandacht.

Ieder van ons streeft, bewust of onbewust, naar deze verfijning van manieren. Maar ondanks dat wij onszelf het ideaal van beleefdheid voorhouden, ervaren wij dat er momenten zijn waarop we minder beleefd zijn dan we zouden willen. Dat is dan meestal op die momenten waarop je je overbelast voelt. Dat kan zijn doordat je wordt overladen met verantwoordelijkheid, met werk, of met een of andere opdracht die je wordt opgelegd terwijl je aanvoelt dat die jouw vermogen te boven gaat. Dat is het moment waarop je prikkelbaar wordt. Dat geldt ook als je geen tijd hebt, haast hebt en in een stroomversnelling zit. Ook daar lijdt de beleefdheid onder. En ten slotte ook als je oververmoeid en uitgeput bent. Dit zijn momenten waarop het bijna onvermijdelijk is dat jouw kwaliteit van etiquette zal worden aangetast.

De uitspraak ‘wees beleefd tegen eenieder’ gebiedt ons niet alleen dat we ons beleefd moeten gedragen. Wat nodig is, is dat we in ons eigen leven de voorwaarden creëren waaronder beleefdheid zich natuurlijk kan manifesteren. Als we voortdurend gehaast zijn, als wij ons voortdurend zorgen maken over de tijd, als we innerlijk gespannen zijn over een situatie, dan zullen we geneigd zijn tot een gebrek aan etiquette.

Het is niet alleen een kwestie van, laten we zeggen, getraind zijn om het verschil te kennen tussen een verfijnde manier van doen en een niet verfijnde manier. Het is ook: in staat staan zijn naar jouw eigen ideaal te leven omdat je een ritme van leven hebt vastgesteld dat het jou mogelijk maakt dat te doen. Wat overigens niet wil zeggen dat er geen verrassingen meer zullen zijn, of onverwachte uitdagingen en calamiteiten.

Maar als je in staat bent een levensritme aan te houden dat natuurlijk is, en doordrongen van gemoedsrust, dan houdt die gemoedsrust zelfs stand in ongewone situaties. Als daarentegen je ritme van leven in de war is, dan zal de innerlijke angst aanhouden, zelfs op momenten van uiterlijke rust, wanneer je vrij bent van verantwoordelijkheid. Dus de essentie van beleefdheid komt echt voort uit een staat van gemoedsrust, van innerlijke vrede.

Dit kun je opmerken op momenten dat je uit die evenwichtige, gecentreerde toestand bent. Dan weet je dat het zeer waarschijnlijk is dat je op elk moment kunt handelen zonder inzicht, op een manier die niet harmonieus met de context.

### **Toelichting van Pir Zia bij koperen regel 3 (vertaald)**

Bron originele tekst (Engelstalig): <http://www.sufiorder.org/CopperRules3.html>

Vertaling/illustratie: Alexandra de Groot.



### **Koperen regel 3**

*Mijn nauwgezet zelf, doe niets, waardoor je geweten zich schuldig zou voelen.*

Het geweten is een stille stem, die alleen gehoord wordt door het innerlijk oor. Er zijn tijden dat we, onbekend aan anderen, verlamd worden door ons zelfverwijt. Van buiten gezien genieten we dan een smetloze reputatie, maar toch worden we van binnen opgevreten door een knagend gevoel van spijt, schaamte en schuld. Zonder dat iemand ons met een vinger nawijst, weet ons geweten wat we hebben gezegd of gedaan, en weigert het geweten dit los te laten.

Het omgekeerde kan echter ook: de hele wereld kan tegen je zijn, je beschuldigen, je ergens de schuld van geven en je de mond snoeren, maar als je geweten schoon is, dan heb je toch innerlijke vrede. Uiteindelijk zijn de meningen die andere mensen over jou hebben niet zo belangrijk. Wat belangrijk is, is jouw eigen vrede met jezelf. Als die vrede verstoord raakt, dan raak je je vertrouwen kwijt. Er is dan altijd de vrees dat iemand jouw duistere geheimen leert kennen. Als je een vreselijk geheim verbergt, dan ondermijnt dat jouw vertrouwen absoluut. Om die reden slaan wij onze ogen neer, kijken wij niet op in de wereld, en proberen we maar liever onopgemerkt te blijven. Je raakt verlamd, timide en schaapachtig als je van binnen een slecht geweten met je meedraagt.

Maar als je geweten schoon is, dan weet je dat je gehandeld hebt in lijn met jouw ideaal. Dan kan niemand je intimideren. Je hebt immers niets te verbergen. Je staat transparant tegenover de wereld: wat van binnen is, is ook van buiten. Je treedt dan naar voren met een zekere morele autoriteit die voortvloeit uit integriteit. Wij willen allemaal in die plaats van innerlijke rust zijn van waaruit we ons levensdoel zonder angst kunnen manifesteren. We wensen vrij te zijn van de angst en vrees die volgt op het vallen van je ideaal, en van de vrees dat iemand ons geheim zal leren kennen, het zal onthullen, en ons zal blootstellen aan de hoon van de wereld. Nu is het zo dat er geen enkel menselijk wezen is dat altijd in overeenstemming met zijn of haar eigen ideaal heeft gehandeld. We hebben allemaal smetten op ons blazoën.

De weg van de Soeffi's is om de eigen beperkingen te accepteren en bloot te leggen, in plaats van ze te verbergen door een geheim te maken van de eigen misstappen en overtredingen. Als je authentiek bent in je eigen situatie, dan heb je niets te vrezen. Dan ben je niet meer jezelf aan het verstoppen. Niemand kan jou manipuleren, want er is immers geen geheim dat blootgelegd kan worden. Het gaat erom het geweten te zuiveren. Dit proces ga je aan door je eigen werkelijkheid met eerlijkheid in te nemen, waarbij je vrijuit je fouten toegeeft; de lei schoonmaakt.

Als we dieper kijken, zien we dat er verschillende soorten schuld zijn. Het geweten heeft twee aspecten. Het ene aspect bestaat uit aangeleerde kennis, en het andere aspect komt voort uit directe kennis. Aangeleerde kennis bereikt ons door invloed van onze ouders, onze scholing, onze inburgering, enzovoorts. Het totaal van deze kennis is een ratjetoe aan waardeoordelen, bewust en onbewust, rationeel en irrationeel.

Hoewel deze oordelen ogenschijnlijk ten dienste staan aan een goed georganiseerde samenleving, slagen ze er in de praktijk vaak niet in om recht te doen aan de nuances en complexiteit van het werkelijke leven. Ze verworden tot keiharde absolute 'waarheden', die meer verbergen van de aard van de realiteit dan ze tonen. Als je wakker en alert bent, dan dwingen de gevolgen van jouw levenservaring je er vroeg of laat toe de nauwe beperkingen van dat overgeërfde hokjesdenken te overstijgen. Maar wat als een dieper en completer begrip van een situatie ons oproept om van de kunstmatige norm af te wijken? Dan wordt dat als een innerlijk conflict ervaren door dat aspect van het geweten, dat de indrukken in zich draagt van al die aangenomen ideeën. Want hoewel we de ware intuïtie volgen, druist dat in tegen wat we hebben geleerd. En dus zijn we innerlijk in conflict, en dat innerlijke conflict blijft bestaan als een gevoel van schuld en schaamte.

Zodoende blijft er in ons allemaal een bezinksel van schuld en schaamte bestaan, totdat wij ons geweten verlichten en verhelderen met behulp van *muhasaba*, oftewel zelfonderzoek. Het blijft bestaan als een knagend gevoel van binnen. Om het te onderzoeken moet je, volgens Inayat Khan, je eigen *nafs al lawwama* interviewen. Dat is het deel van jezelf dat zelfkritiek levert. Je vraagt dan aan jezelf: 'Wat is de aard van mijn vergrijp?' En dan ontdek je misschien dat de redenen die in antwoord op jouw vraag aan jou worden gegeven, door dat zelfkritiek leverende zelf, zijn gebaseerd op een externe, door jou aanvaarde opinie die een indruk heeft nagelaten in jou, die zich heeft geïnternaliseerd in jouw geweten. Het is dan geen directe waarneming van de situatie. Het is alleen een abstract idee, en wel een die jouw bewustzijn van buitenaf is binnengedrongen.

Vervolgens dien je je af te vragen: "Als dit de verwachting is, waarom is het dan een verwachting? Wat is het doel van dit principe? Wat is het voordeel van het volgen van dit principe? Welke schade doet het als ik het niet volg?" Inayat Khan geeft ons het advies om ons geweten op deze manier een verhoor af te nemen. Zo worden we in staat duidelijk te begrijpen wat de manier van redeneren is die erachter zit wanneer wij – zo als zo vaak gebeurt – negatieve oordelen over onszelf hebben.

Soms lost een introspectief proces van dit type het negatieve oordeel compleet op. Je realiseert je dan dat jouw schuld was gebaseerd op een aangeleerd idee, dat niet werkelijk direct relevant was voor de situatie; het was alleen een kunstmatig laagje.

De profeet Abraham stond op tegen de traditie van de vaders. Hij was geïndoctrineerd in een traditie van afgoderij en moest daar op een zeker moment afstand van doen en zijn eigen weg vinden. Op een zeker moment van volwassenheid van ons hart moeten we alle aannames opnieuw onderzoeken die we in de loop der tijd hebben ontvangen, en het licht van ons nieuwe, op ervaring gestoelde begrip erop toepassen. In dit proces zal zich openbaren dat veel van onze negatieve zelfveroordelingen irrelevant zijn, en extern opgelegd, en ze zullen dus verdampen.

Desalniettemin zijn er ook oordelen die vanuit het ware gevoel van iemand innerlijke gids komen, vanuit het eigen intuïtieve gevoel van hoe het hoort, wat het juiste is. Die oordelen gaan hierover: óf je dient het geheel van de gegeven situatie waarin je je bevindt, óf je geeft een buitensporige prioriteit aan de eisen van één kant van jezelf, van een aspect van het bestaan, ten koste van het geheel. In dat laatste geval gaat het gewaarzijn van heelheid, van integriteit, verloren. Een klein deel van je zelf, een kleine aandring, heeft gewonnen – ten koste van de diepere stroming van betekenis en voldoening.

Als je je dit begint te realiseren, treedt er een ander niveau van geweten in werking. Het is niet langer het geweten dat scherp te keer gaat tegen elke gedachte en handeling dat het niet begrijpt, maar het is de gids van de ziel, die bemoediging biedt als jouw acties juist gericht zijn en een waarschuwing als je uit balans bent. Als je leert te luisteren naar die innerlijke stem van leiding, dan zul je op zeker moment realiseren dat er geen externe bevestiging nodig is.

Er is een fase in de menselijke ontwikkeling waarin je gedrag in lijn is met jouw gezelschap. In de aanwezigheid van de persoon die je het meest respecteert, vertoon je jouw beste gedrag – en op andere momenten laat je jezelf gewoon gaan. Maar dan, als je je ontwikkelt op jouw pad, bereik je het punt waarop degene die je respecteert jouw eigen diepste zelf is. En dat zelf is altijd aanwezig. De essentie van je zelf, het goddelijke licht van de ziel, is altijd aanwezig. En je gaat voelen dat je verantwoording af te leggen hebt aan die aanwezigheid. En doordat je die plicht tot verantwoording ervaart, en doordat je je verzet tegen de dwang van destructieve gewoonten, word je meer en meer in staat om het afval van fouten uit het verleden op te ruimen.



Natuurlijk zullen fouten blijven gebeuren. Weigeren ze onder ogen te zien, hetgeen onze gewoonte is, is uiteraard de grootste fout van allemaal. De grootste fout is niet de misplaatste, ondoordachte impuls zelf. Die is de minste van onze problemen; die is alleen het begin. Erger wordt het als je gaat proberen de fout te ontkennen en te verbergen. Zoals Sir Walter Scott zei: “Oh what a tangled web we weave when first we practice to deceive.” (Vrij vertaald: als je anderen probeert voor te liegen, dan zul je moeten blijven liegen.) Het hele leven kan een opeenstapeling van leugens worden. Hoewel het lijkt alsof we tegen andere mensen liegen, zijn we in wezen aan het liegen tegen onszelf.

En dus is de grootste deugd niet om onfaalbaar te zijn, maar om, als er fouten gemaakt zijn, ze onder ogen te zien, ze te accepteren, je verantwoordelijkheid te nemen, het goed te maken, vergeving te ontvangen en dan door te gaan met een schoon geweten. Door dit interne schoonmaakwerk te doen, ontwikkel je een verbazingwekkende moed en onbevreesdheid.

Resumerend: er zitten twee aspecten aan het geweten. Er is de verzamelde kennis van het geweten, waarvan het nodig is dat het bevraagd wordt en in zijn context geplaatst wordt. En daarnaast is er de directe kennis van het geweten, hetgeen een dieper, intuïtief zintuig van de ziel is. In het begin kan het moeilijk zijn om het verschil tussen die twee te herkennen. De reden daarvoor is eenvoudigweg: dat we dat niet proberen. Maar als je dat verschil wel probeert te zien – als je, zo gauw je gewetenswroeging voelt, meteen naar binnen kijkt en hem aanschouwt – dan zul je het verschil kunnen waarnemen. Door op deze manier te werk te gaan, ontwikkel je een talent voor onderscheid maken. En al gauw zal je de stem van het ware geweten meteen herkennen, en het zal een goede vriend voor je worden.

Laten we dit in een moment in de praktijk brengen door onze ogen te sluiten. Adem naar het hart toe, en vanuit het hart weer uit. Breng jezelf de volgende uitspraak van Inayat Khan in gedachten: “Een zuiver geweten geeft je de kracht van leeuwen, en een schuldig geweten maakt zelfs leeuwen tot konijnen.” Kun je de konijnachtige kwaliteit voelen? Dat gevoel van zachtmoedigheid, schroom en angst? De koude rillingen die je ervaart als je lager dan het ideaal staat? Duik daar eens in en aanschouw dat het een mentale indruk betreft van verkeerd gerichte gedragingen. Breng nu één zo’n ‘doelmissende’ actie in je bewustzijn. Laat jezelf het gevoel van spijt en schaamte dat daarbij hoort rechtstreeks ervaren.

En vraag jezelf nu: “Waarom was het verkeerd? Is er een geheiligde opinie waartegen mijn gedrag indruist? En als dat zo is, wat is dan de werkelijke basis van die morele code? Is het wellicht misschien een nog niet bevestigd vooroordeel van mijn familie of mijn samenleving? Is de schaamte die ik voel alleen een consequentie van het me niet conformeren aan een collectief idee – een idee dat weinig werkelijke relatie heeft met mijn eigen levenservaringen? Of is het zo dat mijn gedragingen werkelijk schade hebben opgeleverd? En als er sprake was van schade, aan wie is die schade dan toegebracht? Aan mijzelf? Wat voor soort schade? Aan andere mensen? Wat voor soort schade? Had die schade voorkomen kunnen worden? En als het schadelijke gedrag betrof, wat was dan de predispositie die me ertoe heeft gebracht om me op die manier te gedragen; vanuit welke gesteldheid kwam het gedrag voort? Was er een positieve bedoeling achter mijn gedrag, die geen recht werd gedaan door de weg die ik bewandelde? Probeerde ik het juiste te doen, maar eindigde ik met verkeerd gedrag?” Als je jouw positieve eerste impuls ontdekt, die verkeerd gericht is geraakt, leer je een belangrijke les over hoe je goede bedoelingen wel en niet kunt uitvoeren.

Maar nu draag ik twee dingen in mij. Ik draag in mij: de les die ik heb geleerd, en ook de schaamte van de fout. Van de geleerde les heb ik voordeel op mijn verdere pad. De schaamte komt mij niet ten goede, en komt ook niet ten goede aan een ander. Misschien stel ik mezelf voor dat ik de geleerde les alleen kan bestendigen als ik ook de schaamte in stand houd – maar is dat werkelijk waar? Door de schaamte in stand te houden, herhaal ik in zekere zin de fout. Kan ik de fout overwinnen door mijzelf toe te staan de goddelijke vergeving te ervaren die mij reeds is toegekend? Kan ik de gewoonte afzweren om de fout in mijn geheime schaamte te herhalen? Kan ik mijn fouten accepteren, mijn beperkingen accepteren, ze laten opnemen in de goddelijke barmhartigheid, het goddelijk mededogen, terwijl ik wel de blijvende essentie van deze transformatieve ervaring behoud, die een levende moraal wordt die mijn pad in de toekomst zal verlichten?

Als we alle bronnen van knagende twijfel in onze psyche tot deze kristalheldere duidelijkheid kunnen brengen, dan geven we een fatsoenlijke begrafenis aan de vele skeletten in onze kast. Dan zullen we ons leven onbevreesd en vrij van schaamte vervolgen. Dan zullen we de lessen van Christus volgen en het licht van de ziel bevrijden vanonder de korenmaat van schuld.

Nogmaals, de woorden van de koperen regel voor vandaag:

*Mijn nauwgezet zelf, doe niets, waardoor je geweten zich schuldig zou voelen.*

**Toelichting van Pir Zia bij koperen regel 4 (vertaald)**

Bron originele tekst (Engelstalig): <http://www.sufiorder.org/CopperRules4.html>

Vertaling/illustratie: Alexandra de Groot.



#### **Koperen regel 4**

*Mijn nauwgezet zelf, strek willig je hulp uit tot hen die in nood zijn.*

Een belangrijk punt van spirituele ridderlijkheid is zorg dragen voor hen die hulp nodig hebben, en anderen van dienst zijn, zonder addertjes onder het gras. De behoeftigen dienen – *gharib*, hetgeen betekent de armen, de paria's, de behoeftigen – is fundamenteel voor het Soefi-pad. *Nawaz* betekent: ondersteunen, voeden, verzorgen. *Gharib Nawaz* is de vriend van de vriendenloze, de vriend van de outcast. Er is geen grotere titel. Niets is belangrijker.

Bij de *khanqah* van sjeik Nizam al-Din Awliya in Delhi was het de gewoonte dat ontvangen cadeaus werden uitgedeeld aan mensen in nood, meestal aan het eind van de dag van ontvangst. Op een zekere nacht lag de sjeik te woelen in zijn bed; hij kon niet slapen. Hij ging naar beneden, naar de keuken. Bij het openen van een kast vond hij een zak rijst. Hij droeg op dat de rijst meteen moest worden verdeeld, zodat hij met een gerust hart kon slapen.

Een boer kwam naar de *khanqah*. Hij was van zeer ver weg komen aanreizen nadat zijn gewassen door droogte waren mislukt, in de hoop dat de sjeik hem zou kunnen helpen. Toen hij ter plekke arriveerde, kreeg hij te horen dat er die dag niets was binnengekomen, zodat er niets was om aan hem te geven. Sjeik Nizam al-Din uitte zijn liefde en sympathie, maar had niets om aan de boer te geven, behalve de sandalen van zijn eigen voeten, die zijn murshid hem ooit had gegeven. Dat was sjeik Farid al-Din Ganj - i Shakar. En die had de sandalen op zijn beurt gekregen van zijn murshid, sjeik Qutb al-Din Mas'oe'd Bakhtiyar Kaki. Teleurgesteld nam de boer de sandalen aan. Hij begon aan de lange reis terug naar huis. Op de terugweg bevond hij zich in een karavanserai, toen er een karavaan langskwam uit de tegenovergestelde richting. Een van de reizigers in die karavaan was Amir Khusraw, die door sjeik Shaykh Nizam al-Din vriendschappelijk 'Turk Allah' werd genoemd vanwege zijn Turkse achtergrond. Toen Khusraw de boer zag, zei hij dat hem was opgevallen dat de boer vanuit Delhi kwam. Hij vroeg de boer of hij de grote sjeik Nizam al-Din had gezien. De boer vertelde hem dat hij de sjeik had gesmeekt om hulp, maar dat hij enkel een paar gebruikte sandalen had gekregen. De ogen van Khusraw lichtten op toen hij de sandalen zag. Hij zei: 'Geef mij die sandalen en neem jij dit,' terwijl hij de verbaasde boer het grote persoonlijke fortuin toestopte dat hij toevallig bij zich droeg. Daarop zette Khusraw de sandalen triomfantelijk op zijn hoofd, en zo liep hij naar Delhi. Toen sjeik Nizam al-Din zag hem naderen, vroeg hij: 'Hoeveel heb je betaald voor die sandalen, Turk Allah?' Khusraw antwoordde: 'Alles wat ik bezit.' Waarop de sjeik antwoordde: 'Je hebt een goede koop gedaan!'

Een aspect van een belofte is dat het de aarzelingen kan overwinnen die ons anders belleten om betrokken te raken. Zo kunnen we bijvoorbeeld het gevoel hebben dat we afstand van de behoeftigen moeten bewaren om te voorkomen dat wij zelf behoeftig worden. We kunnen gemakkelijk sympathiseren vanuit de verte, maar we vrezen dat we met ongeluk 'besmet' raken. De belofte om onze hulp gewillig aan te bieden, herinnert ons eraan de kwetsbaarheid van de menselijke conditie onder ogen te zien. Geluk en ongeluk komen en gaan, en niemand is immuun voor de wisselvalligheden van het lot. We zitten allemaal in hetzelfde schuitje, en delen het leven van een ondeelbare, enkele wereld. De gedachte dat wij zelf een groter recht op comfort en veiligheid hebben dan anderen is een twijfelachtige zaak. Uiteindelijk is ons persoonlijk geluk afhankelijk van het geluk van het geheel. Door anderen te dienen, dienen wij onszelf. Psychologische studies hebben aangetoond dat mensen die tijd te besteden aan sociale dienstverlening de gelukkigste mensen ter wereld zijn. Het ware geluk is synoniem met sympathie en dienstverlening.

Door deze leringen te delen, geven wij stem aan een ideaal dat we allen kennen en delen, en door een belofte van deze soort te maken, brengen we het ideaal meer tot leven. Het horen van en reageren op een behoefte is als een nederig zoeken naar een manier om degene die in nood is naar een nieuwe hoop te verheffen. Het vereist evenwicht en wijsheid om niet te bezwijken aan uitzichtloosheid en wanhoop als we onze oren openen voor de roep van de mensheid. We kunnen elk alleen ons eigen kleine deel doen, en de resultaten overlaten aan de Ene.

### **Toelichting van Pir Zia bij koperen regel 5 (vertaald)**

Bron originele tekst (Engelstalig): <http://www.sufiorder.org/CopperRules5.html>

Vertaling/illustratie: Alexandra de Groot.



#### **Koperen regel 5**

We beginnen deze ochtend met de koperen regel van de dag en die luidt: ‘Mijn nauwgezet zelf, zie niet neer op hen die tot jou opzien.’

Dit is uiteraard een goed getimede herinnering aan ons terwijl we op ons pad voortgaan. Onderweg worden wij namelijk geconfronteerd met een zeker gevaar: het gevaar dat we trots worden op onze verworvenheden. Wat is immers het geval: terwijl we op het pad voorgaan, met onze concentratie, onze beschouwingen, onze meditatie, kan het gebeuren dat we rudimentaire vermogens openstellen, mogelijkheden actualiseren, en wegen openen voor de vrije stroom van de energetische essentie van het lichaam. Aldus worden de goddelijke attributen gewekt.

Er is een transformatieproces gaande, soms onzichtbaar en soms zichtbaar. Het resultaat daarvan is dat het gehele wezen gaat trillen met een hogere frequentie, en welluidender wordt. Dat heeft tot gevolg dat men tot op zekere hoogte gaat opvallen, in het oog gaat springen, althans bij degenen die dit kunnen waarnemen. Hem of haar van wie de ogen zich beginnen te openen, herkent deze goddelijke gloed, die niets te maken heeft met het vertoon van een spirituele traditie, maar wel met de intense kwaliteit van het leven dat men begint te belichamen wanneer men voortschrijdt.

Het resultaat is een resonantie. Er ontstaat een aantrekkingsveld voor degenen die zelf beginnen te ontwaken, maar die misschien missen wat wij genieten: het geweldige voorrecht van de gestructureerde ondersteuning van een esoterische school. Maar uiteraard bewegen alle wezens zich in dezelfde richting, bewust of onbewust, als onderdeel van de intrinsieke evolutie van de ziel – zelfs degenen die ideologisch absoluut elke metafysica afwijzen.

Toch is dit het geboorterecht, het lot van elke ziel: te evolueren naar een beter begrip van het leven. En terwijl dit ontwaken plaatsvindt, wordt het gestimuleerd en versneld door de aanwezigheid van die personen bij wie de volwassenheid van het hart zich meer heeft geopenbaard. Zoals Christus zei: als men zich ontwikkelt, wordt men een visser van zielen. Men oefent een soort magnetische aantrekkingskracht uit, een veld van resonantie. Soort zoekt soort. En als jouw vibratie in overeenstemming is met zuivere gedachten, zuivere gevoelens en welwillende bedoelingen, dan voelt degene in wie deze zijnskwaliteit aan het ontwaken is, zich tot jou aangetrokken. Op deze manier is de boodschap woordeloos verkondigd, van hart tot hart, over de generaties heen, door de wet van aantrekking en resonantie.

Dus wanneer je stilstaat bij deze diepere, vollere, meer ware gedachten en emoties, dan trek je hetzelfde temperament in jouw leven aan. En ook het tegenovergestelde geldt: als je gefixeerd bent op perifere, eng opgevatte, exclusivistische en destructieve impulsen, dan bevind je je in dat soort wereld.

Dus als je hart zich verruimd, dan trek je degenen aan van wie de harten zich ook aan het verruimen zijn. Er is een veld van resonantie. En degene die tot jou aangetrokken wordt, zal in jou de perfectie herkennen die hij of zij zelf wenst te bereiken - en jij zult jezelf zien in de blik van die ander, die zijn of haar ware zelf in jou ziet.

En daarin schuilt het grote gevaar. Er komt schoonheid en kracht naar jou toe door de blik van degene die in bewondering naar jou kijkt. Op dat moment kun je in de verleiding komen om deze schoonheid en kracht bezitterig te claimen alsof het jouw eigendom is. Je wordt er dan trots op, ziet het als een triomf. Dan verkrijg je een egoïsme dat nog groter is dan het egoïsme van het wereldse zelf: het narcisme van geestelijke volmaaktheid. Een veronderstelde geestelijke volmaaktheid is de grootste overmoed.

De manier om deze verleiding te voorkomen, is door met duidelijk onderscheidingsvermogen te herkennen dat de schoonheid en de kracht die degene die naar jou opziet in jou denkt waar te nemen, puur de perfectie is van diens eigen ziel. Deze perfectie kan hij of zij op dit moment nog alleen zien in de spiegel die jij voor hem of haar bent. Maar jij... jij bent gewoon een spiegel. Wat een ander daarin ook ziet aan grootheid, het is alleen herkenbaar voor hem omdat het de essentie van zijn eigen wezen is. We nemen perfectie waar in die mate waarin het bestaat in ons eigen, ontwakend bewustzijn. Maar het zelf is niet in staat om het in zichzelf te zien.

Mijn vader zei altijd: ‘Je ziet jezelf in een andere jezelf, die beter in staat is om jezelf te manifesteren dan jij.’

Als dit duidelijk wordt herkend, dan wordt alle vleierij, bewondering, lof, duidelijk herkend voor wat het is: een spiegelspel van licht in het spiegelpaleis. En uiteindelijk *wa li'lahilhamd*: ‘Alle lof komt van God en is voor God.’ Lof is goddelijk. Dat betekent dat elke daad van lof een handeling is die wordt uitgevoerd door God. En dat elke daad van lof een handeling is die is gericht op niets meer en niets minder dan God. Lof is van en voor God, punt uit.

En dus: als we ons in dit gebied van resonantie bevinden en daar de blik van een oprecht iemand aantrekken die ernaar streeft kwaliteiten te actualiseren die hij of zij duidelijk in ons waarneemt, dan moeten wij onszelf herinneren dat alle lof van God en voor God is. Laten we dan de verleiding onder ogen zien om die kwaliteiten aan onszelf toe te schrijven, en deze verleiding voorkomen. Laten we dankbaar zijn voor onze deelname aan het proces van lofprijzing en openbaring van de goddelijke eigenschappen, en tegelijk iedere opwelling van bezitterigheid loslaten. Laten we iedere indruk van persoonlijk eigendom loslaten.

Laten we in plaats daarvan in de projectie van de lof die naar ons is gericht, de afdruk van de schoonheid zien van degene die naar ons kijkt. En die afdruk is niets minder dan een beeltenis van de goddelijke eigenschappen.

Dus dit is onze regel van de dag. Ik zeg het een keer en dan laten we het dan samen zeggen: *Mijn nauwgezet zelf, zie niet neer op hen die tot jou opzien.*

### **Toelichting van Pir Zia bij koperen regel 6 (vertaald)**

Bron originele tekst (Engelstalig): <http://www.sufiorder.org/CopperRules6.html>

Vertaling/illustratie: Alexandra de Groot.



### **Koperen regel 6**

*Mijn nauwgezet zelf: oordeel een ander niet naar je eigen wet.*

Deze regel is een herinnering aan een lering die Inayat Khan geeft in het kader van broeder- en zusterschap. Je weet dat broeder- en zusterschap een van de vijf activiteiten is die zijn ingewijd door Pir-o-Murshid Inayat Khan. Naast de innerlijke school is er de broeder- en zusterschap, de universele eredienst, *Ziraat* en spirituele genezing.

Net zoals de innerlijke school zijn studieverloop heeft, is er ook een studieverloop voor de ontwikkeling van broeder- en zusterschap (of kortweg: verwantschap). De focus daarvan ligt primair op de horizontale dimensie van ontwikkeling: in relatie komen. Inayat Khan beschrijft vijf fasen in deze ontvouwing. Je zou kunnen zeggen: vijf stadia van diepe dialoog, van progressieve diepgang in de ontmoeting met een andere ziel.

De eerste van deze vijf stadia is respect. We beginnen een manier van doen uit te oefenen die respectvol, integer en bewust is – en dat kost enige moeite. Als we niet bewust zijn, dan hebben wij natuurlijk de neiging respectloos te zijn. Dat betekent dat we in onze taal en onze lichaamstaal geen rekening houden met de gevoelens van een andere persoon. Dus het toppunt van respect is een intense bewustwording van de gevoelens van de ander, en uitdrukking geven aan dat bewustzijn. Lompe omgangsvormen getuigen van het tegenovergestelde: alleen aan jezelf denken.

We leren dit op ons pad door *adab* te beoefenen. *Adab* is een waarde die in onze moderne cultuur soms wordt veronachtzaamd, vanuit de gedachte dat het kunstmatig of zelfs arrogant is om je te houden aan een code van etiquette. Vooral in de jaren 1960 was er een beweging voor verandering en bevrijding, voor vrijheid van vooropgezette ideeën en voor vrijheid van vormen van formeel gedrag. Het ging daarbij om de vrijheid om precies te doen wat je wilde, om je hart te volgen. En uiteraard: wanneer omgangsvormen hun basis van oprechtheid verliezen, en uitgroeien tot een lege, levenloze code, dan doet van tijd tot tijd de noodzaak zich voor de oude structuur af te breken, zodat iets nieuws geboren kan worden.

Het gevolg van zo'n revolutie kan echter zijn dat in het doorbreken van het oude iets over het hoofd wordt gezien. Wat verloren kan gaan, is de kwaliteit van aandacht die nodig is voor fijne manieren. Bevrijding kan nalatigheid met zich meebrengen ten opzichte van de behoeften en gevoelens van de medemens. Kortom: er is een behoefte vrij te zijn, én een noodzaak om verantwoordelijk te zijn.



We zijn, denk ik, in onze cultuur, in het moderne Westen, nog altijd bezig met pogingen om het probleem van de omgangsvormen adequaat op te lossen. Het ene uiterste is hol, onoprecht formalisme. Het andere uiterste is slordig antinomisme. [Antinomisme wil zeggen: zich niet aan wetten en wetsbepalingen willen onderwerpen.] Er moet een manier zijn om onze liefde te uiten op een wijze die mooi is, in een oprechte en elegante etiquette die relevant is voor onze tijd. Dat is waar we naar zoeken.

Dus de eerste fase is ‘goede manieren’. Als je een zoeker bent, dan is elk woord dat je spreekt een kans voor zelfonderzoek. In iedere vorm waarin je jezelf uitdrukt, zoek je naar schoonheid van expressie, wil je de bevestiging van de andere persoon zien – op alle mogelijke manieren. Je wilt ervaren hoe zelfs subtiele wendingen van de taal de ander soms tegenstaan, en hoe zij de preoccupatie met het eigen ego aan het licht brengen en de veronachtzaming van de ander. Zodoende begin je jezelf werkelijk nauwlettend te onderzoeken: je verbale taal, je lichaamstaal. Je zoekt bij elke gelegenheid naar verfijning. Je kunt het effect hiervan voelen in de nabijheid van iemand die deze respectvolle manier van doen perfect heeft verfijnd. Dat hoeft niet de vorm aan te nemen van vleierij, of van een soort opzichtige nederigheid en zelfvernedering. Er kan waardigheid zijn in deze verfijning. Maar de manier van omgaan met de ander is van een zodanige kwaliteit dat hij maakt dat de andere persoon zich helemaal erkend en aanvaard en bevestigd voelt. En dat is wat een enorm magnetisme en charisma opwekt.

Het is een Koninklijke persoonlijkheid bij wie je je voelt opgenomen in zijn of haar wezen en bij wie je je volledig bevestigd voelt in je eigen wezen. Murshid stond erom bekend dat hij een dusdanig grote mate van deze kwaliteit bezat, dat iedereen die hem ontmoette, ieder die met hem sprak, van de ontmoeting vandaan kwam met het gevoel dat ze de dierbaarste in zijn hart waren, dat zij zijn meest geliefde vriend waren. En pas later, als zij hun ervaringen vergeleken, beseften zij dat ze allemaal deze dezelfde status hadden genoten!

De eerste fase is respect en de tweede is sympathie. Dat begint met het vertonen van een kwaliteit van bewustzijn. Als je hiervoor geen ruimte creëert in jouw manier van spreken en handelen, dan is sympathie onmogelijk. Zodra je echter begint met het respecteren van mensen (het vormaspect), dan wordt een kanaal geopend dat het mogelijk maakt dat sympathie zich ontwikkelt (het betekenisaspect). En dus is de tweede fase van dit proces: echt geven om de ander, de ander in zekere zin te zien als een andere jezelf, en het overwinnen van onverschilligheid.

En dan de derde fase: als je een sympathievolle relatie tot stand hebt gebracht, dan kun je beginnen de persoon met wie je sympathiseert te begrijpen. Als je niet in de eerste plaats sympathie voor iemand ervaart, dan heb je geen motivatie om hem te begrijpen. Je zult dan wel luisteren naar wat hij zegt, maar je zult niet echt horen wat hij zegt, aangezien er geen resonantie op hartsniveau is. Zodra je wel met het hart luistert, is er een bereidheid om te begrijpen. En bereidheid om te begrijpen, betekent natuurlijk dat je de dingen die de ander zegt in het best mogelijke licht wenst te interpreteren, en dat je je inspant om de waarde van het standpunt van die persoon te zien.

Veel aspecten van onze opvoeding leren ons om competitief te zijn en onze aandacht te richten op de zwakheden van anderen. Maar wat als we precies het tegenovergestelde zouden doen? In andere woorden: wat als we datgene wat de andere persoon heeft gezegd, zouden herformuleren op een nog betere manier dan hijzelf zou kunnen? Wat als wij in ons eigen hoofd een formulering zouden opstellen van datgene wat de ander probeert over te brengen op een manier die meer trouw is aan zijn intentie dan waarin zelfs zijn eigen woorden zijn geslaagd?

Dat is de volgende fase: begrijpen, echt in de ander binnendringen. Eerst moet je een kanaal van het hart openen. En zodra het hartkanaal is geopend, kan de geest gemakkelijker verweven raken. Biologen spreken wel van limbische resonantie. Dat is een begrijpen dat verder gaat dan rationaliteit. Het heeft te maken met het raakvlak van blikken. De limbische cortex in de hersenen van beiden wordt verwarmd en versmelt wederzijds, zodanig dat er een woordeloos begrip ontstaat. Vanaf die preconceptuele basis, kan dan een conceptueel wederzijds begrip worden geconstrueerd. Dus dat is de derde fase: eerst respect, dan sympathie, dan begrip.

Dan volgt ten vierde: tolerantie en vergeving. Zolang er geen sympathie en begrip zijn, is het heel gemakkelijk om te oordelen en negatief te oordelen. Maar zodra er sympathie en begrip zijn, worden zelfs de ergste fouten die (vanuit je eigen standpunt) zijn begaan door een andere persoon, volkomen verklaarbaar en begrijpelijk. Het is niet dat je de ander zou willen helpen bij het voorzetten van gedrag dat vanuit jouw gezichtspunt helemaal verkeerd lijkt, of hier medeplichtig aan zou willen worden. Maar in ieder geval is het je volkomen helder dat er vanuit het oogpunt van die persoon echt geen andere keuze was. De ander handelde perfect en werkelijk op basis van zijn inzicht en conditionering.

En conditionering zit diep, erg diep, vergeet dat niet. Het gaat zelfs vooraf aan onze incarnatie. Conditionering begint meteen op het moment dat de goddelijke straal vanuit de essentie verschijnt en afdaalt door de verschillende vlakken. Op elk vlak is er een structurering, vanaf de subtiele sferen tot aan de grofste sferen. Op elk onderdeel van de weg zijn er neigingen, voorkeuren, en ontvangen concepten om samen te voegen.

En daardoor hebben tegen de tijd dat een persoon incarneert de planeten al hun zegje gedaan, de sterren al hun zegje gedaan. De geschiedenis van de mensheid en ook de biologische saga hebben hun input gehad, en de persoon is al zeer diep geconditioneerd.

Maar dan zijn er natuurlijk ook nog de kindertijd, opleiding, socialisatie en ervaring van een persoon die hem of haar dwingen op een bepaalde manier te denken, en de hersenen worden bedraad zodat de gedachten in bepaalde kanalen stromen. Als je je dit beseft, wordt je wrok tegen een ander, je gevoel van teleurstelling, eigenlijk wel lachwekkend. Alles in de natuur heeft samengespannen om die persoon op dat bepaald pad te zetten, die manier van handelen te doen ontstaan, dat verloop van zijn denken te creëren. En als je dat inziet, is het onmogelijk hem de schuld te geven van zijn gedrag, hem iets kwalijk te nemen.

Op dat moment zul je inzien dat je het besluit waartoe de andere persoon is gekomen als gevolg van zijn of haar eigen leven, wel moet erkennen – terwijl je het er vanuit je eigen invalshoek volledig mee oneens kunt zijn. Daarom herinnert Murshid er ons steeds weer aan dat de Soefi altijd twee gezichtspunten heeft: het eigen gezichtspunt en het gezichtspunt van een ander. Soms wordt zelfs gezegd: drie gezichtspunten. Het derde is het goddelijke gezichtspunt, dat paradoxaal genoeg alle gezichtspunten met elkaar verzoent.

Nu is het zo dat we niet altijd in staat zijn dit te doen. Soms is de reden daarvan dat we bang zijn ons eigen standpunt te verliezen als we duidelijk een ander standpunt zouden inzien, en dat we dan niet meer in staat zouden zijn onze eigen belangen veilig te stellen, aangezien ons eigen standpunt zowel als dat van de ander geldigheid heeft. En als het standpunt van de ander mij zo sympathiek wordt, wie zal mijn standpunt dan vertegenwoordigen? En zo wil men zijn eigen opinie behouden. Maar in werkelijkheid is het gevaar ingebeeld – je eigen gezichtspunt is gemakkelijk te herstellen.

Als je in staat bent uit je eigen gezichtspunt te stappen, dan betekent dat nog niet dat je het hebt verloren. Het kan zijn dat je alsnog, nadat je de situatie vanuit het gezichtspunt van de ander hebt bekeken, meteen terugkomt naar je eigen standpunt en je eigen manier van handelen. Je verzet tegen de andere persoon kan aan de buitenzijde zo stevig blijven als voorheen. Maar innerlijk heb je een heel andere morele en geestelijke houding bereikt, want er is geen wrok. Je hoeft het conflict niet persoonlijk op te nemen. Je ziet in dat jij bewogen bent om in de wereld een bepaalde positie in te nemen, en dat de ander is bewogen om een andere positie in te nemen – maar in je hart is er geen enkele vijandigheid.

En dan kom je uiteindelijk bij de vijfde fase van het proces. En dat is eenheid. En dat is weer de derde invalshoek: eerst je eigen standpunt zien, dan het standpunt van de andere persoon zien, en dan zien dat er een goddelijk gezichtspunt is. Het goddelijke perspectief tart letterlijke, concrete invulling, omdat het zo paradoxaal is. Groot en enorm als het is, integreert en overstijgt het alle hoeken en kijkpunten.

### **Toelichting van Pir Zia bij koperen regel 7 (vertaald)**

Bron originele tekst (Engelstalig): <http://www.sufiorder.org/CopperRules7.html>

Vertaling/illustratie: Alexandra de Groot; vertalingen van citaten uit *Moral culture* zijn overgenomen uit een bestaande Nederlandse vertaling van dit boekje (*Morele evolutie*; uitgave van de Leidse Soefistichting). De overgenomen teksten zijn qua taalgebruik iets



#### **Koperen regel 7**

*Mijn nauwgezet zelf: draag je ergste vijand geen kwaad hart toe.*

Deze regel brengt ons de leringen in herinnering die in *Moral culture* worden gegeven. *Moral culture* is een zeer belangrijke compilatie van Inayat Khans leer over de horizontale dimensie van spirituele ontwikkeling. Deze leringen worden gegeven in drie delen: ‘wederkerigheid’, ‘goedertierenheid’ en ‘verzaking’ – drie verschillende stadia van morele evolutie.

Evenals op andere plaatsen in Inayat Khans leer, wordt de loop van de geestelijke ontwikkeling hier omschreven als een drievoudig proces. Maar als je verder kijkt in Inayat Khans leer, vind je een verwijzing naar een vierde statium. Zo leer je uiteindelijk om tussen de regels te lezen: waar Inayat Khan spreekt over drie stadia, voel je de onzichtbare aanwezigheid van een vierde stadium.

De drie stadia van morele evolutie, plus het ‘onzichtbare’ vierde stadium, corresponderen met de vier afstanddoeningen (*tark*) die zijn beschreven door de grote Perzische soefi-dichter Farid al-Din ‘Attar, de beroemde auteur van *The Conference of the Birds*.

De eerste afstanddoening is afstand doen van de wereld (*tark-i dunya*). Dat betekent niet een afwijzing van het aardse vlak als zodanig (*jahan*). Het is een afstand doen van de wereld van de valse schijn (*dunya*), van de gevangenis van de illusie die de boeddhisten *maya* noemen. Het betekent het opgeven van het misleide najagen van vervulling door bezit, consumeren, zelfverheerlijking, en overheersing.

Deze afstanddoening komt overeen met Inayat Khans leer over wederkerigheid. Als je wederkerigheid leert, ga je er niet langer vanuit dat jij superieure voorrechten hebt ten opzichte van anderen. Het gaat in dit stadium om leven in balans, in harmonie, op een billijke grondslag. Het gaat om een balans tussen consumeren en verzorgen, zaken verstrekken. Het gaat om ontvangen maar ook geven.

Nadat je ruwe vormen van voldoening bent ontgroeid, verfijnen je gevoeligheden. Je eist niet langer onmiddellijke bevrediging, maar ziet dat er diepere, grotere kwesties van belang zijn. Je geeft niet langer de voorkeur aan kortstondig surrogaatplezier, maar aan blijvende vrede. En je ziet de mogelijkheid om je niet alleen af te stemmen op de wereld, maar ook om werkelijk tot een positieve bijdrage te komen. Goedheid naar anderen uitstrekken oefent een grotere aantrekkingskracht op jou uit dan het bevorderen van jouw eigen privébelangen.

Er is vreugde in dienstverlening. En de beloning is niet een aardse beloning. Het is een hemelse beloning. Een beloning die zijn blijvende waarde zal bewijzen in het hierna-maals. Er bestaat al een voorproefje van: de smaak van morele overwinning. Dit is het begin van het tweede stadium, het stadium van goedertierenheid.

Maar dan realiseer je je op een gegeven moment dat er een cryptische vorm van egoïsme verborgen ligt onder je vrijgevigheid. Onder die morele voortreffelijkheid leeft een verwachting van beloning, zij het vergelding in de hemel en niet op aarde. Dan komt er een doorbraak. Je realiseert je dat liefde haar eigen beloning is, ongeacht de uitkomst. Je realiseert je, zoals Inayat Khan zegt: ‘Jij bent liefde. Je komt uit liefde. Je bent gemaakt door liefde. Je kunt niet ophouden met liefhebben.’

Dit besef markeert het afstand doen van de hemel (*tark-i akhira*). Je keert je af van het vooruitzicht van een hemelse beloning ten faveure van het directe ervaren van de aanwezigheid van de Goddelijke Geliefde. Of die aanwezigheid genezend of verwondend is, lichtgevend of vurig, dat maakt geen verschil. Het enige wat telt, is de nabijheid van de Ene, de Ware.

In dit stadium nadert de zoeker de Goddelijke Aanwezigheid door een opeenvolging van wisselende verschijningen van het Goddelijke Gezicht: aanduidingen van de onuitsprekelijke aanwezigheid van de Ene in de vorm van de kwaliteiten van kracht en schoonheid. Elk aangezicht lost op bij het bereiken ervan; de horizon trekt zich terug om nieuwe luister te onthullen. De zoeker nadert tot aan de laatste grens, waar elk spoor van verschil, elke sliert van de inhoud van de manifestatie, oplost. En met dat oplossen, komt de versmelting van zelf en ander, een ervaring die 'Attar het afstand doen van de Heer noemt (*tark-i mawla*), een toestand van volledige vernietiging en bestaan in de eeuwigheid. Dit is wat Inayat Khan heeft aangegeven met 'verzaking', de titel van het laatste deel van *Moral culture*: voorbij wederkerigheid en voorbij goedertierenheid, opgaan in de Ene.

Maar er is nog een verder stadium, onzichtbaar in *Moral culture*, maar wel zichtbaar elders in Pir-o-Murshid Inayat Khans leer, en ook aanwezig in de reeks afstanddoeningen van 'Attar. Dit vierde stadium is afstand doen van afstand doen zelf (*tark-i tark*). De verzaker keert nu terug naar de buitenste levenslaag, en treedt opnieuw de beperkingen van de persoonlijke levenssfeer binnen en het delicate netwerk van relaties die daaruit voortvloeien. De wereld wordt nu echter niet meer ervaren als een plaats van opsluiting, want degene die afstand doet van het afstand doen ziet dat door het smalle geboortekanaal van deze wereld, een nieuw leven bezig is geboren te worden, een leven dat is te heerlijk is voor woorden.

Dit is het overzicht van waaruit we nu de koperen regel 'draag je ergste vijand geen kwaad hart toe' zullen bezien. Om deze regel te verhelderen, richten wij ons op de hoofdstukken over het omgaan met vijanden uit de delen over wederkerigheid en goedertierenheid uit *Morele evolutie*.

#### *Onze omgang met vijanden*

*Onze omgang met een vijand moet nauwlettender in acht worden genomen dan de omgang met een vriend. Dit wordt over het algemeen door de mens over het hoofd gezien; hij behandelt zijn vijand op een willekeurige wijze, terwijl hij bedachtzaam is tegenover een vriend. Soms beledigt men zijn vijand, waardoor men zijn eigen gedragslijn schaadt en de vijand aanzet tot meer beledigingen. Door voortdurend aan de fouten van de vijand te denken, kan men diezelfde fouten in de eigen ziel opnemen en ze vervolgens richten op de ziel van de vijand. Indien deze die fouten niet heeft, kunnen ze door reflectie in hem tot ontwikkeling komen en maken dat hij een nog verbitterder vijand wordt.*

*Het is even onwijs de bitterheid van een vijand en zijn vermogen om kwaad te doen te onderschatten als te overschatten. Verblind door zijn ego onderschat de mens menigmaal de kracht van de vijand als hij zegt: 'Wat kan hij doen? Wat heb ik te vrezen?' Aldus geeft hij toe aan een impuls, wanneer hij zich door de vijand in het nauw gedreven voelt. Dit is een nederlaag. Vastberaden en kalm blijven onder zulke omstandigheden betekent een overwinning. Het is een zwakheid te klagen over het kwaad dat door de vijand veroorzaakt is. Men moet het kwaad verhinderen door voorzorgsmaatregelen te nemen, daaraan het hoofd bieden en het met kracht beteugelen. Het is wijs voordeel te trekken uit de kritiek die door een vijand wordt uitgeoefend, daar die ons kan helpen onszelf te verbeteren. En het is dwaas daarom te lachen en ons te goed te achten om zo te zijn.*

*De wet van de wraak – oog om oog, tand om tand – is goed in een zodanig geval dat men er zeker van is dat welwillendheid en vergevingsgezindheid geen enkele invloed zullen hebben op het hart van de vijand, en integendeel zijn houding zullen verergeren. Maar zolang er een kans is de wraakzuchtige vijand welwillend tegemoet te treden, moet de wet van de wraak niet toegepast worden. Het is beter de vijand te onderdrukken vóórdat hij tegen ons kan opstaan, en wij hebben het recht hem neer te slaan wanneer hij tegen ons is opgestaan.*

*Het is wijs de bewegingen van de vijand nauwlettend te volgen en zichzelf daartegen te beveiligen. En het is dwaas toe te laten dat wij zelf gadeslagen worden en de vijand de kans te geven zich tegen ons te beschermen. Het is goed de macht van de vijand op alle mogelijke manieren te verzwakken en onze eigen macht te versterken en deze veel groter te maken dan die van de vijand. Het is goed het geheim van de vijand te kennen en nog beter ons geheim voor hem verborgen te houden.*

*Wij moeten ervoor waken dat niemand onze vijand wordt; en in het bijzonder moeten we oppassen dat een vriend niet tot een vijand wordt. Het is in elk geval goed de vijand te vergeven en zijn vijandschap te vergeten indien hij dat oprecht wenst, en de eerste stap te doen om vriendschap te sluiten, in plaats van zich afzijdig te houden en het vergift van het verleden in zijn gedachten te bewaren, wat even verkeerd is als het vasthouden van een oude ziekte in het gestel.*

*In de omgang met vijanden moeten wij bedacht zijn op de mogelijkheid van een overdreven voorstelling van zaken. Want het minste kwaad dat door de vijand wordt aangereicht, lijkt op een berg van kwaad – net als de kleinste goede daad van de vriend wordt opgeblazen tot een berg van goed. Uit vrees overschat men de vijand. Daarnaast is het dom zijn werkelijke macht te onderschatten.*

*Het is verkeerd de vijand – met inachtneming van de wet van wederkerigheid – toe te staan ons te beledigen of kwaad te doen. Beantwoording van een belediging met een belediging en kwaad met kwaad is het enige wat evenwicht brengt. In de omgang met de vijand moet men hem eerst vergelijken met de eigen situatie, voor wat betreft bekwaamheid en macht, en nagaan of het al dan niet mogelijk is hem en zijn vijandschap te weerstaan. Indien mogelijk, werk hem dan met kracht, moed en beleid omlaag, vóórdat hij dit met jou doet. Want als het op vijandelijkheden aankomt, is de eerste klap een daalder waard.*

*Als wij ons in een zwakkere positie bevinden dan die van de vijand is het beter geen vijandschap te vertonen totdat wij voldoende macht hebben ontwikkeld om tegen hem op te staan. Wacht met geduld en vertrouwen totdat die tijd aanbreekt. Bewaar tot dan vrede en harmonie; dat is geen bedrog in het kader van wederkerigheid.*

*Het is niet verstandig iemand onze vijand te laten worden indien wij dat kunnen verhinderen. Wij moeten dat altijd trachten te voorkomen en in alle levensaangelegenheden behoedzaam zijn opdat wij niet iemand, wie dan ook, tot onze vijand maken. Wij hebben immers al genoeg vijanden in het leven. Maar laat de vijand nooit je zwakte zien, toon hem altijd jouw sterke kant. Geef hem nooit de kans een slag voor te bereiden. Wij moeten ervoor zorgen dat hij van ons de eerste klap krijgt, vóórdat hij zich heeft voorbereid.*

*Maar tegelijk mag er van onze kant geen ogenblik van uitstel zijn om tot overeenstemming te komen en vriendschap te sluiten als de vijand dat wenst. Indien het in onze macht is, mogen wij geen ogenblik verliezen om vrienden te worden. Men moet altijd klaar staan en zijn best doen om een vriend voor de vijand te worden, tenzij men – door dit te doen – de ijdelheid van de vijand zou vergroten.*

*Het is hoogst ongewenst de stoot te geven tot het beginnen van een vijandschap. Wie dat doet, treft de grootste blaam. Van zijn kant behoort een poging te komen om tot overeenstemming te geraken. Door met bitterheid aan iemand te denken, kunnen wij vijandschap in zijn hart zaaien, die daar eerder niet was; zij ontstond alleen door onze verbeelding. Dezelfde regel geldt voor vriendschap. Indien wij sterk met liefde aan iemand denken, zelfs aan een vijand, zal onze gedachtekracht de vijand in een vriend veranderen.*

Dit zijn de woorden van Inayat Khan over het omgaan met vijanden vanuit het perspectief van wederkerigheid. Zijn leer is meerzijdig, en werkt op vele lagen. Voor welke situatie dan ook geldt: de passende handelwijze hangt af van je niveau van realisatie. Als jouw morele positie in het stadium van wederkerigheid is gelegen, dus als je bezig bent een balans van geven en nemen in het leven te handhaven, dan moet je daarmee in overeenstemming handelen. Je moet dan in conflict treden waar conflict noodzakelijk is en voortdurend jouw eigen belangen beschermen, zij het met discretie en terughoudendheid.



Daarom spreekt Inayat Khan hier over het vermijden van falen in confrontaties, over leren van de echte inzichten die zijn gelegen in de kritiek die op ons wordt gegeven, over niet onderschatten of overschatten van de sterkte van de vijand, en over het openhouden van de mogelijkheid tot verzoening terwijl je weigert om manipulatie en mishandeling te accepteren.

Nu spreekt Inayat Khan vanuit het perspectief van goedertierenheid.

### *Onze omgang met vijanden*

*Het verschil tussen de wet van wederkerigheid en de wet van goedertierenheid is dat volgens de eerste wet iemand gerechtigd is met gelijke munt te betalen en dat volgens de laatste wet van hem verwacht wordt te verdragen, te vergeven en welwillendheid te vertonen opdat de vijand in een vriend moge verkeren. Er zijn gevallen waarin men niet vriendelijk kan zijn, maar wel verdraagzaam. In sommige gevallen kan men niet vergeven; toch is wraak iets onnatuurlijks voor een humaan mens. Men kan de fouten van een ander over het hoofd zien en daardoor minder aanleiding geven tot onenigheid en nog minder tot vijandigheid.*

*Maar dan denkt men: 'Door welwillend te zijn tegenover onze vijand moedigen wij hem aan in zijn dwingelandij.' Maar zolang wij in ons hart vriendelijke gevoelens jegens de vijand koesteren, zal dit zijn natuur verzachten in plaats van verharden, aangezien wij ontvangen wat wij geven. Een vriendelijk woord in antwoord op een scherpe opmerking, een welwillende bejegening voor een onheus optreden, een goede gedachte voor een kwade gedachte, hebben een veel grotere uitwerking dan betalen met gelijke munt.*

*IJzer, dat niet met hamers kan worden gebroken, kan door vuur worden gesmolten. Liefde is vuur; zij drukt zich voornamelijk uit door goedheid. Indien iemand voldoende liefde in zijn hart ontwikkeld heeft, kan hij vroeg of laat een vijand in een vriend veranderen. Meestal is het onvriendelijkheid van onze kant die vijandigheid om ons heen veroorzaakt. Men laakt de vijanden en wordt verschrikt door hun aantal. En vervolgens geeft men de schuld van de wereld en de aard van het leven. En als men meent de schepping te kunnen laken, hoe kan de Schepper dan vrij van blaam blijven? Zo iemand heeft het gevoel dat alleen hijzelf feilloos is en al het andere laakbaar. Het leven wordt hem een kwelling en hij denkt dat het niet waard is geleefd te worden. Hij wordt zelfgenomen en het schijnt hem toe dat iedereen tegen hem is.*

*Het is altijd verstandig iedere kans op het verwekken van vijandschap te vermijden en alles in het werk te stellen om elke vijand – zelfs iemand die in geringe mate gekrenkt is of met wie wij slechts een klein misverstand hebben gehad of die zich licht aan ons geërgerd heeft – opnieuw in een vriend te doen verkeren, niet ter wille van ons eigen geluk of zelfs van het zijne, maar ter wille van het goede beginsel en voor je eigen welzijn. Immers, hoe klein een vijand ook moge zijn, hij kan je veel narigheid en verdriet berokkenen. En hoe weinig vriendschap je ook met iemand hebt, hij kan te eniger tijd zeer nuttig worden. Maar afgezien van alle materiële voordelen, op zichzelf is het zeer weldadig te voelen: ‘Die persoon is tevreden over mij, hij is mij goed gezind, hij is niet langer mijn vijand.’*

Zoals Inayat Khan zegt: het is niet altijd mogelijk om onze vijanden over te brengen naar onze eigen kant. Soms worden we geconfronteerd of aangevallen en worden er pogingen gedaan ons te onderwerpen, ons te slachtofferen, en moeten we voor onszelf of voor onze gemeenschap opkomen. En toch: hoe kan iemand aan een conflict deelnemen? Hoe kan iemand zich verzetten tegen een dominante kracht zonder een gevoel van wraak, van bitterheid, van vijandschap of vijandigheid, die, zoals Inayat Khan zegt, als vergif voor het systeem is?

Er bestaat een verhaal dat over Hazrat ‘Ali wordt verteld. Hazrat ‘Ali was een groot verdediger van de gemeenschap van de profeet Mohammed in een tijd waarin vijanden van alle kanten te hoop liepen om het nieuwe geloof voor eens en altijd te vernietigen. In een beslissende slag stond Hazrat ‘Ali tegenover een woeste krijger. Hij slaagde erin de overhand te krijgen. Hij werkte zijn tegenstander naar de grond en hief zijn zwaard om de genadeslag te leveren. Op dat moment spuugde zijn opponent hem in het gelaat. Het bloed steeg naar Hazrat Ali’s gezicht. Hij werd woest! Hij verstevigde zijn greep op zijn zwaard. Maar toen opeens kwam er een verandering over hem; hij stak zijn zwaard in de schede en liep weg.

De krijger, die een snelle dood had verwacht, stond perplex. Als er al enige hoop op genade was geweest, dacht hij, dan zou hij deze door zijn laatste daad van verzet hebben verspeeld. Maar in plaats daarvan had zijn ruwe belediging hem op de een of andere manier gered. Verbijsterd door de ironie, ging hij Hazrat ‘Ali achterna. Hij smeekte hem om uitleg.

Hazrat ‘Ali antwoordde: ‘Ik was van plan je te doden. Maar je hebt mijn woede gewekt, en ik ben verplicht om nooit gewelddadig te handelen in woede. Ik moest geweld gebruiken, maar mijn acties waren ingegeven door liefde. Zodra mijn persoonlijke trots tussen beide kwam, was de zaak over – ik kon niet handelen.’

Hazrat ‘Ali is een voorbeeld voor ons. Wij zijn geroepen om onze wil in de wereld uit te oefenen. Maar zodra de wil wordt ontvlamd door een egoïstische wrok, zal het verlichte geweten tijdelijk halt houden; dat reflecteert en weigert vanwege een dergelijk motief in actie te treden.

Laten we dit principe nu toepassen op de beslommingen van ons dagelijks leven, door naar binnen te keren.

Breng eerst de aanwezigheid van je ergste vijand in de sfeer van je bewustzijn. Het kan een persoon zijn die jou in het verleden heeft gedwarsboomd of het kan iemand zijn die dat op dit moment doet – wie er maar in je geest opkomt als de meest tegenstrevende figuur in je leven.

Verwelkom deze persoon in de sfeer van je bewustzijn, hoewel dit welkom voorzichtig en behoedzaam kan zijn. Kijk naar het gezicht van deze persoon, en voel het effect daarvan op jouw staat van zijn. Misschien ervaar je afkeer. Misschien merk je op dat jouw hart zich sluit of dat de uitstraling van je hart hapert. Misschien komt er een gevoel van frustratie, teleurstelling of vernedering op. Wat er ook aan onmiddellijke sensaties opkomen in deze ontmoeting, neem je staat van zijn waar. De aanwezigheid van deze persoon is niet emotioneel neutraal. De invloed is onmiddellijk.

Bezie nu innerlijk jouw kant van het verhaal. Maak ruimte voor jouw persoonlijke gezichtspunt. Je bent gewond geraakt; je hebt geleden. Erkent de geldigheid van jouw ervaring. De schade die je hebt opgelopen is – binnen haar eigen sfeer – echt en jouw aandacht waard. Het heeft je beïnvloed. Deze ervaring heeft een vormende invloed uitgeoefend op het verloop van je leven. Erken de pijn die is veroorzaakt. Sta jezelf toe de steken van de pijn te voelen, en het gevoel van teleurstelling die ermee samenhangt. Als je een verraad hebt ervaren, dan heb je een hoop zien leven en sterven. Er was iets heel anders mogelijk geweest, maar door deze persoon kon dat niet tot stand komen.

Terwijl je inademt, stook je de hitte en het licht op dat deze wonden verheldert. Terwijl je uitademt ben je getuige van de beklemde gevoelens van je hart en communiceer je ze duidelijk, zoals je deze persoon zou aanspreken – als hij of zij maar zou luisteren. In de stilte van je contemplatie is er geen tegenwerkende reactiviteit en verwarring. Begraven gevoelens worden naar de oppervlakte gebracht met kristalheldere duidelijkheid; opschoning begint.

Wissel nu van positie in je contemplatie, zodat je nu vanuit de ogen van jouw vijand kijkt. Erkent dat deze persoon een heel ander begrip van de situatie heeft. Hij heeft verschillende interpretaties en verschillende intenties. De geest van deze persoon is een product van patronen van conditionering die jou vreemd zijn; misschien zelfs vrijwel onbegrijpelijk. Hoewel het lot deze persoon in jouw levensverhaal heeft ingebracht, deelt hij of zij op geen enkele wijze jouw wereldbeeld. Bovendien zie je deze persoon niet zoals hij of zij zichzelf ziet, en omgekeerd ziet deze persoon jou niet als jezelf.

Als je nu jouw eigen oordeel uitstelt en door de ogen van deze persoon kijkt, dan zul je zien dat zijn of haar daden vanuit dat gezichtspunt volkomen natuurlijk zijn. Het zijn nu jouw houding en acties die verdacht lijken. Je zult ook herkennen dat de vijandigheid en verbittering die deze persoon manifesteert in werkelijkheid vervormingen zijn van zuivere impulsen. Zoals Ibn al-'Arabi zegt: de oorsprong van elke impuls is een beweging van liefde.

Het hart van deze persoon wordt door dezelfde diepe stromingen van liefde bewogen die jouw hart bewegen. Alleen zijn deze stromingen verkeerd afgestemd en verkeerd gericht geworden. Het resultaat is een diepe, onbewuste frustratie. Als gevolg van deze frustratie is de neiging ontstaan om uit te halen. Jij bent niet echt het object. De pijn van deze persoon verwijst in wezen naar zichzelf terug. Je hebt je zojuist gevangen bevonden in de sfeer van andermans pijn.

En jij hebt je eigen pijn. Op dat niveau kun je meevoelen met de ander; je weet immers wat het betekent om pijn te voelen. Je kunt nu zien dat de persoon vanuit een plaats van pijn komt, je kunt je verenigen in de solidariteit van het gebroken zijn. Maar je kunt ook resoneren met de vreugde die in het hart van de persoon aanwezig is; op zoek naar uitdrukking. Misschien ben jij, meer dan hem of haar, gezegend door een overvloed van die vreugde, terwijl het in zijn of haar staat niet-manifest blijft – waardoor hij of zij zo kwaadwillig handelt.

En dan kom je ten slotte uit bij het besef dat je met deze persoon niet alleen het gewond zijn en een diepe vreugde deelt, maar ook nog iets meer basaal. In wezen *ben je deze persoon*. Jij, met daarvan afgetrokken jouw ervaringen (op alle vlakken), en daarbij opgeteld de ervaringen van deze persoon (op alle vlakken), bent gelijk aan deze persoon, aan jouw 'vijand'. En jouw vijand minus zijn of haar ervaringen, en plus de jouwe, is gelijk aan jou. Dus waar is dan de basis voor wrok?

Kijk nu een moment in stilte in de ogen van je 'vijand'.

### **Toelichting van Pir Zia bij koperen regel 8 (vertaald)**

Bron originele tekst (Engelstalig): <http://www.sufiorder.org/CopperRules8.html>

Vertaling/illustratie: Alexandra de Groot.



### **Koperen regel 8**

*Mijn nauwgezet zelf: gebruik je invloed niet om iemand iets verkeerd te laten doen.*

Als je tijd met kinderen hebben doorgebracht, dan zul je hebben bemerkt dat kinderen fascinerend zijn. Een deel van deze fascinatie is erin gelegen dat de verschillende houdingen en gedragingen die de diepe structuur van onze volwassen persoonlijkheid vormen, bij kinderen in hun eenvoudige en zuivere vorm zichtbaar zijn.

Je kunt onder kinderen bijvoorbeeld de neiging waarnemen om plezier te scheppen in indirect kattenkwaad. Een kind wil graag een beetje problemen veroorzaken, maar wil daarvan niet de schuld krijgen. Wat doet het dan? Het stelt het kattenkwaad voor aan een ander kind. En daarna neemt het afstand. Het staat vanaf de zijlijn te kijken naar het drama dat zich ontvouwt; zo onschuldig als een lam.

Maar natuurlijk doen wij als volwassenen zo iets nooit... of toch wel?

Denk eens aan de tragedie van oorlog. Daarbij zijn het niet de troepen aan het front die verantwoordelijk zijn, maar eerder de bevelslijnen, de regeringen, en uiteindelijk de samenlevingen die aan oorlogen hun goedkeuring verlenen. Als mensen de verwoestingen van de oorlog uit de eerste hand zagen, dan zou hun houding in de meeste gevallen anders zijn. Dan zou militair beleid anders zijn. Ellende veroorzaken is gemakkelijker van een afstand.

De profeet Zarathoestra heeft onderwezen dat het niet genoeg is om je te onthouden van het veroorzaken van schade op het niveau van actie. Er zijn drie niveaus. Er is de actie. Voorafgaand aan de actie is er de spraak. Voorafgaand aan de spraak is er het denken. Een gedachte daalt af in woorden en woorden dalen af in daden.

Er zijn fasen in de incarnatie van iemands intenties. Soms onthouden we ons van de uiterlijke uitdrukking van een daad, maar hebben we van binnen wel alle voorwaarden voor de actie voorbereid. Het enige wat dan overblijft, is het uitvoeren van de actie. En als we de actie niet uitvoeren, dan zal die toch aan de ander worden gecommuniceerd, hetzij bewust, hetzij onbewust. Zo zijn wij verantwoordelijk, ook wanneer wij ons naar buiten toe inhouden.

We vergeten vaak in welke mate onze invloed zich uitstrekt. Het universum is een spiegelpaleis. Hoe kan het dan zin hebben om binnen onze eigen gedachten en woorden die zaken te huisvesten die wij niet in de wereld zouden willen ontmoeten?

De wet van resonantie is echt. We voelen ons vaak onbeduidend als we de enorme krachten zien die in de wereld aan het werk zijn. We kunnen dan tot de conclusie komen dat onze keuzes er niet toe doen. Maar dit soort apathie bestendigt slechts de inertie en de wanhoop van de wereld.

We hebben een keuze. Zarathoestra zelf maakte dit glashelder. Elk moment biedt een keuze. Jouw keuze vult jou, stroomt uit jou, bereikt anderen die op hun beurt keuzes maken, en vindt zo zijn weg binnen de structuur van de manifeste werkelijkheid. Een briljante gedachte, een briljant woord of een briljante daad kan de loop van de menselijke geschiedenis radicaal veranderen. Dat is gebeurd en dat zal gebeuren – nogmaals en nogmaals.

Laten wij ons bewust zijn van onze invloed, in het besef dat ons denken, ons spreken en onze acties een effect zullen hebben op de hele stroom van het menselijk lot.

### **Toelichting van Pir Zia bij koperen regel 9 en 10**

Bron originele tekst (Engelstalig): <http://www.sufiorder.org/CopperRules9-10.html>

Vertaling/illustratie: Alexandra de Groot.



#### **Koperen regel 9**

*Mijn nauwgezet zelf: heb tegen niemand een vooroordeel.*

#### **Koperen regel 10**

*Mijn nauwgezet zelf: toon in al je doen en laten betrouwbaar te zijn.*

Deze beide regels worden geïllustreerd door een verhaal uit onze eigen lijn, het verhaal van Fuza'il bin 'Ayaz. Fuza'il bin 'Ayaz begon zijn leven als bandiet; hij was een struikrover.

In die dagen konden kooplieden grote winsten boeken door via de woestijn goederen te importeren. Ze werden echter ook geconfronteerd met grote risico's. De woestijn was namelijk het jachtterrein van bendes van criminelen, die leefden van het plunderen van reizigers. Een van deze bendes werd geleid door Fuza'il bin 'Ayaz.

Op een dag stuurde Fuza'il, naar de gebruikelijke praktijk, zijn bende op pad om een hinderlaag te leggen voor een groep kooplieden te kameel. Aangezien hij de bendeleider was, nam hij niet rechtstreeks deel aan de aanval. Hij bleef in het kamp van de bandieten en orkestreerde de aanval van achter de schermen.

Toen de kooplieden de plundersaars zagen, die in snelle vaart op hen afkwamen, stelde het bloed hen in de aderen. Een van de kooplieden greep een kist met daarin zijn meest waardevolle bezittingen: een cassette met juwelen, en vluchtte in paniek.

Tijdens zijn vlucht kwam de koopman bij toeval in het kampement van de rovers terecht. Daar trof hij Fuza'il bin 'Ayaz aan, die comfortabel bij een vuur was gezeten. De koopman, die enorm opgelucht was nu hij deze vreemdeling had ontmoet, smeekte Fuza'il: 'Mijn karavaan wordt belegerd. Als u zo vriendelijk wilt zijn, neem deze kist en bewaar deze voor mij totdat de kust veilig is.' Fuza'il stemde hiermee in.

Daarop keerde de koopman terug naar de plaats van aanval. Daar bleek dat de bandieten inmiddels waren vertrokken met de buit, en dat zijn medereizigers zich aan het voorbereiden waren om verder te trekken, bedroefd om het verlies van hun goederen, maar dankbaar dat zij het leven hadden behouden.

De koopman besloot dat het nu veilig was om zijn kist terug te halen, en hij keerde op zijn schreden terug. Stel je zijn verbazing en afschuw voor toen hij, bij aankomst in het kamp, zag dat Fuza'il bin 'Ayaz omringd was door de daders van de aanval, en dat die hem duidelijk beschouwden als hun leider!

'Wat heb ik gedaan?' dacht de koopman. 'Ik heb mijn hele levensonderhoud direct in de handen van de hoofdbandiet geplaatst.' Terneergeslagen draaide hij zich om, en wilde weggaan. Maar Fuza'il riep hem: 'Jij daar! Waarvoor ben je gekomen?' De koopman antwoordde: 'Dwaas die ik ben. Ik wilde mijn schat terugvragen. Een absurd idee, ik weet het.'

Fuza'il dacht even na en sprak toen plechtig: 'Je vertrouwdde de kist aan mij toe. Je vertrouwdde mij en ik vertrouw op God. Neem hem.' Zo sprekend, gaf hij de schatkist terug. De koopman nam hem met verbazing en onuitsprekbare dankbaarheid aan.

Niet alleen de koopman was tevreden. Fuza'il bin 'Ayaz ontdekte een vreugde die hij nooit eerder had gekend. Toen hij het vertrouwen van de handelaar naleefde, werd hij zich bewust van een waarde die groter is dan alle rijkdommen van de wereld: de waarde van betrouwbaarheid.

De weg vooruit was hem volkomen duidelijk. Misdaad was niet langer een optie. Hij verliet zijn bende en nam het leven van een derwisj aan. In de loop der tijd werd hij de leerling van Shaykh Abd al-Wahid bin Zaid, en uiteindelijk zijn opvolger. Zijn eigen opvolger was Ibrahim Adham al-Balkhi. Waar Fuza'il eens een rover was geweest, was Ibrahim Adham ooit de koning van Balkh! De geest waait waarheen hij wil.

Wat vertelt dit verhaal ons? De les voor de handelaar was: heb tegen niemand een vooroordeel. De les voor Fuza'il was: toon in al je doen en laten betrouwbaar te zijn.