

Orde zoeken in wanorde – en waarom dat niet werkt

We willen allemaal rust, overzicht en balans in ons leven.

We proberen structuur aan te brengen, doelen te stellen, beter te worden.

Maar wat als onze zoektocht naar orde juist de oorzaak is van innerlijke wanorde?

De denker Jiddu Krishnamurti stelt dat we vaak proberen orde te scheppen vanuit innerlijke verwarring. We streven naar ideale versies van onszelf of de wereld — maar raken juist daardoor steeds verder verwijderd van rust. Want die idealen brengen strijd met zich mee.

"We leven wanordelijk in onze dagelijkse activiteiten... en dit voortdurende conflict, zowel uiterlijk als innerlijk, geeft aan dat we eigenlijk een wanordelijk leven leiden." – *Krishnamurti*.

Het probleem met idealen

We zeggen tegen onszelf:

"Ik moet rustiger worden."

"Ik zou milder moeten zijn."

"Ik moet loslaten."

Maar wie zegt dat? En tegen wie? Zodra we iets moeten, ontstaat er een splitsing in onszelf:

- Hier ben ik nu (onrustig, kritisch, gespannen)
- En daar is het ideaal (rustig, mild, ontspannen)

Tussen die twee ligt strijd, en dat is de wanorde. Niet omdat we 'verkeerd' bezig zijn, maar omdat we vergeten zijn te kijken naar wat er nu is, zonder oordeel.

De geest die wil veranderen, blijft in conflict

Krishnamurti wijst erop dat de meeste mensen leven in een staat van voortdurende competitie:

- Met anderen (wie is succesvoller, mooier, sterker?)
- Met zichzelf (wie ik ben vs. wie ik denk te moeten zijn)

Zelfs spiritualiteit, therapie of zelfontwikkeling kunnen een nieuwe vorm van streven worden. Maar dan zijn we weer bezig met **worden** in plaats van **zijn**.

Wat is dan echte orde?

Volgens Krishnamurti ontstaat orde niet door controle of discipline.

Echte innerlijke orde ontstaat wanneer we zien hoe het conflict ontstaat en die strijd laten vallen.

Niet door jezelf te verbeteren.

Niet door een ideaal na te jagen.

Maar door helder te zien wat is.

Zonder oordeel.

Zonder vergelijking.

Zonder verwachting.

Toepassing in het dagelijks leven

Binnen ACT zeggen we vaak: *“Je hoeft je gedachten niet te geloven.”*

Of: *“Je bent niet je gedachten, je hebt ze.”*

Krishnamurti gaat nog een stap verder:

“Laat het hele spel van worden los. Kijk. Zie. Wees.”

Wat zou er gebeuren als je vandaag gewoon aanwezig bent bij wat zich aandient, zonder het te willen veranderen? Als je kijkt naar je onrust, je twijfel, je neiging tot controle — zonder oordeel?

Dat is geen passiviteit.

Dat is helderheid.

En daaruit kan iets totaal nieuws ontstaan: innerlijke orde zonder strijd.

Reflectie

- Welke idealen streef jij na?
- Wat gebeurt er als je even stopt met verbeteren?
- Kun je waarnemen zonder te oordelen?