

De Stip - mijn logo.

Het Yin-Yang symbool staat voor dynamische balans. Elk aspect van het leven bestaat bij de gratie van zijn tegendeel. Nacht en dag, nee en ja, inademen en uitademen, eb en vloed. Het is de kunst om te 'surfen' op deze dynamiek. En niet zozeer te streven naar één van beide aspecten.

Je kunt die heen en weer gaande beweging zien als een slinger. Meestal voel je je zeer aangenaam aan de ene kant en minder prettig aan de andere kant. Daarom zul je je ook, als de slinger op het uiterste van zijn uitslag noodzakelijkerwijs weer terug moet gaan, verzetten tegen die beweging. Daarmee creëer je een onnodige turbulentie die het ritme van de slinger ondersteboven gooit. Terwijl je, om mee te gaan in de beweging, gewoon moet doorademen en wachten tot de slinger weer terug zal gaan. Het is de aard van de slinger dat dat zal gebeuren.

Merk je verzet, of soms zelfs ongerustheid of paniek, op en wacht. Het moment dat je weer in een voor jou makkelijke stroom terecht zult komen zal zich zeker aandienen. Het is een ritme van keer op keer vasthouden en loslaten. Alsof je een schommel aanduwt. Inspanning en ontspanning.

Het symbool speelt op verschillende manieren een rol in mijn leven. Vanaf mijn zesde heb ik aan judo gedaan. Daar speelt het symbool dezelfde rol. Het spel van tegengestelde krachten, aanval en verdediging, het gebruik maken van de aanwezige beweging en kracht van je tegenstander en het opwekken van beweging speelt ook daar een rol. En zoals een van mijn leraren altijd zei: judo is duo. Je hebt een tegenkracht nodig om jezelf te verbeteren.

Marja, mijn vrouw, en ik hebben geen ring als trouwsymbool, maar een tattoo (zij op haar linker en ik op mijn rechterschouder) van het Yin en Yangsymbool.

De hand in het rode symbool maakt een ritueel gebaar (een 'mudra'): de Apan mudra. Deze representeert schoonmaak, het verwijderen van afval en gif uit je lichaam en ook de kracht van de lente. In het zwarte gedeelte staat de Shunya mudra die staat voor openheid voor wat op je afkomt, verwondering zonder vooroordeel.

Bij elkaar symboliseren ze voor mij de eindeloze magische creatieve beweging die begint met stille verwondering van waaruit je visies worden geboren en daar, na het materialiseren van die visies ook weer eindigt zodat het oude kan sterven en het nieuwe geboren kan worden.

www.georgeparker.nl

