



Les 11: Lachen en humor

1. Er is nog een emotie van een andere soort waarin wij het loslaten beoefenen en die daarom wijst naar de essentie: als we lachen (p. 49)
2. Al na twee maanden produceert een baby zijn eerste lach. Omdat er nog geen gedachten zijn, lijkt deze lach rechtstreeks uit het paradijs te komen. Er is nog geen intentie, er is nog geen ruilhandel, de baby voelt zich vertrouwd met jou en laat dat onomwonden zien. (p. 49)
3. Lachen is als de zon. Het wordt net zo positief ervaren. Lachen is weldadig, het doet ons onze zorgen vergeten. (p.49)
4. Volwassenen met al hun verantwoordelijkheden en zorgen, lachen veel en veel minder dan kinderen. Vaak lijken we weinig reden te hebben om zorgeloos en onbekommerd te zijn. (p.49-50)
5. We hebben een prachtig middel meegekregen en dat is humor (p.50)
6. Om grappen te kunnen maken, dien je afstand te nemen en over een zekere luchtigheid te beschikken. (p.50)
7. De verrassende associaties die voor humor de basis zijn, worden opgemerkt door de losse geest. Ben je fanatiek bezig, dan ben je "serieus" en meestal niet in staat grappen te maken.
8. Die losse geest is veel aanwezig bij zenbeoefenaars. (p.50)
9. Een eigenschap van humor en lachen is dat het spanning laat afvloeien. (p.51)
10. Nog een graatje verder gaat zelfspot. Jezelf niet helemaal serieus nemen getuigt van afstand van jezelf kunnen nemen en daarmee van wijsheid. (p.51)
11. De essentie van het leven wordt blijkbaar meer benaderd in speelsheid en humor dan in de ernst en ingetogenheid waarmee een opgelegde moraal verpakt wordt. (p51)



Les 11: Lachen en humor

1. Er is nog een emotie van een andere soort waarin wij het loslaten beoefenen en die daarom wijst naar de essentie: als we lachen (p. 49)
2. Al na twee maanden produceert een baby zijn eerste lach. Omdat er nog geen gedachten zijn, lijkt deze lach rechtstreeks uit het paradijs te komen. Er is nog geen intentie, er is nog geen ruilhandel, de baby voelt zich vertrouwd met jou en laat dat onomwonden zien. (p. 49)
3. Lachen is als de zon. Het wordt net zo positief ervaren. Lachen is weldadig, het doet ons onze zorgen vergeten. (p.49)
4. Volwassenen met al hun verantwoordelijkheden en zorgen, lachen veel en veel minder dan kinderen. Vaak lijken we weinig reden te hebben om zorgeloos en onbekommerd te zijn. (p.49-50)
5. We hebben een prachtig middel meegekregen en dat is humor (p.50)
6. Om grappen te kunnen maken, dien je afstand te nemen en over een zekere luchtigheid te beschikken. (p.50)
7. De verrassende associaties die voor humor de basis zijn, worden opgemerkt door de losse geest. Ben je fanatiek bezig, dan ben je "serieus" en meestal niet in staat grappen te maken.
8. Die losse geest is veel aanwezig bij zenbeoefenaars. (p.50)
9. Een eigenschap van humor en lachen is dat het spanning laat afvloeien. (p.51)
10. Nog een graatje verder gaat zelfspot. Jezelf niet helemaal serieus nemen getuigt van afstand van jezelf kunnen nemen en daarmee van wijsheid. (p.51)
11. De essentie van het leven wordt blijkbaar meer benaderd in speelsheid en humor dan in de ernst en ingetogenheid waarmee een opgelegde moraal verpakt wordt. (p51)