

Vereniging Meditatie vanuit de Christelijke Traditie

digitale nieuwsbrief



“Het scheen voor de mens als in een droom – het was een wakende droom -

dat hij zwanger werd van het Niets, gelijk een vrouw van een kind.

En in het niets werd God geboren: Hij was de vrucht van het Niets....

Hij heeft hem geboren doen worden in mijn ziel.”

Meister Eckhart

December 2017

Inhoud

Voorwoord door Johannes Berger		2
Stilteweekend oktober o.l.v. Rob van Oosten samenvatting 1 ^e deel door Rob		3
Hoe kom je erbij te kiezen voor meditatie vanuit de christelijke traditie bijdragen van Gonja Hikspoors en Jan Tünnissen		6
Kerstgedicht	Erik van't Hoff	8
De goddelijke natuur	Kim Nataraja	9
Overweging uit 'Elke Dag is de dag van God' Wilfried Stinissen		10
Verstrooiingen, de grote hinderpaal	John Main	11
Agenda		14
Colofon		17

Omslag: Romy Terlingua

Voorwoord

Beste mensen,

Laat ik maar meteen met de deur in huis vallen: ik neem afscheid als jullie voorzitter.

Er is veel gebeurd sinds ons bestuur aantrad in juli/augustus 2016 na een periode van verwarring en scheiding binnen WCCM Nederland. Het was een periode van de brokstukken bij elkaar rapen, rust en stabiliteit herstellen, hoop houden en met elkaar de schouders eronder zetten. En dat is gebeurd. Velen hebben hun enthousiaste en creatieve bijdragen geleverd op onze Algemene Leden Vergaderingen door mee te helpen met organiseren en denken over onze toekomst of als bestuurslid mee te draaien, onze nieuwsbrief in elkaar te zetten, et cetera. En laten we de spil van onze organisatie niet vergeten: de groepsleiders. Want in de groepen gebeurt het eigenlijke werk waaraan wij ons bestaansrecht ontleen. We zijn immers bovenal reisgenoten op ons meditatiepad.

Allen wil ik van harte bedanken voor het vertrouwen dat in mij is gesteld en voor de steun aan het werk van MvCT in deze moeilijke periode. Met name wil ik mijn mede-bestuursleden Frieda en Joost bedanken voor hun niet aflatende inzet! Ook Frans die deel heeft uitgemaakt van ons bestuur dank ik voor zijn grote inzet. Zijn 20-jarige actieve betrokkenheid betekent voor onze vereniging een enorme bron van kennis en inzicht en een netwerk dat van onschatbare waarde is en ook zal blijven. Zijn sterke geheugen en scherpe analyses hielden ons als bestuur vaak bij de les. Ik hoop dat hij ook in de toekomst nauw betrokken zal blijven bij het wel en wee van MvCT.

Helaas hebben we dit jaar ook moeten constateren dat de tijd (nog) niet rijp is voor herstel van de eenheid met WCCM Nederland. Er zijn onderling warme banden tussen de leden van onze vereniging en van WCCM, maar op bestuursniveau vindt dit helaas onvoldoende weerklank. Daarvan is in de vorige nieuwsbrief verslag gedaan.

Het goede nieuws is dat Jan Tünnissen zich beschikbaar stelt het voorzitterschap per 1 januari (ad interim) van mij over te nemen. Jan is al lang en nauw betrokken bij MvCT en ook in de zwaarste momenten van ons bestaan was hij steeds aanwezig om ons te steunen met zijn heldere visie en door ruimte voor samenkomst in Hilversum voor ons te regelen. Jan is een mediteerder in hart en nieren, hij vertelt elders in deze nieuwsbrief "hoe zijn bewustwording tot het mediteren is gegroeid". Ik vertrouw hem het voorzitterschap van het bestuur van onze vereniging dan ook van harte toe! Jan zal de lopende zaken (ad interim) waarnemen totdat het bestuur zijn kandidatuur zal voorleggen aan de Algemene Leden Vergadering op 3 februari 2018 in Hilversum. Allen van harte welkom!!

Voor Frans hebben we nog geen opvolger gevonden. Voel je je geroepen als penningmeester mee te doen in het bestuur, laat het ons weten! In dit voorwoord dus veel zakelijk nieuws, maar de rest van de Nieuwsbrief biedt ruime spirituele inspiratie voor de komende feestdagen.

Rest mij de lezers van onze Nieuwsbrief mede namens het bestuur een gezegend Kerstfeest en een goede jaarwisseling toe te wensen!

Johannes Borger, voorzitter MvCT

Stilteweekend 6-8 oktober 2017 rond het thema: *Belangeloosheid*

In het weekend van 6-8 oktober waren we bijeen op Klein Sion in Leuvenheim rond het thema: Belangeloosheid of Onbaatzuchtigheid. De inhoudelijke leiding was in handen van Rob van Oosten. Hieronder vatten we het eerste deel van de inspirerende lezingen van Rob samen.

Deel 1

Een doodgewone kaars - even uit de kapel 'geleend' (!?) - wordt aan het prille begin van ons weekend aangestoken.

Wanneer we de vanzelfsprekendheid van een brandende kaars tot spreken verleiden, komt hij nòg beter tot zijn recht.

Hij geeft licht en warmte, beide van levensbelang. Maar ééns te meer als we zijn warmte ook vertalen naar menselijke warmte, genegenheid dus voor en naar elkaar.

Een kaars is onbaatzuchtig: geeft en geeft en geeft..... en slijt tegelijk aan zichzelf.

Wat een mens al niet van een kaars kan leren!!

Of neem een roos.

Waarom heeft een roos zijn kleur? Waarom?, Waarom?? Dáárom.....!

Zo'n roos is zonder waarom. Zij bloeit omdat zij bloeit.

Zij slaat geen acht op zichzelf. En vraagt niet, of men haar ook ziet. (Angelus Silesius).

Soms loop je onverwacht tegen juweeltjes aan. Zo lees ik op 'n brug een spreuk van Calvijn - in het Latijn uiteraard - Terar dum prosim.

Dat mag je vrij vertalen met: "Het geeft niet dat ik slijt, als ik maar dien".

En in 1999 fietste ik met twee van onze zoons van 's-Hertogenbosch naar Santiago, 2500 km die we in een goede maand hebben overbrugd. Iemand gaf me vooraf een motto mee:

"Het doel van de weg is niet het doel, maar de weg"!

Ik weet nog, dat ik 't mooi vond. En ik herinner me nog steeds dat ik er weinig of niets van heb wáár-gemaakt.... Maar dat motto komt regelmatig bij me bovendrijven.

"Het doel van je leven is niet het doel. Maar je leven!"

Emily Esfahani Smith zei in Trouw (17-06-2017):

iedereen noemt "geluk" spontaan het doel van je leven.

Als ik aan doopouders vraag: Wat is het àller- allerbelangrijkste dat je je kind toewenst, komt steevast: geluk en gezondheid.

Maar Emily schreef: Moge het doel zijn, dat je aan het eind van de rit mag zeggen:

"Ik heb zinvol geleefd" Soit! (en geluk krijg je er gaandeweg bij, op de koop toe).

Over belangeloosheid gesproken.....!

Behalve bij Meister Eckhart, Simone Weil, Antoine de Saint Exupéry en Charles Péguy, ga ik graag te biechten bij Dag Hammarskjöld (1905 - 1961). Zijn boek 'Merkstenen' ligt bij me thuis voor het grijpen. Hij was Zweeds diplomaat, secretaris-generaal van de Verenigde Naties en een spiritueel man. Van hem zijn de gouden woorden:

"Ooit heb ik JA gezegd. Vraag niet: wanneer precies...? waarom? waar"?

Ooit heb ik JA gezegd. Met andere woorden maak ik daarvan:

....ik heb geant-woord op het woord dat mijn geweten me aanreikte

... ik heb verantwoordelijkheid genomen

....ik heb gehoorzaamd (wetend dat ja-zeggen geen ja-knikken is)

En Hammarskjöld is in een oneindig gezelschap zoals van: Ety Hillesum, de profeet Jeremia, Frans van de Lugt (jesuït die in Syrië werd vermoord, Moeder Teresa, Jezus van Nazareth (die zijn beste vriend Petrus ongenadig terecht wees: 'Houd me niet van mijn ja-woord af om naar Jeruzalem te gaan, hoewel ik goed weet hoe de vlag er dáár bij hangt...')

Belangeloosheid. Ze wordt eerder door dichters verstaan dan door onze zeer gewaardeerde wetenschappers. De wetenschap belijdt het 'heersende' denken (overheersend als je wil).

Want wetenschappers zijn probleemgericht.

Daarentegen zijn dichters gevoeliger voor het mysterie van ons bestaan,

zoals de Vlaamse priester-dichter Guido Gezelle 1859:

Als de ziele luistert, spreekt het al een taal dat leeft,

t lijzigste gefluister ook een taal en teken heeft:

blaren van de bomen kouten met malkaar gezwind,

baren in de stromen / klappen luide en welgezind,

wind en wee en wolken, wegelen van Gods heiligen voet,

talen en vertolken 't diep gedoken Woord zo zoet...

als de ziele luistert!

of Adriaan Roland Holst (1888- 1976) in zijn gedicht: De Ploeger:

Ik zal de halmen niet meer zien,

noch binden ooit de volle schoven,

maar laat me in de oogst geloven

waartoe ik dien.

Rob van Oosten

Hoe kom je erbij te kiezen voor meditatie van uit christelijke traditie?

Lezersvraag

In onze Nieuwsbrief van oktober plaatsten we een vraag aan onze lezers over hoe zij tot mediteren vanuit de christelijke traditie zijn gekomen:

“Hoe is dat bij u gegaan en wat zorgt ervoor dat u blijft mediteren?”

We hebben daarop twee reacties ontvangen. We plaatsen deze hier met toestemming van de auteurs.

Gonja Hikspoors (groep Wageningen)

Het was toeval, ik ken Guus Tonneijck (een van de leiders van de meditatiegroep Wageningen) van de kinderwoorddienstgroep, zij heeft me uitgenodigd (wel 2 of 3 keer) en toen ben ik gaan kijken. Ik heb eerder 1 à 2 jaar zenmeditatie gedaan (2010/2011?) in onze kerk o.l.v. Pim Melger in een klein groepje van ca 5. Dit is wat meer aangekleed, met muziek, gebed, thee etc. , warme ruimte.

De zenmeditatie was ook prettig, ik kwam er een keer vandaan, toen ik een bekende tegenkwam die riep; wat zie jij er ontspannen uit. Ik was wel verbaasd over dit effect. Ik heb daar leren “volhouden”. De groep is belangrijk, want dan kun je het makkelijk oppakken als het versloft en ik kom/blijf in het ritme. Maar soms voel ik me ook wat schuldig als ik weinig kom. Ik kom er niet/nauwelijks toe om het zelf te doen. In onze groep vind ik het belangrijk dat het rustig is/blijft na afloop om de goede sfeer vast te houden.

Jan Tünnissen (Hilversum)

In de nieuwsbrief van oktober jl. las ik de vraag: “Hoe kom je erbij te kiezen voor meditatie?”

Als ik deze vraag voor mij persoonlijk mag beantwoorden, kwam ik tot de gedachte: “Hoe is mijn bewustwording tot het mediteren gegroeid?”

Jaren geleden werd mij een artikel gegeven hoe men door een juiste ademhaling een diepe psychische rust kon bereiken. Dat bleek de middenrifademhaling te zijn die toen voor mij van grote betekenis voor een juiste psychosomatische gesteltenis was. Deze psychische basisgesteltenis die door het middenrifademen werd bevorderd, was precies de grondhouding die ik nodig had om in een drukke stressvolle baan zo goed mogelijk te functioneren. Het herhalen van deze ademhalingsoefeningen gaf mij rust en deze grondhouding opende het bewustzijn wat de betekenis van mijn leven eigenlijk is.

Na een bredere oriëntatie kwam het Kasteel Stoutenburg in beeld. De Franciscaanse pater Van den Eijnden gaf in de Stoutenburg een zevendaagse retraite waar de "Oosterse meditatie voor de westerse mens" volgens de methode van Klemens Tillmann, een leerling van Karlfried Dürkheim, centraal stond. Helaas overleed pater Van den Eijnden door een tragisch ongeval, waardoor het contact met Kasteel Stoutenburg verloren ging.

Door omstandigheden kwam ik in Deventer terecht waar de Ignatiaanse spiritualiteit werd onderwezen en beoefend. Reflecterend op een dertigdaagse retraite, die ik enkele jaren later volgde, zijn er buiten mijn godsdienstige ontwikkeling twee punten bijgebleven. Ten eerste het zich bewust worden van de vijf verbeeldingszintuigen nl. het zien, het luisteren, het ruiken en proeven, het tasten, en het spreken. Ten tweede de discipline om tijdens deze retraite 5 uren per etmaal te mediteren. Ik ben dankbaar dat zowel mijn toenmalige werkgever als mijn gezin mij de gelegenheid gaven deze retraites onder deskundige leiding te mogen volgen.

Bij het meerdere malen lezen van het geschrift van John Main osb. "Christian Meditations", besef je pas goed hoe het leven in al haar facetten in ons aanwezig is met als doel om onszelf te worden. Toen heb ik mij aan de methode van John Main overgegeven.

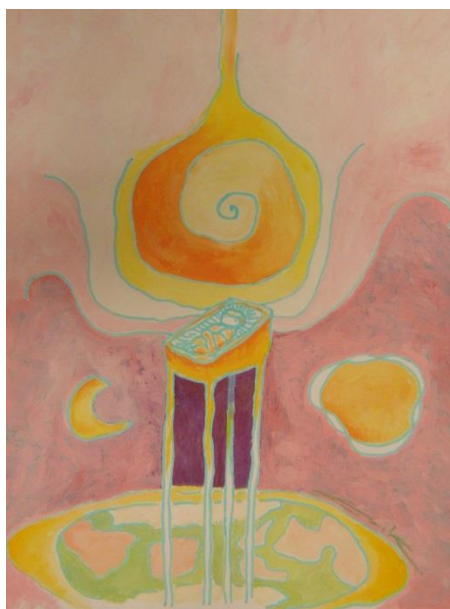
Het tweemaal per dag een half uur in concentratie het gebedswoord "Maranatha" op het ritme van mijn middenrifademhaling te herhalen geeft mij het gevoel er te zijn. Deze mantra meditatie is voor mij een luisteren met het hart geworden waardoor je het wonder van pelgrim-zijn op het spoor komt^{*)}. Mag je met je gevoel ervaren hoe de geheimen van de stilte je gaan dragen. Universeel, maar vooral het bewustzijn dat je met Hem bent.

Na deze zoektocht durf ik te zeggen dat het antwoord op de vraag naar de mooiste plek niet moeilijk is. Die plek ligt diep in ons, in ons binnenste binnen. Daar

maakt het innerlijk oog de weg van ons leven tot een wonder, zoals Jeroen Gooskens het zo mooi beschrijft in zijn boek "Verder Onderweg". Daar luistert het hart naar de geheimen van de stilte, zonder dat de verstrooidheid de rust en de concentratie verstoort. Daar mag de mens de verborgen bron op het spoor komen. Daar gaat hij of zij, haar of zijn weg, naar een einde dat geen einde is.

Maranatha, kom Heer Jezus kom.

*) als pelgrim zijn we *onderweg* naar een doel, bijv. Santiago de Compostella



Die hemels is, wordt aards.
Die goddelijk is, wordt mens.
Die licht is, komt in het duister.
Die glorie is, komt zonder luister.
Die eeuwig is, wordt aan tijd gebonden.
Die vrede is, wordt ten strijde gezonden.
Die leven is, komt om te sterven,
opdat wij het leven beërven.

Voor U Heer, open ik mijn hart.
Laat uw Geest er wonen.
Tel mij bij uw zonen.
Maak met mij een nieuwe start.

Ik weet dat U mijn hart geneest,
U wilt mij vergeven,
U wijst nieuwe wegen.
Ik prijs U, Vader, Zoon en Geest.

Erik van't Hoff

WCCM - Lesbrieven van De School voor Meditatie

Jaar 3 – lesbrief 48 De Goddelijke natuur

door Kim Nataraja



De vroege Christelijke Vaders legden er de nadruk op dat we God niet kunnen kennen via onze ratio. Geen enkel beeld, concept of naam kan God ooit recht doen. In feite zagen ze het als godslastering om God te benoemen, omdat dat oneindigheid zou begrenzen of het onnoembare zou benoemen. We kunnen, echter, de Goddelijke Aanwezigheid *ervaren* omdat we iets gemeenschappelijks hebben, zoals we in de vorige brief konden lezen. We kunnen God intuïtief kennen door onze ‘*nous*’, het nobelste deel van onze ziel, wat ook ons gebedsorgaan is. We zien hier duidelijk hoe John Mains theologie in lijn ligt met deze vroege Christelijke gedachte en we kunnen zelfs beter begrijpen waarom hij zoveel nadruk legt op het belang van het loslaten van gedachten en beelden ten einde de stilte van God te betreden. Het is interessant hoe Clemens van Alexandrië omging met de onmogelijkheid God te kennen via beelden en gedachten. Bisschop Kallistos Ware zegt hierover in zijn hoofdstuk in ‘*Journey to the Heart*’:

“In Clemens mystieke theologie is het goddelijke mysterie het overheersende idee, zijn leidende gezichtspunt. Hij is de eerste grote Christelijke denker die de apofatische (negatieve) theologie gebruikt, waarin God omschreven wordt door te zeggen wat hij niet is. In de katafatische benadering wordt bevestigend, in metaforen, over God gesproken.

Om de betekenis van katafatisch en apofatisch te verduidelijken zijn hier wat voorbeelden uit het werk van Meister Eckhart, die bekend staat om het gebruik van beide begrippen:

Katafatisch: ‘*God is goed*’, ‘*God is groot*’, ‘*God is liefde*’, ‘*God is almachtig*’

Apofatisch: ‘*Je moet Hem liefhebben zoals Hij is: een niet-god, een niet-geest, een niet-persoon, een niet-beeld*’

Deze laatste methode wordt inderdaad gebruikt door de apofatische mystieke theologen. Ze zeggen niet wat God is, omdat Hij het mysterie is dat voorbij ons begrip ligt. Ze zeggen alleen wat Hij niet is.”

Als je consequent meegaat in deze benadering en alle ideeën loslaat die we over God hebben: “*dan krijg je besef van het zuivere zijn en dichter bij God kom je niet ... God bevindt zich niet in de ruimte, maar Hij bevindt zich boven ruimte en tijd, naam en gedachte. God is zonder grenzen, zonder vorm, zonder naam.*” (Clemens van Alexandrië)

Overweging uit 'Elke Dag is de dag van God' van Wilfried Stinissen

Na of voor de dagelijkse meditatie lezen velen van ons een tekst van een mysticus of uit de bijbel. Voor de feestdagen las ik vorig jaar na de meditatie een stukje uit het boek "Elke Dag is de dag van God" van Wilfried Stinissen. Deze karmeliet is vanuit België naar Zweden verhuisd en heeft daar een kleine gemeenschap opgericht. Hij heeft de nodige spirituele boeken op zijn naam staan, die het lezen de moeite waard zijn, zoals "Bij U ben ik geborgen".

Alhoewel onze nieuwsbrief wellicht na de feestdagen wordt gelezen, wil ik u onderstaande tekst niet onthouden. Het kan ons hart reinigen van de vele perikelen die wij dagelijks tegenkomen.

Jan Tünnissen

Kerstmis in je binnenste

Christus, vóór alle tijden geboren uit de Vader en geboren uit Maria in Bethlehem, wil ook geboren worden in jouw hart. "Ontwaak, slaper, sta op uit de doden, en Christus zal over u stralen", schrijft Paulus (Ef. 5,14). Christus wil in jou een licht zijn, helder dan de dag. Het dient tot niets dat Hij mens werd en in Bethlehem geboren werd, indien je Hem niet in jou geboren laat worden en je hart laat verlichten.

Het kerstmysterie is niet een werkelijkheid buiten jou. Het wordt alleen voltooid indien het een werkelijkheid wordt in je binnenste.

Maria en Jozef zochten een gastenverblijf. En de Koning der koningen nam genoegen met een arme stal en de voerbak voor het vee. Is er ruimte voor Hem in je binnenste – veel verlangt Hij niet – of word je zo in beslag genomen door alles wat van jou is dat er geen plaats voor Hem is?

Indien je Jezus in je binnenste geboren laat worden, word je een boodschapper van de liefde. Dan zul je niets meer alleen voor jezelf doen. Alles wordt bezielde door liefde. Als je steeds opnieuw de woning van je hart voor Hem opent, zal Hij steeds opnieuw in en door jou zichtbaar worden. Zoals Hij voortdurend uit de Vader geboren wordt, zo wil Hij voortdurend geboren worden in jou.

Denk niet dat je Hem grote en prachtige dingen moet aanbieden. Zijn aanwezigheid is het die jouw armoede zal doen stralen met goddelijk licht. Hij voelt zich het best thuis in het eenvoudige en pretentieloze, als de deur maar voor Hem geopend wordt.



Verstrooiingen, de grote hinderpaal

John Main

Hoofdstuk 9 van The way of unknowing

Ik ben ervan overtuigd dat je jezelf ook al hebt afgevraagd wat in feite ieder van ons aanzet om te gaan mediteren. Er moet een oprecht verlangen aanwezig zijn om mensen te motiveren om door weer en wind te komen luisteren naar introducties over meditatie, om zich een nieuwe spirituele discipline op te leggen, en om deze dan te integreren in een meestal reeds druk bezet leven. Ik denk dat er een soort intuïtief aanvoelen in ons aanwezig is dat ons aanzet om dieper te gaan. We zullen nooit vrede vinden wanneer we op het niveau van onze verstrooiingen en activiteiten blijven hangen. Een bepaald spiritueel inzicht zegt ons dat er een grotere rijkdom en kracht in ons kan ontdekt worden wanneer we tot stilte en aandacht kunnen komen. Het grote belang van de meditatie in onze maatschappij is symptomatisch, gezien de vanzelfsprekende beperkingen die materiële zaken en hun uiteindelijke bedoeling en betekenis ons slechts kunnen geven. Steeds meer mensen in onze drukke en veeleisende maatschappij komen tot de vaststelling dat zij hun leven op een dieper en rijker niveau willen beleven. Stilaan gaan we beseffen hoe dringend en belangrijk het is onszelf niet als banaal te beschouwen. We moeten weigeren ons te laten conditioneren en vrede te hebben met een oppervlakkig leven. We moeten ertoe komen ons leven in voeling te brengen met de diepere grond ervan. De eerste ontdekking die we doen als we beginnen te mediteren is vaststellen dat we boordevol verstrooiingen zitten en dat het niet zo gemakkelijk is om naar de diepte door te stoten, voorbij die oppervlakkige laag van invallen en analyses. Het maakt je nederig, om niet te zeggen dat het vernederend is, vast te stellen dat, onze opvoeding en vorming ten spijt, en met al de goede punten op verschillende terreinen, we onze geest toch niet langer dan enkele luttele momenten kunnen stil houden, om dan op alle mogelijke zijsporen te belanden. Het brein maalt maar door, roept de meest ridicule fantasieën en gedachten op in de verschillende lagen van onze geest. We komen er niet toe stil te worden. In het begin, wanneer je deze vernederende vaststelling doet, zal je al spoedig tot twee bekoringen verleid worden. De eerste bestaat erin dat je gewoon alles opgeeft. Het is hopeloos. Je ziet het niet zitten, het is de moeite niet, het is niets voor mij. De tweede bekoring is te zeggen 'laat me eens zien wat er gebeurt'. De eerste verleiding leidt tot wanhoop of nodigt je uit de uitdaging te ontlopen. De tweede is de verleiding van zelfobsessie, het danig geïnteresseerd zijn in en ingenomen zijn met je eigen mentale processen.

De kunst van het mediteren bestaat erin jezelf de discipline aan te leren om het te blijven doen. En het ook dagelijks te blijven doen als iemand die het leven toegewijd is, het ernstig opneemt en ten volle wil leven. Dat wil zeggen, als iemand die het oppervlakkig leven niet als de normale of noodzakelijke gang van zaken ziet. De meditatie zal geleidelijk je discipline doen toenemen en je toewijding zal groeien in de mate dat je trouw en toegewijd blijft aan de dagelijkse discipline. De meditatie zal je ook helpen om de aandacht van jezelf af te wenden, om boven je gedachten uit te stijgen, om je gerichtheid op jezelf los te laten en ook al de ijdelheden, de zorgen en de verlangens die ze bij je oproepen. Het zal je op een natuurlijke manier daarvan afwenden en je naar iets leiden dat veel groter is dan je ooit kunt vinden in alle analyses en zelfbeschouwingen die onze cultuur zo hoog aanslaat. Je bent aan een reis begonnen die de inkrimping van het ego bewerkstelligt, en die weg is de weg van de mantra. Je hoeft eigenlijk maar enkele dingen te weten om te mediteren. Je moet stil zijn, en in de eerste weken moet je echt leren stil zitten, want dat is de eerste stap naar absoluut stil worden. Begin dan met je mantra te zeggen, voortdurend zonder ophouden. De mantra bouwt die kracht in je op om het vol te houden en het is vooral de mantra die de aandacht van jezelf zal weggleiden en die je zelfbewustzijn doorprikt. Het lijkt wel dat zodra je begint te mediteren je in een storm van gedachten en afleidingen terecht bent gekomen. Er zijn flitsen die je te binnen schieten en er zijn wervelstormen in alle richtingen. De mantra is als een lichtbaken en loodst ons er doorheen; we moeten daar onze aandacht op richten. Als we aandacht weggleiden van de mantra zijn we verloren. We vallen teug op ons zelfbewustzijn, onze zelfgerichtheid, zelfobsessie en verwarring. Het is buitengewoon eenvoudig.

Wat is hiervan nu de betekenis in christelijke zin? Het betekent eenvoudig dat er slechts één gebed bestaat: het gebed van Jezus. Het is het gebed waarbij zijn hele bewustzijn zich openstelt en afstemt op de Vader. De algehele en uitzonderlijke waarheid van de christelijke openbaring bestaat erin dat ieder van ons, wie we ook mogen zijn, uitgenodigd wordt om ons bewustzijn open te stellen voor het bewustzijn van Jezus, om vanuit deze ontvankelijkheid, uit en boven ons zelf te worden gelicht en opgenomen te worden in die stroom van liefde die vloeit tussen de Vader en de Zoon. Dat is de lotsbestemming van elke persoon en dus van elk van ons en in deze ervaring worden we heel en geheeld en voor eeuwig werkelijk. De paradox bestaat erin dat je jezelf voor het eerste kent, omdat je dan in God verloren bent. Dat is ook wat het evangelie ons zegt: 'Wie zijn leven wil winnen, moet het verliezen'. Meditatie is een welbepaalde weg om je leven te verliezen, ook je zelfbewustzijn, in de zin dat je jezelf als een anonieme

afgescheiden identiteit ervaart. Door je te verliezen vind je jezelf terug in God en in één klank met geheel de schepping, omdat je uiteindelijk ook één bent geworden met jezelf. Je bewustzijn is niet langer verdeeld, niet langer verward. Het is vereenvoudigd. Het is één met God.

Herinner je je daarom de eenvoud van de meditatie. Mijn aanbeveling voor wanneer je begint te mediteren (en alvast voor de eerste vijf jaar) is om zo weinig mogelijk boeken te lezen over dat onderwerp. Praat er zo weinig mogelijk over. Denk er niet te veel over na. Maar mediteer elke dag, en als je gedurende enkele jaren hebt gemediteerd, en als je er de behoefte toe hebt, lees dan enkele boeken. Dan kan je er wellicht zinvol over praten. Onze maatschappij stuurt erg aan op studie, in alle mogelijke geledingen en variaties, maar in meditatie komt het niet aan op studeren. Het is binnengaan, proeven, zien en weten hoe goed God is. Proeven, zien en weten hoe goed het voor jou is in Hem te zijn. De discipline van de meditatie zal je tot vrijheid leiden en je met de vreugde en de vrede van de Geest vervullen en het brengt je hele leven en al je ervaringen in het heerlijke christelijke kader van de hoop.

Moge de God van de hoop u vervullen met alle vreugde en vrede die het geloof u kan schenken, zodat gij overvloedig van hoop, door de kracht van de Heilige Geest" (Rom. 15:13).

Daarom bestaat de christelijke uitnodiging erin niet langer te leven aan de oppervlakte, of op het niveau van glitter en banaliteit, maar om je te laten vervullen met de vrede en liefde van God. In de volheid die daaruit voortvloeit, ontdek je dan je eigen ware werkelijkheid; je ontdekt dat je waar wordt gemaakt in God.

Agenda

Algemene Leden Vergadering

Vereniging Meditatie vanuit de Christelijke Traditie

Zaterdag 3 februari 2018

Emmaüskerk, Kerkelandenlaan 5, Hilversum

Spreker: Dr. Lia van Aalsum, Nijmegen. Thema: "Spiritualiteit: waarom en hoe?"

Lia van Aalsum is als theologe werkzaam op het gebied van de spiritualiteit, zowel wat betreft het wetenschappelijke spiritualiteitonderzoek als de praktische spiritualiteitvorming. Daarbinnen gaat haar interesse uit naar de joodse, Bijbelse spiritualiteit en naar de relatie 'onderwijs & spiritualiteit'.

Spiritualiteit brengt in contact met de dragende kracht van het bestaan. Spiritualiteit is vormend en omvormend, voedend en confronterend. Aangesproken door het mysterie leert een mens vertrouwen op zichzelf, op de ander en op wat er geheimvol groeit. Spiritualiteit biedt richting, maakt gevoelig voor wat goed en waarachtig is, zowel in het individuele als gemeenschappelijke leven. Vanouds werd dit werkelijkheidsgebied via godsdienst en filosofie ter sprake gebracht. Maar voor velen is deze taal betekenisloos geworden, met als gevolg dat de dimensie van het mysterie in onze samenleving nauwelijks nog wordt onderkend.

Wij zijn heel blij dat Lia voor ons een lezing wil verzorgen. Ter verdieping worden er ook teksten behandeld en is er ruimte voor uitwisseling.

10.00 uur ontvangst met koffie/thee

10.30 uur meditatie

11.00 uur lezing door Lia van Aalsum en aansluitend uitwisseling

12.30 uur lunch

13.30 uur Algemene Leden Vergadering

15.30 uur meditatie

16.00 afsluiting met koffie/thee

Kosten: € 10,- svp brood meenemen, voor soep wordt gezorgd.

Wees welkom! Aanmelden bij Frieda Haitsma, friedahaitsma@gmail.com; 06 57336304

Kloosterweekend Chevetogne 2018

Chevetogne is een benedictijns klooster in de Ardennen, gespecialiseerd in oecumene met de orthodoxe, byzantijnse kerken. Zelf hebben ze twee kerken, een in de traditionele westerse kloosterstijl met vieringen zoals kloosters hier ook hebben; en een katholiek-byzantijnse kerk met vieringen afwisselend in Grieks en Kerkslavisch.

Het is van vrijdagochtend vroeg tot maandag eind van de middag, uit en thuis, en het is volpension (van vrijdag tussen de middag warme maaltijd tot en met maandag tussen de middag warme maaltijd).

Inhoudelijk wordt een aantrekkelijk programma geboden, maar men bepaalt zelf waaraan men mee doet. Mooie vieringen met hemelse muziek, mediteren (op eigen gelegenheid), wandelen in de bossen, bezoek aan een nog niet zo lang geleden gestichte orde met broeders en zusters die gemiddeld nog geen 30 zijn, bezoek aan Beauraing (Mariabedevaartplaats), et cetera. Voor hen die er nog niet eerder waren, wordt er een rondleiding verzorgd en men krijgt (per mail) een uitgebreide informatiemap.

De reis is vanaf Leersum 280 kilometer, die we maken met eigen auto's (chauffeurs krijgen vergoeding per inzittende). Vanuit Rotterdam of Den Haag zal het ongeveer hetzelfde zijn. Dit lang weekend kost all-in: 210 euro (chauffeurs dus minder).

Maximale groepsgrootte 15 personen (praktisch alle tweepersoonskamers).

Omdat de groepsgrootte beperkt is, worden aanmeldingen in volgorde van binnenkomst gehonoreerd.

Omdat nog niet bekend is wanneer het weekend precies gaat vallen (hangt ook van het klooster af, we hopen in Juni) kun je nog niet definitief inschrijven maar je wel aanmelden voor een optie. Ik verwacht eind januari van het klooster te horen welk weekend en met hoeveel personen we kunnen komen.

Ben je er eenmaal geweest, dan zul je moeten constateren dat je er je hart aan verloren hebt.

Geïnteresseerd? Mail bart44@telfort.nl of tel. 0343-452841 en geef duidelijk op:

Naam en voornaam, M/V, adres en telefoonnummer en emailadres;

al dan niet auto beschikbaar; evt. kamergenoot.

Deelnemers die nog niet eerder in Chevetogne waren krijgen voorrang, en onder hen leden van de MvCT-groepen (met eventuele aanhang).

Bart van Soest, Burg. Goudsmitlaan 1, 3956 GS Leersum



Zie ook de websites:

www.monasterechevetogne.com

www.tiberiade.be/nl/home.php

Colofon

De digitale Nieuwsbrief is een uitgave van de
VERENIGING MEDITATIE VANUIT DE CHRISTELIJKE TRADITIE

De Nieuwsbrief verschijnt 4x per jaar

Redactie

Joost van Buuren met hulp van Gonja Hikspoors, (j.buuren@upcmail.nl)

Kopij volgende Nieuwsbrief vóór 1 maart 2018 naar de redactie

Abonnementen

Prijs per jaargang: € 10 op rekening NL43 SNSB 0944 9405 01
ten name van F.B.W. Marcus

Vereniging Meditatie vanuit de Christelijke Traditie

Stuurgroep

Johannes Borger, voorzitter

Joost van Buuren

Frieda Haitsma

Stuurgroepmvct@gmail.com

Tel: 06-57 33 63 04

Website: <http://www.meditatievanuitdechristelijkenetraditie.nl>

Oproep van de penningmeester

Beste lezer(es), check nog even of je je abonnementsgeld voor deze nieuwsbrief (3-maandelijks) al hebt betaald. Het bedrag is € 10 per jaar. We sturen doorgaans geen aanmaningen om onszelf een hoop werk te besparen. We rekenen op je begrip en medewerking.