

Nieuwsbrief

Vereniging voor Meditatie vanuit de Christelijke Traditie



Word stil in de klankschaal van je ziel,
want daar waakt je oor voor het Heilige.

(Catharina Visser)

Kerstmis, december 2020

Inhoud

- Bericht van de redactie 2
- Kerstgedicht van João Cabral de Melo Neto 3
- Gelukkig zij die zuiver van hart zijn, de vreedstichters en zij die vervolgd worden
John Martin Sahajananda (vertaling Margriet van Raaij) 4
- Waartoe
Jan Hilhorst 9
- Wanneer ik de behoefte loslaat mijn leven in goede banen te leiden...
Joost van Buuren 10
- De Duivelsvraag
Rob van Oosten 13
- Jaar 4 – lesbrieven 28
Kim Nataraja 15
- Colofon 17

Omslag: Luc Blomme

Bericht van de redactie

Beste meditatievrienden,

We kijken terug op een bijzonder jaar. Meer dan ooit werd onze aandacht bepaald bij onze sterfelijkheid: Memento mori, de tekst die vroeger in Leidschendam op een kapelletje bij een kleine begraafplaats dichtbij ons huis stond. Hoelang zal het duren tot we tegen elkaar zeggen: welk jaar was dat ook alweer van die Corona?

Veel van onze persoonlijke en verenigingsplannen moesten we afgelasten: de ALV op 21 maart, de themadag over Groene Theologie en de Retraite in Postel op 9,10 en 11 oktober. In augustus dachten we nog dat Corona voldoende onderdrukt was, maar de tweede golf zette toch door.

Ondertussen hebben we wel kunnen mediteren, misschien nog meer en met meer aandacht dan anders. Onvrijwillig werden we kluzenaars, een beetje.

Nu in deze adventstijd kijken we vooruit naar kerstmis en naar het nieuwe jaar. Misschien verlangen we meer dan ooit dat deze tijd van beperkingen, van dwaze complottheorieën en *fake news* voorbij zal zijn. We kijken uit naar de geboorte van het kerstkind, onze Heer, naar licht dat nooit meer dooft, naar vrede en verzoening. De verwondering over het Kind van Kerstmis vinden we op unieke manier uitgedrukt in een gedicht van João Cabral de Melo Neto in dit nummer.

In het voorjaar overleed Jan Hilhorst. We berichtten daarover al in ons Paasnummer. In dit nummer willen we graag een van zijn "Schrijfsels" opnemen. We ontlenen dat aan een boekje onder deze titel dat zijn familie heeft doen publiceren. Dat boekje kan voor ons een diepe bron van inspiratie zijn.

In dit nummer staat ook het laatste deel van de vertaling van de Zaligsprekingen uit het boek `You are the Light` van John Martin Sahajananda. Onze grote dank hierbij aan Margriet van Raaij voor alle inspanningen een goede vertaling van het gedachtegoed van Br. Martin neer te zetten, in de lijn van haar live-vertalingen tijdens retraites zittend naast Br. Martin.

Voorts heeft *the 21 Days Meditation Challenge Creating Abundance* van Deepak Chopra ondergetekende geïnspireerd tot een overdenking over de wet van de Onthechting. Deepak Chopra legt ons de gedachte voor: "Wanneer ik de behoefte loslaat mijn leven in goede banen te leiden, brengt het universum me het goede in overvloed".

Rob van Oosten neemt ons mee in zijn intrigerende gedachtenspingsels rond 'de Duivelsvraag', naar aanleiding van het gelijknamige boekje van Cornelis Verhoeven.

Zoals gebruikelijk bevat deze Nieuwsbrief ook weer een lesbrief van Kim Nataraja, dit keer over hoe we onze voortdurende gedachtstroom tijdens het mediteren kunnen laten voor wat die is. Dit is iets wat steeds aandacht vraagt.

Tenslotte, op dit moment kunnen we helaas in dit nummer nog geen agenda voor 2021 opnemen. Zodra het weer mogelijk is zal het bestuur de draad van achtergebleven activiteiten weer oppakken.

De redactie hoopt als altijd van jullie reacties te krijgen met name over hoe jullie deze tijd, waarin we elkaar zo weinig hebben kunnen ontmoeten, hebt ervaren. Aan jullie allen een heel mooie tijd van Kerstmis en Nieuwjaar toegewenst. Hopelijk zien we elkaar spoedig weer.

Joost van Buuren

Kerstgedicht

Uit: Dood en leven van Severino, van João Cabral de Melo Neto, (Brazilië,1920-1999).

Toelichting uit: D.Sölle, Mystiek en Verzet, hoofdstuk 15 Een mystiek van de bevrijding.

Ter toelichting. Severino is een jongen van het boerenland in de jaren 1950. Hij trekt weg uit onvruchtbare, verwoeste landstreken in Noord-Oost Brazilië om uiteindelijk in zijn zoektocht naar een beter leven in de slums van de stad terecht te komen. Hij is niets bijzonders, er zijn miljoenen zoals hij. Zal hij zich van kant maken? De tocht uit de ellende wordt een kerstspel. Tegen alle dood in wordt de lofzang gezongen over het pasgeboren kind van de timmerman; de buurvrouw en vrienden brengen hun geschenken, die, evenals die van de herders, engelen en wijzen van vroeger, niet erg effectief zijn voor de strijd om te overleven....

Hij is mooi als een ja
In een zaal vol nee
Hij is mooi als een tweede oogst
Die het suikerrietveld vergroot
Mooi, omdat hij een deur is,
Die zich verandert in vele uitgangen.
Mooi als de laatste golf,
Die door het einde van de zee niet wordt opgeslokt.
Hij is mooi als de golven
In hun summa van oneindigheid.

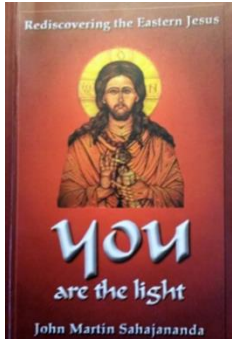


De zaligsprekingen

Hoofdstuk 9 van *You are the Light*

John Martin Sahajananda

Vertaling: Margriet van Raaij



Het boekje *'You Are the Light'* is een vernieuwende interpretatie van Jezus' boodschap in de context van de interreligieuze dialoog, in het bijzonder die tussen christendom en hindoeïsme. Het omarmt de inzichten van oudere tradities en geeft een diepgaande en inspirerende visie voor een vernieuwd christendom. In de vorige nieuwsbrieven tref je de vertalingen aan van de voorgaande hoofdstukken.

Gelukkig zij die zuiver van hart zijn, de vreedstichters en zij die vervolgd worden.

Om God te zien is een zuiver hart en geest nodig. Om God te zien moet men vrij zijn van vroeger aangeleerde gewoontes, want God is altijd nieuw en de geest die aangeleerde gewoontes op God projecteert, ziet alleen een God die was en niet een God die is.

Jezus vergeleek de ogen als een lamp voor het lichaam. Wanneer de ogen gezond zijn, is het hele lichaam vol licht; als de ogen troebel zijn, verkeert het hele lichaam in duisternis. Let dus op of het licht dat in je is, niet verduisterd is. 'Als je hele lichaam verlicht is, zonder dat ook maar een deel in duisternis verkeert, dan is het zo licht als wanneer een lamp je met zijn stralen verlicht.

Jezus sprak over het innerlijke oog, het oog van het hart en het oog van de geest. Een geconditioneerd hart en geest kunnen God niet ervaren, God die onvoorwaardelijke liefde is. Het hart en de geest van de mensen worden geconditioneerd door cultuur, nationaliteit, etniciteit, religie, taal en vanwege iemands gender en op allerlei andere manieren. Als iemand zich identificeert met zijn eigen specifieke religieuze of etnische groep, met een bepaalde kleur huid of sekse, kan hij God niet zien. Men moet een universele man of vrouw worden, de zoon van God of de dochter van God, in wie God de hele mensheid, de hele schepping kan vinden. Tenzij individueel bewustzijn zich ontwikkelt tot universeel bewustzijn, kan men God niet vinden in zijn of haar volmaaktheid; God wordt dan alleen gezien als onze eigen projectie.

God heeft twee facetten: het historische en wezenlijke en het eeuwige en het transcendente. Toen Mozes God ontmoette, vroeg hij naar de godsnaam. God antwoordde: 'Ik ben, wie ik ben', wat wil zeggen 'Ik heb geen naam, er is geen andere werkelijkheid buiten mij om dan zoals ik mijzelf beschrijf'. Ik alleen ben God, er is geen andere God'. Het antwoord toont het transcendente en eeuwige facet van God. Maar het is onmogelijk om te communiceren met dit transcendente en eeuwige aspect van God of er een relatie mee te vormen. Toen zei God tegen Mozes: 'Zeg tegen de Israëlieten dat de Heer, de God van je vaders, de God van Abraham, de God van Izaäk en de God van Jacob, jou tot hen gestuurd heeft. Dit is mijn naam voor eeuwig'. God die inwonend of aanwezig genoemd wordt, de God die zich verbindt

met zijn volk, de God die onthult, de God van de geschiedenis die zich openbaart in de tijd. Maar God is meer dan wat zij of hij heeft onthuld.

De transcendent God is als een eeuwig stromende rivier en de immanente God, de God die wij benoemd hebben, de God van het verleden is als een kruik water uit de rivier geschept. Het volk dat Mozes tot in de woestijn volgde, was alleen in staat de God uit hun verleden te herkennen, de God met wie zij zich konden verbinden en met wie zij een relatie konden hebben. Maar God gaat altijd het verleden te boven met zijn eeuwig facet, het 'ik ben' overstijgt ruimte en tijd. Communiceren met het transcendent is alleen mogelijk door verbinding, de ontmoeting van leegte met leegte, naaktheid met naaktheid. Het is een diepe intieme relatie. Het is een relatie tussen het wezen van God en van een mens.

God schiep mensen tot zijn of haar beeld en gelijkenis. Dat betekent dat elk mens een transcendent facet, een transcendent geheim bezit. Er is een 'ik ben' dat naamloos en vormloos is, zonder kleren,



naakt en leeg. Dit is het natuurlijke deel van ieder mens, dat niet onder de controle van de geest staat. Er is ook een aangeleerd en kunstmatig deel in elk mens dat een specifieke naam, een specifieke kleur, een speciaal geslacht, een specifieke nationaliteit, een specifieke taal, een specifieke religie, een specifieke leeftijd en een specifiek psychologische aanleg heeft, die er allemaal voor zorgen dat een persoon uniek is. Alles wat ons onderscheidt van anderen is kunstmatig en hoort niet thuis in het transcendent deel van ons zijn. Zij zijn wat wij hebben en niet wie wij werkelijk zijn. Al onze verbindingen met God en met elkaar zijn

gebouwd op dat inwonend deel. Op naam en vorm, dat ons een gevoel geeft dat wij erbij horen, maar tegelijkertijd oorzaak is van scheiding en conflict. Mensen zijn niet geschapen om zich in te graven in namen en vormen. Zij zijn geschapen om op weg te gaan om hun transcendent deel te ontdekken, dat geeft ons uiteindelijk vervulling.

Net zoals wij kunnen spreken over wie God was, maar niet over hoe God is, kunnen wij nooit spreken over wie een mens is, het 'nu' van de mens, het heden van een mens. Wij kunnen alleen spreken over wie een mens was, over het verleden van een mens. Het 'nu' van een mens blijft altijd een geheim. Wij weten wat God zichtbaar maakte, wat God deed in het verleden, maar de tegenwoordigheid van God, blijft een geheim, altijd transcendent. Alleen in ons transcendent geheim, het 'Ik ben' kunnen wij communiceren met het transcendent geheim van 'Ik ben'.

Jezus groeide op met het Joodse beeld van God. Hij groeide op in de Joodse traditie van God, de God van Abraham, de God van Izaäk en de God van Jacob. Maar de God van Jezus is niet alleen gelijk aan de God van Abraham, maar is ook de God van eeuwigheid, die Abraham overstijgt. Voor Abraham er was, bestond 'Ik ben'. De God van Jezus was de God van het verleden, de God van de traditie, maar ook de God van het nu. Voor Jezus is de God van het verleden en de God van eeuwigheid één. De transcendent en de inwonende God zijn één. De God van de traditie scheidt ons van anderen, maar de God van eeuwigheid verenigt ons met de gehele mensheid. Om God vandaag te ervaren, om de God die bestond

voor Abraham te ontmoeten, heeft men een zuiver hart en een zuivere geest nodig, zuiverheid die vrij is van de God van de traditie, de inwonende God, de God van Abraham, Izaak en Jacob.

Jezus zei: 'Gelukkig zijn de vredestiters, want zij zullen kinderen van God genoemd worden'. Van een vredestitier verwacht men volledige armoede, openheid en onpartijdigheid. Stel je een interreligieuze conferentie voor met Christenen, Moslims, Boeddhisten, Jaïnisten, Hindoes en vertegenwoordigers uit andere religieuze tradities. De mensen die aan de conferentie deelnemen willen eenheid en vrede tussen hen allen bewerkstelligen, maar het is onduidelijk of iemand tussen hen de persoon is om dit te bereiken. Als een Christen benoemd werd in de rol van vredestitier zou hij partijdig kunnen zijn ten behoeve van de Christenen of als een Hindoe benoemd zou worden, zo zou hij partijdig ten behoeve van de Hindoes kunnen zijn. Zo ook zou een Moslim partijdig kunnen zijn ten behoeve van Moslims en een Boeddhist zou partijdig kunnen zijn ten behoeve van de Boeddhisten. Alleen de man of de vrouw die niet behoorde tot welke groep ook kan de vredestitier zijn waar zij allen naar uitkeken.

Vredestiters worden kinderen van God genoemd en als Gods kinderen voelen zij liefde voor alle kinderen van God. Om een vredestitier te zijn, moet men helemaal bevrijd zijn van alle vooringenomenheid. De waarheid kan niet gedefinieerd worden en elk systeem dat de waarheid probeert te definiëren, doet de waarheid geweld aan.

Niemand die een kruik water neemt uit een eeuwig stromende rivier van waarheid, kan zeggen 'dit is de rivier'. Alleen de waarheid, de rivier zelf, kan vrede brengen aan de kruiken water en hen hun begrenzing laten zien, door hen uit te nodigen om met de levende rivier mee te stromen. Al onze ideeën over God, onze religies, zijn als een nest waarin wij veiligheid, bescherming en voeding ontvangen, totdat onze vleugels ontwikkeld zijn en wij kunnen vliegen in eeuwigheid. Wanneer onze beschrijvingen over God definities worden en wij mensen verhinderen uit het nest te vliegen, dan worden deze definities kooien, die mensen verhinderen in hun kracht te groeien. 'Vrede laat ik jullie na, zoals de wereld die niet geven kan. Maak je niet ongerust en verlies de moed niet. Ik heb jullie dit gezegd, opdat jullie vrede vinden bij mij. Jullie zullen het zwaar te verduren krijgen in de wereld, maar houdt moed. Ik heb de wereld overwonnen. Gelukkig zijn de vredestiters, want zij zullen kinderen van God genoemd worden'.

Daarna zei Jezus: 'Gelukkig wie vanwege de gerechtigheid vervolgd worden, want voor hen is het Koninkrijk van de hemel'. Dit inzicht kan worden uitgelegd door het verhaal waarom de vleermuis 's nachts vliegt.

Eens leefden dieren en vogels samen als een familie. Op een dag kregen zij ruzie en werden zij verdeeld in twee groepen, vogels en dieren. Zij stelden een tijd vast waarop iedereen moest kiezen om bij de vogels of bij de andere dieren te horen. Maar de vleermuis weigerde te kiezen en zei: 'Wij zijn een familie en wij moeten dat blijven, wij moeten niet uit elkaar gaan'. Toen de tijd om te kiezen was aangebroken ging de vleermuis naar de vogelgroep, maar zij joegen hem weg. Daarna ging hij naar de andere groep, maar zij joegen hem weg. Zowel de vogels als de dieren vervolgden de vleermuis en zo kwam het dat de vleermuis zich gedurende de dag schuilhield en alleen 's nachts naar buiten kwam.

Gelukkig wie vanwege de gerechtigheid vervolgd worden, want voor hen is het Koninkrijk van de hemel. Om bij het Koninkrijk te horen, betekent bij de hele mensheid te horen. Bij een groep horen kan je rijkdom verschaffen en je veiligheid bieden, maar het kan een mens ook onveilig en bang maken en het veroorzaakt strijd tussen groepen. Als we niet tot welke groep dan ook horen, voelen we ons alleen,

maar in dat alleen zijn wordt ons al-één zijn werkelijkheid. Gelukkig zij die al-één zijn want voor hen is het Koninkrijk van de hemel.

Vele onmenselijke vervolgingen zijn geschied in de naam van religies, kleur, ras en gender in de geschiedenis van de mensheid. De ene religie vervolgt de andere religieuze minderheden, het ene ras vervolgt het andere ras, de ene etnische groep vervolgt de andere etnische groep, de ene sekse probeert de andere sekse te vervolgen, de ene christelijke gezindheid vervolgt zijn eigen volgelingen als ketters. Dit alles is gedaan in de naam van religie. Vervolging ontstaat als mensen zich identificeren met toevallige facetten van de menselijke natuur en er absolute waarheden van maken. Men ervaart anderen als vijanden, die erop uit zijn hen te verwoesten, de meerderheid probeert de minderheid te vervolgen, zij zouden een bedreiging kunnen zijn. Deze dingen vonden plaats in de vroege geschiedenis van het Christendom, toen Christenen vervolgd werden. Later toen het Christendom de belangrijkste religie werd, groeide het uit tot onderdrukkend, tot het verbranden van mensen op de brandstapel, tot mensen veroordelen tot de hel. Deze neiging is niet in alle religies te vinden, maar gedurende onze moderne tijd vinden vervolgingen en moorden plaats uit de naam van God, uit de naam van een racistische groep, uit naam van een stam, of uit naam van een religie, nationalisme of cultuur.



De waarheid is onvoorwaardelijke liefde en gaat deze vooringenomenheid te boven. Mensen die vol zijn van onvoorwaardelijke liefde, identificeren zich niet met de toevallige facetten van de menselijke natuur. Zij staan alleen en hebben niet de bescherming van een groep of een religie; zij zijn de gelukkigen, want ook al worden zij vervolgd 'omwille van de rechtvaardige zaak' voor hen is het Koninkrijk van de hemel. Jezus stierf niet omwille van een bepaalde religie, ras, taal, nationaliteit of cultuur; hij stierf voor alle mensen. Jezus brak de muur die ons scheidt af en schiep nieuwe mensen. Een ieder die in Christus is, is een herschapen mens, met wie de hele mensheid en de hele schepping verenigd is, zoals een blad verbonden is met de boom. Dit is het goede en rechtvaardige waartoe God iedereen uitnodigt.

Voordat Jezus het Goede Nieuws over het Koninkrijk van God kon aankondigen, moest hij het eerst ontdekken in zijn eigen leven. De ervaring met het Koninkrijk breekt de muren af die ons afscheiden van God en de schepping, van God en de mensheid, van mensen onderling en brengt ons vrede en harmonie. Dit is het oorspronkelijk uitgangspunt van de mensheid en zal uiteindelijk het eindpunt van alle mensen zijn. Maar het ego van mensen bouwt muren tussen God en schepping, God en de mensheid en mensen onderling. Het ego vindt veiligheid in deze afscheiding, maar jaagt zo de mensen weg uit het Koninkrijk. De uitnodiging van Jezus om naar hun oorspronkelijk huis terug te keren spreekt niet aan en kan soms zelfs als een dreiging ervaren worden voor mensen die zich in welk kunstmatig huis ook, gelukkig voelen. Maar zij die geen veiligheid voelen in welk kunstmatig huis ook, door het ego van mensen gebouwd, vinden het makkelijker om te reageren op de uitnodiging van Jezus.

De kern van de Zaligsprekingen leert ons dat Jezus zijn eigen ervaring deelt, in plaats van welke intellectuele leerstof ook. Hij gaf zijn eigen vlees en bloed om uit te delen. Jezus was gezegend omdat hij in materiële en intellectuele zin arm was, omdat hij de begrenzing van de menselijk ziel zag. Zo werd hij

als een klein kind. Hij was spiritueel arm omdat hij niets voor zich zelf begeerde, geen eigen identiteit bezat. Hij was nederig, zachtmoedig en machteloos. Hij had een zuiver hart en zuivere ziel. Hij was een vreedstichter, want hij bouwde bruggen tussen mensen en God.

Hij vertegenwoordigde de menselijke vitaliteit om religie te overstijgen en de eenheid met God te ontdekken. De Zaligsprekingen zijn de persoonlijke ervaring waarin er geen tijd is om opties te overwegen, zoals het verhaal van de man, die ontdekte dat hij op een goudmijn zat: Eens ging een groep vrienden op zoek naar een goudmijn. Zij zochten jarenlang maar slaagden er niet in om goud te vinden. Op een dag toen zij in een dichtbebost woud waren, werd een van hen ziek en kon niet verder lopen, dus waren de anderen gedwongen om hem achter te laten en hervatten zij hun zoektocht naar goud. De zieke man was diepbedroefd en terwijl hij onder een boom zat en zijn noodlot overdacht, zag hij plotseling een gat waarin iets schitterende dat op goud leek. Hij begon meteen in het gat te graven, de modder opzij gooiend en ontdekte dat hij op een goudmijn zat.

Mensen wandelen op de goudmijn van het Koninkrijk van God, zonder het te weten. Jezus kwam om de eeuwige waarheid aan het licht te brengen, dat het Koninkrijk van God overal is, stop met zoeken en ontdek dat het je al gegeven is. Gelukkig ben je als je er niet in slaagt het Koninkrijk te vinden omdat het voor jou eenvoudiger is je ervan bewust te worden dat je er al in bent.



Postel 2018

Waartoe?

Jan Hilhorst

Uit het boekje Schrijfsels, Mijn zieleroeselen, 2020

Waartoe

Waartoe wij
op deze aarde zijn?

Heel eenvoudig –
om elke dag
aardig voor een ander
te zijn.

Simple comme bonjour.

5 november 2018

*Tikkend de inhoud van mijn schrijfsels
En wachtend op Natasja van 'Pantein'.*

Wanneer ik de behoefte loslaat mijn leven in goede banen te leiden, brengt het universum me het goede in overvloed

is de centrale gedachte van dag 13 van de cursus over overvloed (Abundance) van Deepak Chopra.

Hij noemt het de Wet van de Onthechting. Het klinkt als een belofte, maar voor mij ook provocerend.

Allereerst hoe het er in het Engels staat: *As I let go the need to arrange my life, the Universe brings abundant good to me.*

Is het een belofte van achterover leunen en baden in weelde!? Gaat die belofte niet in tegen het gezonde verstand dat zegt: *no pain, no gain*: de kost gaat voor de baat uit, wie niet werkt zal niet eten? Hoe groot je *need to arrange* zal zijn, hangt ook af van de fase in het leven, van hoeveel je aan anderen beloofd hebt om te zullen doen. En meer maatschappelijk: moet je soms niet heel duidelijk voor je belangen opkomen? Dat levert stress op, maar zonder tijdig geregeld kunnen zaken goed uit de hand lopen. Daardoor zou het gevoel van overvloed wel eens ver weg kunnen geraken. Neem bijvoorbeeld een afspraak voor een onderzoek in het ziekenhuis, zorgen voor beter isolerend glas in huis, het verlengen van mijn rijbewijs, meedoen aan een online bespreking.

Wat bedoelt Deepak Chopra? En kennen we deze belofte ook uit de Bijbel? Deepak Chopra zegt bij deze kerngedachte (in mijn vertaling):

“In de woorden van Dr David Simon, mijn geliefde vriend en medeoprichter van het Chopra Center for Well-being, is overvloed een bewustzijnstoestand waarin je gelooft dat je intrinsiek creatief bent. Je herkent dat het universum overvloedig is en dat jij een uitdrukking van het universum bent. Als je het idee van een eindeloos overvloedig universum accepteert, zie je af van de wens om omstandigheden naar je hand te zetten en oplossingen te forceren om je wensen tot uitdrukking te brengen. Dat is de essentie van de Wet van Onthechting.

De wet van onthechting leert ons onze aandacht te richten op wat we wensen, de noodzakelijke stappen te zetten om onze dromen te verwezenlijken en dan zekerheid te vinden in de wijsheid van onzekerheid door de gehechtheid aan resultaat los te laten: een essentiële stap bij het bereiken van onze doelen.

Denk even aan een moment dat je je zonder succes een naam probeert te herinneren. Uiteindelijk na veel gepieker om je hem te herinneren, stop je je poging. Dan, even later, flitst de naam door je hoofd. Op dezelfde manier, door je intenties te werpen in de schoot van de schepping, zonder je vast te klampen aan resultaten, komt je wens uit.

In de fysieke wereld zijn er grenzen aan tijd, ruimte en kansen. In de spirituele wereld bestaan zulke grenzen niet. Kansen zijn er oneindig en er is geen ruimte en tijd. Wat bestaat is zuivere mogelijkheid, zuivere potentialiteit, die je activeert door je gedachten, overtuigingen en bedoelingen. Overvloed borrelt op uit deze oneindige bron, laat daarom elke gedachte aan beperking los. Ga direct naar de bron die binnen in je ligt en spreek je bedoeling uit.

Vandaag gaan we de wet van onthechting in praktijk brengen. Maak je los van alle verwachtingen aan resultaat door iedereen en alles de vrijheid te geven te zijn precies zoals ze zijn. Accepteer onzekerheid en wees getuige van de oplossingen en kansen die zich spontaan voordoen. Stap dan in het veld van alle mogelijkheden open voor de oneindigheid van keuzen”.

Ik lees deze tekst zo: overvloed is geen suite in een vijfsterrenhotel, maar een bewustzijnstoestand, een nieuwe manier van kijken naar jezelf en de werkelijkheid om je heen. Die overvloed is geen notie uit de materiële wereld met zijn beperkingen, maar uit de geestelijke wereld. Daarin ben je creatief en een manifestatie van het universum. In de zin *Wanneer ik de behoefte loslaat mijn leven in goede banen te leiden, brengt het universum me het goede in overvloed*, lees ik niet dat ik niets meer regel, maar dat ik de kramp dat alles van mij afhangt, loslaat.



Waar Deepak Chopra universum zegt, zouden christenen 'God' zeggen. In Bijbelse termen zou er staan: je bent beeld van God, of zelfs kind van God. Meer nog dan over een nieuwe bewustzijnstoestand spreekt het evangelie over een nieuwe identiteit, een nieuw leven. Dan hoef je niet meer krampachtig aan de wereld duidelijk te maken wat je wensen zijn. Je materiële wensen zijn al vervuld of ze zijn minder relevant geworden. Onthechting betekent geen passiviteit: we kunnen nog dromen of wensen hebben en worden uitgenodigd de noodzakelijke stappen te zetten die te verwezenlijken. Daarbij gelovend in "zuivere mogelijkheid" en zonder gedachten aan beperkingen. Ga naar de bron die binnen in je ligt en spreek je bedoeling uit. Maar laat daarbij je gehechtheid aan resultaten los: we werpen onze intenties in de schoot van de schepping en via de oneindige mogelijkheden van die schepping komen onze wensen uit.

Als we eens ter vergelijking van Deepak Chopra met het evangelie focussen op de woorden wensen, overvloed, onthechting en bron die binnen in je ligt .

Allereerst Lucas 12:22-24. Jezus spreekt hier over alle zorgen die mensen maken over hun dagelijks leven. *"Maak je geen zorgen over het voedsel dat je nodig heb om te leven, of over de kleren die je nodig hebt voor je lichaam. Tenslotte is leven belangrijker dan eten en het lichaam van meer belang dan kleding (...). Loop niet te tobben en vraag je niet bezorgd af: wat moeten we eten en drinken? Want dat zijn allemaal zaken die de ongelovige mensen in deze wereld zich afvragen! Jullie vader weet dat je deze dingen nodig hebt. Nee, richten jullie je op zijn koninkrijk en je zult ook dat andere krijgen. Let eens op de kraaien: ze zaaien niet en maaien niet, ze hebben ook geen opslagplaatsen of schuren, God voedt ze!"*

Even verder staat *Luc 32*: “*Jullie Vader heeft jullie in zijn goedheid het koninkrijk gegeven. Verkoop je bezittingen en geef het geld aan de armen. Schaf je een beurs aan die niet verslijt, zorg voor een onuitputtelijke schat in de hemel; daar kan een dief er niet bij komen, en een mot hem niet aantasten. Want waar je schat is is ook je hart*”.

Deze teksten komen heel dicht bij Deepak Chopra's op dag 13: Wanneer ik de behoefte loslaat mijn leven in goede banen te leiden, brengt het universum me het goede in overvloed. Dat zijn de vruchten van het Koninkrijk en alles wat we daarbij natuurlijk ook nodig hebben. Jezus zegt: maak je geen zorgen, dat is: wees *onthecht*. Je bent kind van de Vader! Je kunt op Hem vertrouwen. Kijk naar de kraaien: God voedt ze: duidelijk *overvloed*.

DC spreekt van de bron die binnen in je ligt. Tot deze bron richten we ons met onze intenties. Hij zegt dit in het kader van een meditatiecursus. In ons openingsgebed bij de meditatie zeggen we: *leid ons binnen in die mysterieuze stilte waar u uw liefde openbaart aan allen die zoeken*. Deepak Chopra wijst op dezelfde meditatieve weg als John Main of Thomas Keating. De laatste ziet als de essentie van het naar binnen keren: *instemmen met Gods aanwezigheid en zijn handelen in ons*.

We zien overeenkomsten tussen de gedachten van Deepak Chopra en het evangelie. Maar zijn er ook verschillen? Een punt waar mijn aandacht aan bleef haken betreft onze wensen. Er zijn kennelijk verschillende soorten wensen: wensen waarbij we proberen omstandigheden naar onze hand te zetten en oplossingen te forceren, en wensen die samenhangen met dromen die we willen realiseren zonder gehechtheid aan resultaten, daarbij alles en iedereen de vrijheid gevend precies te zijn zoals ze zijn. Gaat het om een verschil in houding of bewustzijn en/of ook verschillende wensen? In elk geval is er het wezenlijk verschil in houding: in het eerste geval hangt alles van mij af: ik moet dit voor mekaar krijgen; in the tweede geval spreek ik in stilte mijn intentie uit maar laat het aan het universum (God) over om volgens zijn wil mijn wens te realiseren, of niet. Daarnaast zal een houding van “alles en iedereen de vrijheid geven te zijn zoals ze zijn” een andere persoonlijke identiteit van ik-loosheid en geweldloosheid impliceren. Dan kan het niet anders dat ook onze wensen en bedoelingen veranderd zijn. Over die nieuwe identiteit spreekt de apostel Paulus. Hij heeft zijn oude leven achter zich gelaten en het nieuwe leven omhelsd. Hij zegt: *Met Christus ben ik gekruisigd* (dood gegaan). *Ik leef niet meer, maar Christus leeft in mij* (Gal 2:20). We weten wat Paulus in zijn nieuwe leven gedaan heeft: het nieuws van een leven-in-Christus vertellen aan alle volkeren. Hij heeft daar zeker ook veel voor moeten regelen: zijn zendingsreizen in het hele Middellandse Zee gebied en het schrijven van al zijn brieven.

Joost van Buuren

de D U I V E L S V R A A G

Hopelijk, maar ook te verwachten, intrigeert dat woord een lezer. Want, wie komt er vandaag de dag nog aan met de duivel? Nou ik.

Als je tenminste geen concreet bestaand wezen met horentjes en een staart bedoelt.

Voor mij is 'duivel' geen bezwaar, als een soort personificatie van het-kwade.

Dat is ook radicaal omgekeerd het geval. Immers, god bestaat niet zoals wij mensen bestaan.

Terwijl "het goddelijke" een kostbaar woord blijft voor al wat ons te boven gaat, geheimvol-is-en-blijft.

De Duivelsvraag is een boekje van Cornelis Verhoeven.

Ik ben een fan van hem. Maar je hebt wel een extra boekenplank nodig, als je al zijn werk graag in de kast ziet staan.

Cornelis Verhoeven was een Nederlands filosoof (1928 - 2001).

Geboren in Udenhout (Brabant), maar het langst gewoond en gewerkt in 's-Hertogenbosch.

In de Uilenburg van die stad, kom je bij een stadswandeling zeker een bronzen kop van hem tegen.

Hij was aanvankelijk docent Latijn en Grieks. En die klassieke talen hebben hem nooit los gelaten, temeer niet toen hij filosofie doceerde in Amsterdam.

Zijn meeste bekende boek heet 'Rondom de leegte' (1965). Dat beleeft nog steeds herdrukken.

Cornelis was een veelschrijver (in de goede zin), een essayist pur sang. Als er voldoende voor-inschrijvingen komen, verschijnt binnenkort een niet eerder uitgegeven boek:

'Alledaagse Mijmeringen'. Je snapt dat ik heb ingetekend.

De duivelsvraag (2004) telt 75 pagina's, met een nawoord van de uitgever.

De titel 'duivelsvraag' is voor Verhoeven synoniem voor 'waarom-vraag'.

"Waarom is dit, waarom is dat??" Dat begint al bij jonge kinderen die het niet kunnen laten om ouderen steeds opnieuw te overrompelen: "Waarom...? waarom is....? waarom heeft...? waarom moet ik dat?" (enzovoort, enzovoort).

Maar ook volwassenen kunnen er wat van. En het gekke (duivelse) is: bij elke waarom-vraag kan je eindeloos blijven dóórvragen. Een solide alomvattend antwoord, waarachter uiteindelijk een dikke punt staat, is ons mensen niet gegund.

Nog vóór hij zijn beschouwingen ontvouwt zegt Cornelis Verhoeven:

* De waarom-vraag zou in godsdienstige kringen gemakkelijk 'duivels' heten, omdat ze de *goddelijke bestaansorde* in twijfel trekt.

Kijk naar het bijbels scheppingsverhaal in zeven dagen.

Elke dag sluit af met: en God zag dat het goed was!

Zo'n waarom-vraag klinkt dan gemakkelijk nogal rebels, om van arrogantie, betweterigheid of hovaardige trots nog maar te zwijgen.

Overigens, dit is een opmaatje waarop niet verder wordt doorgeborduurd.

* Hoofdmoot is de onthutsende stelling:

de waarom-vraag is gewoon veel te snel en te voorbarig gesteld....!

Ze vergeet zich te verwonderen.

“Waarom is er iets?”

Waarom is er niet gewoon niets?”

De waarom-vraag zoekt naar HOE, met voorbijzien van DAT.

Ze is geïnteresseerd in problemen, en niet in verwondering over het mysterieuze in ons leven.

En je voelt het al aan: Verhoeven kiest juist voor die verwondering tegenover het geheimvolle.

Dat geldt ook voor mij. Ik kom graag op zijn verdere bespiegelingen terug.

Rob van Oosten





Jaar 4 – lesbrief 28 Eerste niveau van verstrooiing

door Kim Nataraja

We verlangen naar heelheid en eenheid voorbij de diversiteit waar wetenschappers en mystici over spreken. We weten dat meditatie een ervaringsgerichte weg hiernaartoe is. Maar we weten ook dat “zodra we beginnen te mediteren we geconfronteerd worden met het eerste en oppervlakkige bewustzijnsniveau: rusteloosheid, licht in het hoofd, ongedisciplineerdheid, verstrooidheid, ongebreidelde fantasie.” (blz., 208 – Jesus the Teacher Within)

Meteen als we gaan zitten om te mediteren en ons proberen te focussen op onze mantra, stromen gedachten binnen en krijgt de mantra slechts beperkte aandacht. Het probleem is dat wanneer we ons lichaam tot rust hebben gebracht, onze gedachten blijven komen. We dwalen rond in dagdromen, lopen door ons verleden, we plannen, hopen, maken ons zorgen; van binnen is er voortdurend lawaai en beweging, de waanzinnige werveling van losse gedachten zonder samenhang. We voelen ons al gauw ontmoedigd en denken dat we hier misschien niet geschikt voor zijn. Maar houd vol! Je hoeft je alleen maar met volle aandacht te concentreren op de mantra en te accepteren wat er gebeurt. Onze gedachten, hoe chaotisch ook, mogen er evenzeer zijn. De sleutel is acceptatie. Jung zei: “Wijsheid begint als we de dingen nemen zoals ze zijn; anders komen we nergens.” We zijn er echter zo aan gewend onszelf te bekritisieren en te beoordelen, dat we geïrriteerd raken als gedachten tijdens het mediteren zomaar naar binnen stromen. Maar hoe meer we geïrriteerd raken en onze gedachten proberen te onderdrukken, des te volhardender ze blijven komen. Onze twee hersenhelften strijden met elkaar in plaats van een eenheid te vormen.

Een beeld komt bij me op: Ik herinner me dat ik jaren geleden een advertentie voor meditatie zag. Op de poster stond een foto van een Indiase goeroe, in karakteristieke kledij en verschijning. Hij was volkomen in balans op een surfplank, terwijl hij over de golven ging. Eronder stond de zin: “Je kunt de golven niet stoppen, maar je kunt leren surfen.” Tijdens de meditatie is onze mantra de surfplank, en onze gedachten zijn de golven. De ene keer zullen we in staat zijn behendig te surfen; een andere keer zullen de gedachten net als de golven rustig worden, de zee is glad en kalm – we liggen vredig op onze surfplank, onze mantra – onze geest is rustig en kalm. En weer op een ander moment zijn er zoveel rondsuisende gedachten, dat we niet eens onze mantra kunnen oppakken. De zee is dan te ruig om te kunnen surfen. Accepteer gewoon dat je vandaag zo bent. We kunnen ons echter soms ook na een meditatie vol gedachten vredig voelen. De oppervlakte van onze geest en de zee kan ruig zijn, maar in de diepte is altijd de oneindige vrede in ons werkzaam.

Het is belangrijk te onthouden dat gedachten en beelden ons in de lineaire tijd gevangen houden – verleden, heden, toekomst, de tijdpijl (een pijl die één richting opgaat). Onze geest is geneigd meer tijd te spenderen aan het verleden en aan de toekomst dan aan het huidige moment. Door aandachtig te zijn

en bewuster te worden laten we deze tijdpijl los. Er is alleen het Nu en zoals Augustinus het in zijn 'Belijdenissen' zo treffend verwoordde: "Er zijn drie tijdspannen of tijden: het nu van vroegere aangelegenheden, het nu van huidige aangelegenheden en het nu van toekomstige aangelegenheden – herinnering, aandacht, verwachting." Het reële bewustzijn van een ervaring vindt altijd in het heden plaats. Verwachting brengt de toekomst naar het heden. Aandachtige meditatie leert ons in het huidige moment te blijven. Alleen in het huidige moment kunnen we toegang krijgen tot de Goddelijke Realiteit. Aandacht is in feite de 'nauwe poort die tot het leven leidt'.

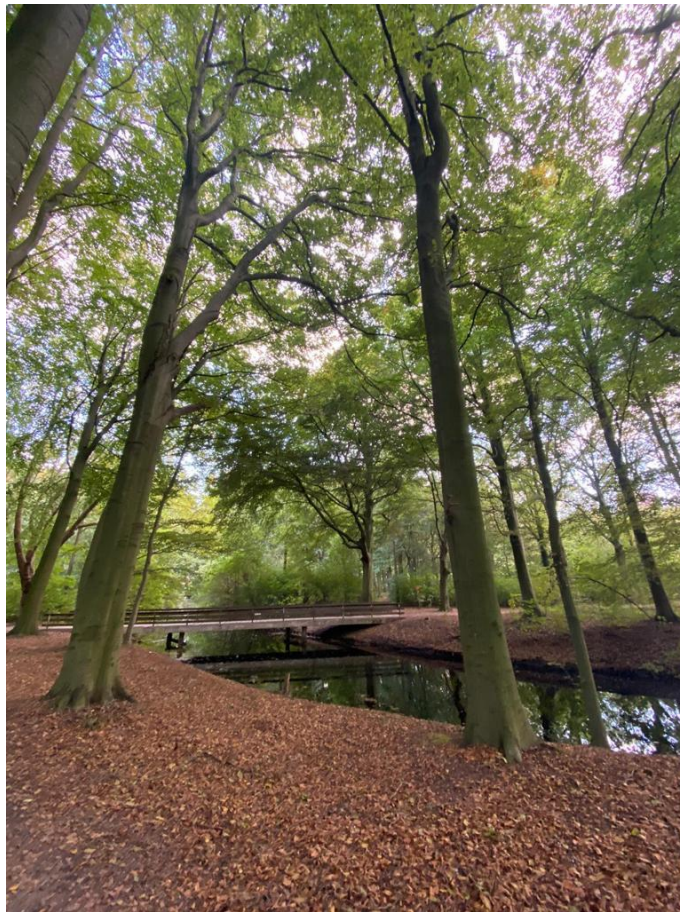
Alleen in het huidige moment ontmoeten tijd en tijdloosheid elkaar:

Time past and time future
What might have been and
what has been
Point to one end,
which is always present.

T.S.Eliot
(Four Quartets)

Verleden tijd en toekomstige tijd
Wat zou kunnen zijn en
wat is geweest
Richt je op een punt
dat altijd aanwezig is

T.S. Eliot
(Vier Kwartetten)



Colofon

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

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

De Nieuwsbrief verschijnt 4x per jaar

Redactie

Joost van Buuren met hulp van Gonja Hikspoors
j.buuren8@upcmail.nl

Kopij volgende Nieuwsbrief vóór 15 maart 2021 naar de redactie.

Lidmaatschap en abonnement op de nieuwsbrief

Prijs per jaargang: € 10 op rekening NL42 SNSB 0785 5700 04
ten name van Meditatie vanuit de Christelijke Traditie

Stuurgroep

Voorzitter: vacature

Joost van Buuren, secretaris

Frieda Haitsma

Stuurgroepmvct@gmail.com

Tel: 06-57 33 63 04