

Nieuwsbrief

Vereniging voor Meditatie vanuit de Christelijke Traditie



Ze stuurden de menigte weg en namen hem mee in de boot waarin hij al zat, en voeren samen met de andere boten het meer op.

Er stak een hevige storm op en de golven beukten tegen de boot.....

(Marcus 4: 35-41)

maart 2021

Inhoud

- Bericht van de redactie 3
- Be a requester 4
Joost van Buuren
- Vrome Vrouwen, vergeten verhalen van heiligen en herrieschoppers 6
- de D U I V E L S V R A A G (vervolg en slot) 7
Rob van Oosten
- In memoriam Domien Verwer 9
Corrie Gerrits
- Jaar 4 Lesbief Kim Nataraja 10
- Colofon 12

Omslag: Storm op het meer ([slideshare.net/Ten Bos](https://slideshare.net/TenBos))

Opening

Ik open het oor van mijn hart
en luister naar mijn innerlijke stem
Ik trek me terug
gun me een tijd van stilte
(Braakland)

Bericht van de redactie

Beste meditatievrienden,

Terwijl ik dit schrijf, is de vastentijd begonnen. In 'normale' tijden komt de Leidschendamse meditatiegroep in de lijdensweken voorafgaand aan de meditatie bijeen met de kerkelijke gemeente om aan de vastensoep deel te nemen. Helaas kan dat dit jaar niet plaatsvinden zoals de meeste activiteiten. Voor de vereniging stond een retraiteweekend gepland in de Willibrordsabdij eind april. Ook dat hebben we moeten annuleren vanwege het coronabeleid. We hebben het opgeschoven naar april 2022 in de hoop op betere tijden.



Wat zal het fijn zijn elkaar weer in levenden lijve te kunnen ontmoeten! Ik mis enorm onze inspirerende bijeenkomsten, de warme contacten.

De vastentijd brengt evenals de coronatijd, een soberder leven met zich mee. Een tijd van bezinning en van inkeer. Wat is nu werkelijk van belang in ons leven?

Veel mensen gaan erop uit, de natuur in, prachtig zoals de natuur weer tot leven komt na de winter.

Door deze nieuwsbrief hebben we weer enig virtueel contact met elkaar. Joost van Buuren begint met een overpeinzing 'Be a requester', over de moed om hulp te durven vragen.

Dan volgt een uitnodiging om kennis te nemen van de 'Vrome Vrouwen website'.

Rob van Oosten heeft het slot geschreven van 'de Duivelsvraag'. Let ook even op de herkomst van de woorden 'radicaal' en 'radijs', verrassend voor mij althans!

Uit het hoge noorden ontvingen we eind vorig jaar bericht van het overlijden van Domien Verwer. We weten dat hij kampte met een longaandoening. Jaren geleden startte hij een meditatiegroep in Winsum. Warme herinneringen bewaren wij aan hem en persoonlijk denk ik aan de keren dat hij mij belde met tips om de Nieuwsbrief te verbeteren.

Ten slotte treffen jullie weer een lesbrief aan van Kim Nataraja.

In de verwachting elkaar weer persoonlijk te kunnen treffen in de loop van dit jaar, wensen wij jullie voor nu vreugdevolle Paasdagen toe.

Mede namens Joost van Buuren,

Frieda Haitisma

Be a requester

Joost van Buuren

In haar preek van zondag 14 februari legde onze dominee Erica Hoebe (Bevrijdingskerk, Wageningen) de nadruk op de moed om hulp durven vragen. Het ging over de Bijbelteksten 2 Koningen 5 en Marcus 1: 40-45.

Het gaat hier om twee mannen die aan huidvraat lijden: Naäman, de succesvolle Aramese (Syrische) opperbevelhebber uit 2 Koningen 5, en de man die Jezus smeekt hem te helpen in Marcus 1.

Huidvraat is een ander woord voor melaatsheid. In de tijd van het oude Israël stond huidvraat niet alleen voor een aandoening van de buitenkant van je lichaam, maar duidde er ook op dat er van binnen in je, in je geest en in je relatie tot de Eeuwige, iets mis is. Daarop wordt geduid met het woord onrein. De sociale consequenties van huidvraat waren verschrikkelijk voor wie het betrof en voor zijn of haar naasten. Je werd uit de gemeenschap verbannen naar een plaats waar ook andere melaatsen woonden, bijv. op een begraafplaats. Je was levend eigenlijk al dood. Huidvraat is een reden voor diepe verontrusting en angst.

Naäman, angstig en wanhopig vanwege zijn huidvraat, was bereid te luisteren naar een Joods slaafgemaakt meisje dat diende bij zijn vrouw. Zij zegt: "Ach, kon mijn meester maar eens naar de profeet in Samaria gaan, die zou hem wel genezen". Dat brengt de gebeurtenissen op gang. Daarvoor was in elk geval zijn open houding belangrijk: ook de ideeën van een jong buitenlands meisje tellen. Hij had de moed om te begrijpen: ik (de grote generaal) kan dit zelf niet oplossen. Maar Naäman moet nog een tweede keer over zijn trots heen stappen. Na de nodige diplomatieke zetten, tenslotte waren de verhoudingen tussen de Arameërs en Israël niet bepaald vriendschappelijk, kreeg hij toegang tot de profeet Elisa. Elisa, de man Gods, ontvangt hem echter niet persoonlijk thuis met de nodige rituelen die bij een wonderbaarlijke genezing van een belangrijk persoon passen, maar stuurde slechts een knecht naar buiten met voor Naäman de raad: "Baad u zevenmaal in de Jordaan, dan zal uw huid weer gezond worden en u zult weer rein zijn". Eerst is hij boos: wat stelt dit nu voor? Zo'n weinig respectvolle behandeling voor mij, een buitenlandse generaal, en dan zo'n belachelijk advies. Wij Syriërs hebben bij Damascus veel betere rivieren dan die Jordaan. Maar zijn bedienden raadden hem de simpele raad van de profeet toch maar op te volgen. En Naäman luisterde naar zijn ondergeschikten. Hij daalde af naar de Jordaan en dompelde zich zevenmaal onder. Hij herstelde volkomen: zijn huid werd weer zo gaaf als dat van een kind en hij was weer rein. Naäman was daarover als een kind zo blij. Hij keerde naar Elisa terug en prees de Eeuwige God.

In Marcus 1 gaat de evangelist razend snel langs de essenties: de aankondiging van de Messias bij de profeet Jesaja, het optreden van Johannes de Doper die Jezus doopte in de Jordaan en

later gevangen werd genomen, bij die doop de stem uit de hemel “Jij bent mijn geliefde zoon”, de beproeving van Jezus in de woestijn, en Jezus’ kernboodschap: de tijd is aangebroken, het Koninkrijk van God is nabij: kom tot inkeer en hecht geloof aan dit goede nieuws.

Dan begint Jezus zijn leerlingen uit te zoeken: hij zei tot hen ‘Kom volg mij. Ik zal jullie vissers van mensen maken’. En de eerste vier sloten zich bij hem aan. Jezus gaat naar Kafarnaüm en begon er te onderwijzen. De mensen die dat hoorden waren diep onder de indruk. Zij begrepen dat dit niet zomaar een leraar was maar iemand die je heel dicht bij je kon komen: die onmiddellijk kon zien waar je stond of wat er aan je scheelde.

Zo benadert hem een man met huidvraat. Deze smeekte hem om hulp: ‘Als u wilt kunt u mij rein maken’ Jezus kreeg medelijden, stak zijn hand uit, raakte hem aan en zei: ‘Ik wil het, word rein’. Zijn huidvraat verdween onmiddellijk en hij was rein.

Net als Naäman had hij de moed om te vertrouwen. Naäman vertrouwde de raad van het meisje en in die van zijn bedienden. Deze man, over wie Marcus vertelt, vertrouwde Jezus. Beiden wilden in hun wanhoop niet opgeven. Dat vraagt vertrouwen en moed.

Boven dit stukje staat *Be a requester*. Dit BE A REQUESTER is één van mijn herinneringen aan een Landmark cursus die ik in het jaar 2000 in Amsterdam meemaakte. Het was daar bedoeld als dringende raad om anderen bij je plannen en ondernemingen in te schakelen. Ik werd me ervan bewust dat het niet gemakkelijk, soms heel moeilijk is, hulp te vragen. *To request* is juist dat: iemand iets verzoeken. Het is moeilijk, omdat we het risico lopen afgewezen te worden. En omdat we geleerd hebben dat we zelfredzaam moeten zijn, dat we anderen niet onnodig lastig moeten vallen, dat je als je hulp vraagt je ook iets terug moet doen (de economie van de dankbaarheid). Hulp vragen kan ook een overwinning vereisen van je trots: dat kan ik zelf wel. Of juist van een gevoel van minderwaardigheid: waarom kan ik dat nou niet alleen? Mijn ervaringen met hulpvrager zijn, zijn altijd op de een of andere manier goed geweest: de aangesprokene vindt het leuk om mee te denken, mee te werken, mee te betalen, om vertrouwen te ontvangen. Zo’n verzoek kan het begin van een verdieping van de relatie zijn of van een nieuw pad in je leven. En nog iets waar ik niet om heen kan: naarmate ik ouder word, wordt het *requester* durven zijn steeds belangrijker. Soms afgewezen worden hoort erbij.

Vrome Vrouwen, vergeten verhalen van heiligen en herrieschoppers

Mijn meditatiegroepmaatje Bram Baan maakte mij attent op de website/blog 'Vrome Vrouwen' (<https://vromevrouwen.nl>). De maakster van deze site, ds. Gertine Blom, noemt het een vindplaats van verhalen over de levens, het geloof en werken speciaal van vrouwen in de christelijke traditie, zoals Dorothee Sölle, Julian of Norwich, Eddy Hillesum en vele bekende en minder bekende anderen.

Gertine kwam op een gure dag wachtend op de Eurostar op St Pancras Station in Londen op het idee deze plek te creëren om vergeten verhalen van vrouwen te verzamelen. Ze had het idee gekregen dat de theologie vooral een mannenzaak is. Via de website kun je je ook inschrijven voor een Nieuwsbrief waarin Gertine elke maand een persoonlijke woord richt tot haar lezers en attent maakt op de nieuwste (vrouwen)verhalen, boeken, actualiteiten.

Gertine is dominee en theoloog. Op haar website (<https://gertineblom.com/>) schrijft ze: Ik woon in Cambridge, samen met Eelco en ik houd van hardlopen, koffie en lezen. Ik denk meestal het beste door te schrijven en op deze blog vind je het resultaat daarvan. Ik schrijf ook op andere plekken zoals Lazarus, Nederlands Dagblad, Wapenveld en voor mijn eigen project [Vrome Vrouwen](#).

Ga eens kijken op de Vrome Vrouwen website!



de D U I V E L S V R A A G (vervolg en slot)

Wat vooraf ging:

Het ging de eerste keer over zo genoemde 'waarom-vragen'.

Het "waarom?" ligt vaak op onze lippen.

Zelfs bij peuters kennen we al de bekende waarom-fase,
(vaak tot radeloosheid van ouders en opvoeders toe).

Maar bij volwassenen blijkt 'waarom' niet minder vooraan in de mond.

"Waarom moet dit? Hoe zit dat precies?? Wat is dat eigenlijk voor iets???"

Tenslotte was onderscheid gemaakt tussen: 'WAT iets is' en 'DAT iets is'.

Mijn moeder kon gemakkelijk antwoorden op onze kinder waaromvragen met:

"Waarò? waaròm?? wie vraagt is dom!"

Dat betekende zoiets als: "Houd er maar over op".

Een letterlijke doodoener dus.

Of ze zei heel gedecideerd: "Wáár-om? **Dáár-om!**"

Uitgepraat was je (op dat moment tenminste). Het is kennelijk zoals het is.

Een volwassene waaromvraag lokt ongetwijfeld nader onderzoek uit, zoals:

"Hoe komen we uit de pandemie door Covid 19?"

Met onderzoek, research en expertise komen we dan (gelukkig) uiteindelijk tot een vaccin.

Geheid zelfs, met nuttige stappen, technisch en wetenschappelijk gesproken.

Daar varen we heel wèl bij.

We rekenen er gewoon op, want we gaan problemen nooit uit de weg.

Te meer niet, omdat problemen oplosbaar zijn.

Is het vandaag niet, dan wel morgen.

Maar overigens: er bestaan - anders dan problemen - ook geheimen (mysteries).

Die zijn niet onderzoek-toegankelijk!

Een waarom-vraag hanteert het schema: van oorzaak en gevolg.

De waarom-vraag zoekt naar het onderliggende, naar de eigenlijke oorzaken.

Hoe komt het dat het is zoals het is? Dat het werkt zoals het werkt?

"Maar", zegt Cornelis Verhoeven en de hele filosofie met hem,

"er wordt gemakkelijk iets fundamenteels over het hoofd gezien".

Immers:

vóór je naar de oorzaken van iets kàn zoeken, moet dat iets er al wèl zijn!!

Het is natuurlijk een waarheid als een koe.

Maar wellicht juist daarom, kijk je er gemakkelijk overheen.

Net zoals een vis het water niet opmerkt waarin hij zwemt.

Noch een vogel de lucht in de gaten heeft, die hem draagt

Wat het meest vanzelfsprekend is, blijkt vaak vergeten boel.

Dat is het punt.

Naast de gewone vragen (waarom?, hoe? wat?) bestaan ook zo genoemde radicale vragen. Radicaal heeft in woordafleiding te maken met 'radijs'. En radijs betekent 'wortel'.

Er zijn van die radicale vragen, zoals:

- * Waarom IS er sowieso iets?
- * Waarom is er niet gewoon niets?

Tja, wie vraagt er nou: 'Waarom is er sowieso iets'? Waarom? Daarom!!

Minstens twee reacties kan je op deze radicale vraag verwachten.

Ofwel je haalt je schouders op. Ofwel je gaat je verwonderen.

Daar komt dat woord wonder te voorschijn.

Of noem het: geheim. Misschien nog liever: mysterie!!

Nog zo'n radicale vraag:

Waarom doet een mens wat hij doet?

Waarom doet Trump zoals hij doet?

Waarom is Brech de (waarschijnlijke) dader van de dood van Nicky Verstappen?

Bij die vragen ga je zoeken naar motieven, naar voorgeschiedenis, naar aard en karakter?

Wellicht vind je er dan aanwijzingen voor. Je probeert te verklaren!

Maar let wel: verklaren betekent dat je mogelijkheden bedenkt.

Verder kom je niet.

Het komt nooit tot éénrichtingverkeer, omdat 'n mens geen robot is.

Laat ik wat lichter afsluiten.

Waarom vind je klassieke muziek mooi, of juist helemaal niet?

Waarom heb je voorkeur voor dit of voor dat?

Waarom houd je van iemand, en wel juist van deze éne persoon?

Jim Reeves zingt daar - naar mijn smaak(!) - een paar prachtige regels over.

"I love you most of all, because you are YOU".

Daar komt m.i. geen objectief wetenschappelijke oorzaak aan te pas.



We zijn gezegend met wetenschap en techniek.

Is filosofie daarbij vergeleken, maar nutteloos en onvruchtbaar?

Verhoeven antwoordt:

Filosofie dient het belang van passiviteit, van ontvangen, van verwonderen.

Ik ben blij met dat antwoord.

Rob van Oosten

In memoriam Domien Verwer (1943 - 2020)



Domien, initiatiefnemer, inspirator en ‘verbinder’ van onze meditatiegroep. Jarenlang waren we wekelijks te gast in zijn huis in Winsum, waar hij de woonkamer (samen met zijn vrouw Anne) voor die avond ‘ombouwde’ voor de meditatie. En daarna was er altijd thee en ruimte voor gesprek.

Een mens, een leven lang zoekend, tastend naar licht, liefde en ‘adem’, iets wat Domien letterlijk met zich meedroeg vanwege zijn longaandoening. Snakkend naar ‘adem’(‘ik heb een doosje moed nodig’ zei hij eens, toen hij weer naar het ziekenhuis moest voor een behandeling),zoekend naar Levensadem.

De meditatieavonden waren heel belangrijk voor hem en mede door Domien is er in de meditatiegroep een grote verbondenheid gegroeid. Ook heeft hij zich op verschillende manieren ingezet voor de landelijke WCCM en de landelijke dag is in 2016 in Groningen georganiseerd.

Toen Domien de laatste periode van zijn leven niet meer thuis kon wonen, ging (een deel van) de meditatiegroep naar hem toe in “De Ommejas”, waar op iets aangepaste wijze de meditatie vorm kreeg. Domien was kwetsbaar, maar bleef met plannen en initiatieven komen. Het bericht van zijn heengaan kwam voor ieder van ons als een schok.

In de kerk van Huizinge is Domiens leven gevierd en herdacht. Onze meditatiegroep was op de begraafplaats in Winsum, waar Domien begraven is. Op verzoek van Anne, zijn vrouw, hebben we bij het graf ‘Ubi caritas et Amor’ gezongen. Het was een mistige, grijze woensdagmiddag, heel mysterieus, met uitzicht over het Groninger land, het landschap waar Domien zo van was gaan houden.

Er is een grote lege plek in onze groep. We dragen Domien mee in ons hart.

Ubi caritas et amor, Deus ibi est.

Congregavit nos in unum Christi amor.

Exsultemus et in ipso jucundemur.

Timeamus et amemus Deum vivum

Et ex corde diligamus sincero.

Waar liefde is, daar is God.

De liefde van Christus heeft ons verenigd.

Laat ons juichen en blij zijn in Hem.

Laat ons de levende God vrezen

en met een oprecht hart liefhebben.

Corrie Gerrits



Jaar 4 – lesbrief 35

Onze veranderende relatie met onze gedachten

door Kim Nataraja

De verschillende stadia van onze spirituele reis zijn ongetwijfeld afhankelijk van onze veranderende relatie met onze gedachten. Eerst zullen we toleranter worden ten aanzien van onze afleidingen, daarna zullen we inzichten en gedachten over de wonden die vooral in de kindertijd toegebracht zijn met toenemend begrip en mededogen bezien en bijgevolg zullen we het makkelijker vinden vergelijkbare tekenen van gekwetstheid in anderen te accepteren; tenslotte zullen we momenten van stilte en vrede ervaren, waarin onze gedachten, beelden en gevoelens naar de achtergrond verdwenen zijn. Als we het pad van meditatie lopen, beseffen we steeds meer dat deze veranderende relatie veroorzaakt wordt door het betreden van de innerlijke stilte, hoewel we ons er slechts vluchtig van bewust zijn. Het 'ego', de bewuste geest, kan de stilte niet binnengaan en ontkent daarom het effect van stilte; met als resultaat dat we ons in eerste instantie waarschijnlijk zelfs niet eens bewust zijn van enige verandering. Vaak zijn het anderen die opmerken dat we geduldiger, toleranter zijn en meer in staat echt te luisteren. We verplaatsen ons immers van de overheersing van het 'ego' naar de gids van het ware 'Zelf', waardoor we ons openen voor de vrije gave van vrijheid en vrede, die te vinden is in het centrum van ons wezen.

In plaats van het enige overlevingsperspectief van het 'ego' is vooral het toenemende bewustzijn van onszelf, anderen en onze omgeving de belangrijkste vrucht van meditatie. Laurence Freeman zegt in *Jesus the Teacher Within*: “Met meditatie bedoel ik hier niet alleen het werk van zuiver gebed, maar ook het daarmee gepaard gaande levensveld van zelfkennis. Jezus had een ego. Dus het is niet het ego zelf dat zondig is. Hoogmoed, fixatie op het ego leidt tot het vergeten en verraden van ons ware Zelf. We zondigen wanneer we het ego verwarren met het ware Zelf... Jezus toont echter ook het menselijk vermogen een gezonde balans te vinden tussen het ego en het Zelf.” (blz. 242 – *Jesus the Teacher Within*)

Dit bedoelde Jezus toen Hij zei: “Ik ben gekomen opdat zij leven hebben en wel in overvloed.” (Joh 10,10) Een leven in overvloed is een leven, wanneer het ego (en zijn ‘schaduw’) en het ware zelf geïntegreerd zijn, in balans. Door besef te hebben van ons totale wezen, verkrijgen we het geduld, de tolerantie en compassie om ons volledig en eerlijk te verhouden tot anderen en onze verbinding met onze natuurlijke omgeving en de immanente en transcendente Hogere Werkelijkheid, die zich ontvouwt en ons omgeeft, te herstellen.

Zoals Laurence Freeman hierboven zei, is de werkelijke betekenis van ‘zonde’ misschien wel dat we ons beperken tot het materiële ‘ego’-niveau en zijn ‘overlevingsbehoeften’ en onze spirituele oorsprong vergeten. Paulus schijnt ‘zonde’ ook in deze termen beschreven te hebben: “Zij die op het niveau van onze lagere natuur leven, hebben hun visie erdoor gevormd, en dat betekent de dood; maar zij die op het niveau van de geest leven, hebben een spirituele visie, en dat is leven en vrede.” Dit is vaak letterlijk opgevat als een aanklacht tegen seksualiteit, maar het kan ook zo opgevat worden dat Paulus

onderscheid aanbrengt tussen de verschillende bewustzijnsniveaus. Dit 'leven en vrede' is het resultaat van ons bewustzijn van het Goddelijke en zelfs de totale eenwording met het Goddelijke.

De vroege kerkvaders, Irenaeus (2^{de} eeuw na Christus) en Athanasius (4^{de} eeuw na Christus) waren er beiden van overtuigd dat 'God mens werd, zodat de mens God kon worden'. Het idee van eenwording werd in sommige tradities geïnterpreteerd als een totaal zelfverlies. Maar in de christelijke visie wordt dit niet gezien als een totale eenwording, die verlies impliceert. In 'The Marriage of East and West' zegt Bede Griffiths: "Het lijdt geen twijfel dat het individu elk gevoel van scheiding met de Ene verliest en totale eenheid ervaart, maar dat betekent niet dat het individu niet meer bestaat. Net zoals elk element in de natuur een unieke weerspiegeling is van de ene Werkelijkheid, zo is elk mens een uniek bewustzijnscentrum in het universele bewustzijn."



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 juni 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