

Leg het op het altaar

Laat al wat je bezighoudt maar gaan. Mijn eigen meester zei soms: “Leg het op het altaar”, zodat je open en ontvankelijk kunt zitten. Met een ontvankelijke leegte in plaats van gevuld te zijn met beslommeringen over dit of dat.

Nu [*gedurende de meditatie*] is niet de tijd om over de dingen na te denken. Nu is de tijd om wat ons bezighoudt op dat altaar te leggen en het toe te vertrouwen aan de Boeddha. M.a.w. om te zitten met vertrouwen in dit moment zoals het is, waarin niets wordt uitgewerkt, niets wordt gezocht, niets wordt veranderd. Waarin er alleen maar een eenvoudigweg zitten en een eenvoudigweg zijn is.

De wereld is complex, we weten het allemaal. Er valt ook niet aan te ontkomen en het hoeft ook niet. We hoeven niet in een hutje op de hei te gaan zitten, of op de top van een berg. Dat zou betekenen dat we ons afzonderen en de vrede die we dan zouden vinden zou in zekere zin een kunstmatige zijn, afhankelijk van de omstandigheden.

Dus we zitten te midden van de complexiteit van de wereld, maar we laten onze beslommeringen daarover even los. We laten het even gaan. We keren terug naar de eenvoud van dit moment. We hoeven alleen maar te zitten. De rest gaat vanzelf, het ademen, de zintuigen. En wanneer de beslommeringen terugkomen, leg ze steeds weer op het altaar. Vertrouw het toe aan de Boeddha. En zit dan met een ontvankelijke leegte, een ontvankelijke ruimte in jezelf. Vertrouw dat dit genoeg is. Het inzicht is al daar, maar wordt versluierd juist door onze betrokkenheid met de complexiteit van de wereld. Dus dat loslaten geeft ruimte voor een dieper inzicht om te verschijnen. Vertrouw hierop.

* * * * *

*Eerw. Baldwin Schreurs
Woensdag 11 mei 2022*