

## Wat is de geest?

Onze geest is als een spiegel, een heldere spiegel waarin alles wat het leven brengt weerspiegeld wordt: mensen, dieren, de bomen en planten, de lucht en de wolken, de regen, de zon, de maan, de dag, de nacht, onze mooie gedachten, onze hatelijke gedachten, onze afgunstige gedachten, onze verlangens, onze weerstanden, onze emoties van blijdschap en verdriet, van angst en depressie, van uitgelatenheid of terneergeslagen zijn. Het wordt er allemaal in weerspiegeld. Ook elk beeld dat we van onszelf hebben: mooi of minder mooi, bekwaam of onhandig, groot of klein, dik of dun, man of vrouw, donker of licht. Al die beelden die weerspiegeld worden in de spiegel van de geest, volgen elkaar op en veranderen continue. Het is een beetje als een caleidoscoop waarin de stukjes glas zich steeds weer opnieuw ordenen en een nieuw beeld geeft.

Eigenlijk is onze geest geen spiegel. Het is leeg van zichzelf, het is een niet-iets. Maar wat is het dan? Het werkt als een spiegel, maar wat is die geest van ons? Naar een spiegel kan je wijzen, je kan ervoor gaan staan. Maar die geest van ons is alles omvattend. Dat wat er naar wijst en ervoor gaat staan verschijnt in die geest.

Als we onszelf ten diepste willen kennen, als we werkelijk willen weten wat we ten diepste zijn, dan zullen we met ogen moeten kijken voorbij wat verschijnt en verdwijnt. Dan moeten we met oren horen voorbij wat verschijnt en verdwijnt. Wat is die geest van ons? Wie ben ik ten diepste? Laat die vraag een richting wijzen, maar laat je niet vangen door elk antwoord want elk antwoord is wat verschijnt in de geest. Het is niet zelf die geest.

Ons verzachten, ons ontspannen, ons vriendelijk worden in dit zitten, is een opmaat naar het kijken en luisteren naar onze Ware Natuur. En die Ware Natuur verhelderen via dat zitten, via dat kijken en luisteren. Uiteindelijk zal je weten en zal je misschien ook weer zeggen: "Onze geest is als een spiegel". Woorden kunnen de weg wijzen, maar zijn nooit het definitieve antwoord. Net zoals wanneer je water drinkt, jij alleen weet of het koud of warm is.

\* \* \* \* \*

*Eerw. Baldwin Schreurs  
Zondag 26 mei 2024*