

De ruimte vrij van elke turbulentie

Ik heb met eerw. Reizan in de afgelopen weken hard gewerkt in mijn kleine huisje bij Beekbergen, om het te isoleren, het dak en de muren. We hebben hard gewerkt. En het vereiste ook heel wat denkwerk over hoe het aan te pakken, het allemaal te organiseren, de problemen die je zo tegenkomt op te lossen. Dus al en al vermoeiend, vermoeiend voor lichaam en geest.

En dan blijft het voor mij altijd weer bijzonder en soms ontroerend om te gaan zitten, te verzachten en te ontspannen, de moeheid los te laten en in een ruimte te komen waar er geen vermoeidheid is. Over de vele jaren heb ik dit steeds weer kunnen ervaren. Wat er ook gaande is, wanneer ik ga zitten kom ik in die ruimte, in dat punt terecht waar geen angst is, geen stress, geen teleurstelling, geen verdriet, geen ziekte, geen verlangens, geen boosheid. Alleen maar een vriendelijke stille vrede.

Het is te vergelijken met de bodem van de oceaan die onberoerd blijft als er een storm over de oppervlakte gaat en het bovenste water in beroering komt. Het raakt in turbulentie, het bovenste water, maar in de diepte wordt het steeds stiller. De bodem is niet afgescheiden van het oppervlak, dus die stille vredige ruimte is niet afgescheiden van wat er gaande is in elk moment van ons leven.

Om die stille vredige ruimte te bereiken hoef je geen speciale techniek te leren of een speciale kennis te hebben. Je hoeft niet door een poort te gaan, je hoeft alleen maar te verzachten, te ontspannen in wat zich voordoet. Dan kom je vanzelf dieper in jezelf. Dan ben je op weg naar die stille vrede in jezelf, die vrijheid van de turbulentie van het leven. En misschien is er wel geen bodem. Want zou er een bodem zijn, zou er al gauw weer een wens en een verlangen komen om die bodem te bereiken.

Dus het zitten is één van vertrouwen en geduld hebben, jezelf loslaten, en dan gaandeweg kom je steeds dieper in dat wat vrij en stil is, waarin er een liefdevol welkom is waarin je kan rusten. De turbulentie stopt niet, net zo min als de zee rustig wordt als je dieper duikt. De wind blijft misschien waaien, het regent misschien. Maar nogmaals, de turbulentie aan het oppervlak verstoort de stilte aan de bodem niet. Dus verzacht en ontspan. Open je hart en geest naar 'wat is'. Laat jezelf afzakken in jezelf, naar dat waar je waarlijk kunt rusten.

* * * * *

*Eerw. Baldwin Schreurs
Zondag 7 juli 2024*