

Mediteren met gelijkgestemden

Samen zitten met gelijkgestemden. Daarmee bedoel ik niet gelijkgestemd wat betreft onze overtuigingen, wat betreft hoe we over de dingen denken of voelen. Maar gelijkgestemd in ons verlangen om de waarheid te ontdekken. De waarheid die ligt voorbij de gedachten die komen en gaan. De waarheid die ligt voorbij de emoties die komen en gaan. En als waarheid waarheid is, is het per definitie niet iets wat komt en gaat en dus veranderlijk is. Het is altijd aanwezig in het diepst van onszelf, in het diepst van de ander, in het diepst van de werkelijkheid zoals die zich manifesteert in de vormen die komen en gaan.

Het is een vreugde om samen te zitten met gelijkgestemden en die zoektocht te ondernemen. Samen te verstillen, onszelf te openen. Daarom is het samen zitten zo behulpzaam. Want als er een verstoring is in jezelf en je zit met anderen, hoe vaak is het niet dat dan de stilte van een ander of van de groep je helpt om los te laten en zelf wat stiller te worden.

Zenmeester Hongzhi spreekt vaak over het 'Open Veld'. Ons bewustzijn is als een open veld en daarin zijn geen grenzen te ontdekken. Wanneer we zitten, gezamenlijk zitten, ervaren we gaandeweg dat al die velden eigenlijk één veld zijn, één veld waarin we samen verschijnen. In het samen zitten ontdekken we ook dat er wat te geven is en wat te ontvangen. We kunnen de stilte en de ruimte van ons eigen veld geven aan het grotere ene veld en we kunnen de ruimte en de stilte van de ander ontvangen in ons eigen veld.

En daarmee worden we steeds stabiel. Stabiel in onszelf, in dat zelf dat voorbij de gedachten en emoties ligt. Ons zelf dat voorbij elke zelfdefinitie ligt. In dat zelf dat voorbij elke vorm die we hebben ligt. En hoe stabiel we worden, hoe meer we kunnen geven, die stabiliteit van stilte en vrede aan de ander en aan de wereld. Zie hoe onstabiel en onrustig de wereld is. Steeds weer conflicten, steeds weer die agressie omdat mensen zich verliezen in hun denkbeelden en emoties.

Er is een groot genot en vreugde in het samen zitten met gelijkgestemden die de Weg gaan. De Weg voorbij het kleine 'ik' naar de harmonie en eenheid van al wat leeft. Laten we oefenen om daar werkelijk stabiel in te worden, in de waarheid van het zijn, zodat we in deze wereld anderen kunnen helpen datzelfde te vinden. Laten we deze wereld en onszelf helpen.

* * * * *

*Eerw. Baldwin Schreurs
Zondag 08 oktober 2023*