

# Vertrouwen

Ik doe deze beoefening als monnik al meer dan 34 jaar. En voordat ik monnik werd heb ik als leek ook zo'n 4 jaar geoeft. Dus er zijn heel wat jaren voorbij gegaan in mijn beoefening. Ik heb velen met groot enthousiasme met deze beoefening zien beginnen, leken maar ook monniken. Sommigen hielden er al gauw mee op, anderen deden het voor een aantal jaren. Velen van mijn collega-monniken voor tientallen jaren. Maar ook bij hen heb ik een aantal gezien die ermee ophielden omdat iets anders hun pad doorkruiste waaraan ze meer prioriteit gaven.

Ik vergelijk de beoefening tegenwoordig een beetje met zoals een appel groeit aan een boom. Een appelboom staat in het vroege voorjaar in volle bloesem. De takken zijn helemaal bedekt met kleine bloemetjes en elk bloemetje kan een appel worden. Voor mij staat dat bloemetje symbool voor dat ontluiken in jezelf van dat besef dat je op een of andere manier dieper wilt kijken, wat meer rust in jezelf wilt vinden, misschien een diepere waarheid in jezelf, misschien verlichting wilt bereiken – hoe je dat dan ook definieert – .

In ieder geval, er is dat moment dat we aan de beoefening beginnen en net zoals [bij] die bloesem kan het zijn dat het soms guur is, een beetje vriest en een aantal van die bloesembloemen afvallen. Die redden het niet. Dan om appels te krijgen moeten de bloemen bevrucht worden en weer niet alle bloemen worden bevrucht door bijen. En dan tijdens de transformatie van bloesem naar appel kan er heel wat gebeuren: vogels kunnen het jonge appeltje eraf pikken, insecten kunnen het aantasten. Het kan een slecht zomer zijn. Uiteindelijk zijn er heel wat minder appels aan de boom dan dat er bloesem was.

Over de vele jaren in mijn beoefening heb ik gezien hoe het ook met de beoefening is. Weinigen houden het vol. Weinigen komen tot volledig wasdom omdat ze afgeleid worden door het een of ander. De omstandigheden veranderen, misschien buiten henzelf of in henzelf. Uiteindelijk is het altijd een gebrek aan vertrouwen, want dat is wat de appel, een rijpe appel, werkelijk symboliseert: rijp geworden vertrouwen, een volwassen vertrouwen. Een vertrouwen die stand houdt, ook al zijn de omstandigheden moeilijk, ook al is soms het zitten moeilijk. Ook al komen er allerlei dingen voorbij die afleiden, die aan je trekken, die je proberen te overtuigen om toch wat anders of misschien wat leukers te gaan doen.

Dit zitten van ons, deze meditatie, is groeien in vertrouwen. En niemand kan je het geven, je kan het in geen enkel boek vinden, je kan het uit geen enkele lezing halen. Het moet van binnenuit komen, net zoals de voeding van de appel van binnenuit komt. Het rijpen gebeurt van binnenuit.

Vertrouwen hebben betekent niet de emotie van vertrouwen hebben. Daar vergissen we ons vaak in. We kunnen vertrouwen hebben terwijl er twijfel is, onzekerheid, misschien een besef van niet precies weten wat we aan het doen zijn of waarom we het aan het doen zijn. Maar dan te blijven verzachten, te ontspannen, eenvoudigweg te zitten en eenvoudigweg te zijn in al die omstandigheden. Dat is het volwassen laten worden van vertrouwen. Als dat

vertrouwen eenmaal rijp is, is het werkelijk onafhankelijk van iets of iemand. Juist omdat het van binnenuit is gekomen en in jou is gegroeid. Juist door het steeds weer eenvoudigweg zitten en zijn in hoe het moment ook is.

Dus blijf verzachten en ontspannen, blijf oefenen. Laat dat vertrouwen tot wasdom komen zoals een appel tot volle wasdom komt aan de boom. En wanneer die eenmaal volgroeid is en zoet, kan die de wereld voeden en zo ook jouw beoefening. Dat bedoel ik niet hoogdravend maar eigenlijk heel eenvoudigweg. Een volwassen vertrouwen brengt goeds in de wereld, brengt iets heilzaams in de wereld voor anderen en voor jou.

\* \* \* \* \*

*Eerw. Baldwin Schreurs*  
*Woensdag 24 januari 2024*