

Beste mensen,

Enige tijd vóór de indieningstermijn van de kopij van deze nieuwsbrief hebben we stuurgroepvergadering gehad, de laatste van het lopend jaar 2009.

In 2010 en doorlopend in 2011 staan er veel bijeenkomsten en gebeurtenissen binnen de Nederlandse gemeenschap op stapel: bijna elke maand is er wel een manifestatie, een gezamenlijke dag, een te regelen bezoek, een kloosterretraite. Dit betekent een berg werk dat verzet moet worden ... moet worden ... ik zie het mezelf nu opschrijven .

De vraag dringt zich op: waarom al die activiteit en die inspanningen - in het licht van de eeuwigheid - wat willen we daarmee toch bereiken?

Het antwoord kan denk ik gevonden worden door te kijken op welke manier ons menselijk systeem van lichaam, geest en hart in elkaar steekt en aan welke wetmatigheden dat onderhevig is.

Het menselijke systeem is dynamisch en .. we hebben er gelukkig enige invloed op. Dofheid en inertie laten zich verdrijven door beweging - gelukkig dat er werk voor ons is - en rustloze beweging laat zich verdrijven door stille aandacht. Ons gebed, onze meditatie zorgt eigenlijk voor beide inéén: de mantra is de beweging, het luisteren naar de mantra leidt tot stille aandacht.

Door de oefening van meditatie, in ons 2 x halfuur waarin wij de inertie of de onrust eenvoudig niet kunnen ontlopen en daar een oplossing voor moeten vinden, zullen wij langzaam maar zeker leren om op elk momentum in ons bestaan, dus hoe we ons ook voelen en wat voor dag we ook hebben, die draad richting stille aandacht op te pakken.

Het is de dagelijkse meditatie die ons als vanzelf leert oefenen onze 'zinnnetjes' en 'tegenzinnnetjes', ons 'kleine' zelf dus, steeds weer opzij te zetten. Zo komen we, rustigjes aan, tot een grotere verantwoordelijkheid en volwassenheid: in staat te doen wat gedaan moet worden, met minder hinder van overwegingen van eigenbelang dan voorhéén.

In deze context wil ik graag Meister Eckhart citeren: 'Sla acht op jezelf, en waar je jezelf aantreft, laat jezelf daar los; dat is het allerbeste'.

De meditatie fungeert in dit proces van innerlijke zuivering, want dat is het, als een heel belangrijk vliegwiel. Het geeft ons de fijne energie, de mentale kracht en de opgewektheid die nodig zijn om een dergelijke houding van los durven laten te vinden en om er telkens naar terug te kunnen keren, steeds wanneer we door, hetzij de inertie hetzij het vele werk, 'te pakken worden genomen'.

Een heel goed 2010 toegewenst!

Toine van Os