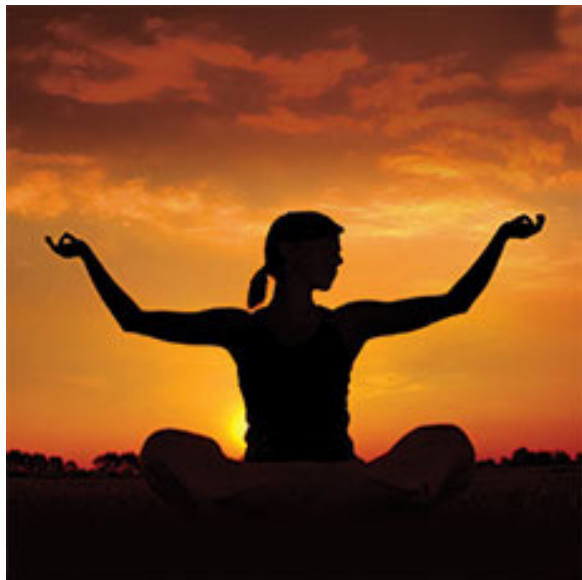


## **Meditatie leidt ons naar innerlijk evenwicht.**

Inleiding: Trouw aan de discipline van onze meditatie zal ons uiteindelijk leiden naar een innerlijk evenwicht. Het leert ons de subtiliteit van de paradox begrijpen dat 'leven voortkomt uit de dood'.



Het hart van het christelijk mysterie, van het leven van Jezus zelf, is de geheimnisvolle paradox dat het leven voortkomt uit de dood.

Om niet overweldigd te worden door deze onoplosbare paradox en niet in uitersten van bijgeloof of cynisme te vervallen, hebben we behoefte aan een persoonlijk, innerlijk evenwicht, iets dat de Schrift als een van de gaven van de Geest aanduidt: zelfcontrole.

Dat is nu juist de vrucht van de meditatie, de weg naar het midden, het centreren proces van stil gebed.

Dit verschilt enorm van pure passiviteit of van het streven naar innerlijke rust. Het openen van onze eigen geest voor de Geest van Jezus kan niet op een passieve wijze plaatsvinden (...).

Ons ontwaken houdt in: het beseft dat wij deelhebben aan het leven van God; van God als bron van ons persoonlijk wezen, als de kracht zelf die ons toelaat ons leven als zijn gave te aanvaarden.

Daarom is het een vrij antwoord, een uiterst persoonlijke communicatie, een vrij aanvaarden. Ons begin en ons einde behoren toe aan Gods oneindige generositeit, de uitzinnige liefde waarin Hij zichzelf ontledigt in elke manifestatie van zichzelf.

De menselijke geest is niet toegerust om de volledige betekenis daarvan te vatten.

Door onze gevoeligheid voor de paradox kunnen we weliswaar iets van de aard van die transcendentie ontwaren.

---

Uit: "Van Woord naar Stilte", John Main osb, Uitg. Lannoo 2000, pp. 82,83