

## De complexiteit en versplintering van het leven



De moderne mens is in een staat van diepe verwarring doordat de complexiteit en de versplintering van zijn leven zijn persoonlijkheid lijken te vernietigen. De vraag die hij zichzelf stelt (...) is:

"Hoe kunnen we opnieuw voeling krijgen met onszelf? Hoe kunnen we dat gevoel van vertrouwen in onszelf terugwinnen, het vertrouwen dat ons laat weten dat we werkelijk in ons eigen bestaan gerechtvaardigd zijn?",

Het is een vraag waarop we een antwoord moeten kunnen vinden, want zonder dit basisvertrouwen in ons eigen bestaan kunnen we de moed niet opbrengen om uit onszelf te treden en de ander tegemoet te gaan, en zonder de ander worden we niet voltooid (...),

Onze taak bij de meditatie bestaat erin dat we onze eenheid opnieuw herstellen en ons gespreide vermogens weer in hun juiste harmonieuze positie brengen, afgestemd op het centrum van ons wezen. Om dat te bereiken mogen we onszelf niet langer 'versnipperen'. We moeten onze aandacht richten en naar ons centrum toe bewegen.

Wanneer ons bewustzijn werkelijk in dat centrum gaat ontwaken, in stilte, dan komt er een kracht vrij die de kracht van het leven is, de kracht van de Geest.

In die kracht worden we hervormd, herenigd en herschapen.

"Wanneer een mens met de Geest wordt verenigd, ontstaat er een nieuwe wereld", zegt Paulus. De mantra leidt ons recht naar dat centrum.

---

Uit: "Van Woord naar Stilte", John Main osb, Uitg. Lannoo 2000, pp. 112,113