

Lesbrief 13 - Stilte aanvaarden

Jaar 3

door Kim Nataraja

Onzekerheid en angst zijn voor velen van ons de belangrijkste emoties, die ons onbewust beheersen. Volgens John Main weerhouden en ontmoedigen deze emoties ons om de Stilte in te gaan. Deze sterke emoties zijn ofwel te danken aan oorzaken van buitenaf, die ertoe leiden dat wij machteloos in ons eigen leven staan, ofwel aan een innerlijke staat van zijn, vooral een gebrek aan eigenwaarde, wanneer we een te sterk besef hebben van onze minpuntjes en beperkingen. De externe angsten kunnen gebaseerd zijn op een bestaande situatie waarin we ons bevinden, maar de interne zijn slechts gebaseerd op een illusie of gevoel. Ze zijn gebaseerd op een tekort aan zelfkennis, omdat we de waarheid over wie we in werkelijkheid zijn, vergeten zijn. John Main wijst ons steeds de juiste richting: door naar binnen te gaan kunnen we "de harmonie van al onze kwaliteiten en energieën in die ultieme kern van ons wezen, die de kern en bron is van al het zijn ... de Liefde" ervaren.

Deze emoties zijn niet de enige factoren die ons terughouden van de innerlijke stilte, waar meditatie toe leidt. Naar binnen gaan en een andere manier van zijn ontdekken staat haaks op wat men tegenwoordig belangrijk vindt. Onze maatschappij richt zich op het materiele vlak en ontkent zelfs dat er meer is dan het rationele bewustzijnsniveau. Bewustzijn wordt beschouwd als een impulsief optredende kwaliteit van het brein. Als het brein niet langer functioneert, dan staat ons slechts vergetelheid te wachten. Wat is dit een beperkte en deprimerende manier om naar de menselijke natuur te kijken: we zijn slechts organische, biologische computers die op prikkels uit de omgeving reageren, geprogrammeerd om onszelf te doen gelden, te handelen en iets te bereiken. Het is geen wonder dat zinloosheid en vervreemding tegenwoordig zo wijd en zijd gevoeld wordt. Het tegengif hiervoor, stilte en alleen maar zijn, wordt beschouwd als tijdverspilling, waarin we ons liever bezig zouden moeten houden met het verkrijgen van nog meer materiele zaken. Het bestaan van geest en ziel wordt ontkend; ze worden slechts gezien als een antwoord op een onrealistisch verlangen naar onsterfelijkheid. Het doet er niet toe dat dit in tegenspraak is met eeuwenoude filosofische en spirituele gedachten. Om een paar recente voorbeelden te geven: al aan het begin van de 20ste eeuw trof de psychiater C.G. Jung dit volkomen ongeloof aan: "De veronderstelling dat de menselijke psyche lagen heeft die onder het bewustzijn liggen is niet aannemelijk genoeg om serieus op in te gaan. Maar dat er net zo goed lagen zouden bestaan boven het bewustzijn lijkt een vermoeden dat grenst aan hoogverraad tegen de menselijke natuur." De Amerikaanse psycholoog William James brengt in "Varieties of Religious Experience" het volgende naar voren: "Ons gewone waakbewustzijn is maar één bepaalde vorm van bewustzijn, terwijl er een heel potentieel ligt aan bewustzijnsvormen, die

totaal van elkaar verschillen. Deze lagen zijn slechts door een flinterdun wandje van elkaar gescheiden." Ondanks deze en vele andere stemmen die door de eeuwen heen klonken, houdt de meerderheid van de wetenschappers zich stevig vast aan hun beperkte materialistische en mechanische gezichtspunten.

Ook in dit opzicht gaat John Main ons voor en bemoedigt ons om tegendraads te zijn en de Stilte binnen te gaan om zelf te ervaren dat we veel meer zijn dan we denken. In "Van Woord naar Stilte" legt hij uit "dat wij alleen door de acceptatie van stilte onze eigen geest kunnen leren kennen, en dat we alleen in het loslaten tot een oneindige diepte kunnen komen waarin ons de oorsprong van onze geest, waar veelheid en verdeeldheid verdwijnen, geopenbaard wordt."