

Lesbrief 20 De nauwe poort

Jaar 3

Jaar 3 – lesbrief 20 De nauwe poort

door Kim Nataraja

Jezus zei: “Hoe nauw is de poort en hoe smal de weg die naar het leven leidt.” (Mt 7,14) John Main zegt hierover in zijn boek ‘Van woord naar Stilte’: “De poort is nauw, omdat hij de vrucht is van onze concentratie, onze focus op ons hele zijn. Al onze energie en potentie zijn gericht op één enkel punt.” We focussen ons op ons gebedswoord, onze mantra en laten al het andere achter ons: onze dagdromen, onze beelden, onze gedachten, inclusief onze christelijke geloofsstructuren en dogma’s. We weten echter allemaal dat dat makkelijker gezegd is dan gedaan. Het is erg prettig om zomaar wat te zitten en mee te gaan in onze gedachten en dagdromen: het kost geen enkele moeite, omdat ons brein in zijn gewone functionele modus is. Toch kan het op een bepaalde manier ontspannend zijn. Het klopt dat “de ruime poort en de gemakkelijke weg tot de ondergang leidt.” We begrijpen dat dit pad gemakkelijk is, maar waarom leidt dit tot de ondergang? Omdat we zo altijd aan de oppervlakte blijven en nooit ons volledige zijn zullen ontdekken, dat in belangrijke mate ons spirituele zijn is, onze verbinding met het Goddelijke. Ons geloof, ons vertrouwen, dat groeit door de ervaring van elke meditatiesessie, helpt ons om moeite te doen voor het schenken van volledige en liefdevolle aandacht aan ons gebedswoord. Er wordt gezegd dat dit ons naar ons centrum leidt, waar de geest van Christus woont, maar we moeten dat in vertrouwen aannemen; het is een sprong in het onbekende. Als we het wagen, zullen we binnengeleid worden “in een ervaring van bevrijding, die plaatsvindt in het centrum van ons wezen ... door ons te helpen onszelf los te laten.” (Van woord naar Stilte) De bevrijding ontstaat doordat we verlost worden van al onze gedachtenstructuren, al onze angsten en verlangens, onze behoefte om in tel te zijn, onze behoefte om ons te conformeren aan wat anderen en onze gemeenschap van ons verwachten. Het is fantastisch om al die gedachten die in onze geest rondcirkelen te laten gaan; op één of andere manier bekommeren ze zich allemaal om ons zelfbehoud.

Ook hier gaan we tegen onze cultuur in. Het laatste wat onze cultuur wil is ‘dat we onszelf

loslaten’. Onze samenleving en haar mentaliteit sporen het ego juist aan om volledige controle te houden. De nadruk wordt gelegd op zelfbevordering en zelfpresentatie om er zeker van te zijn dat we niet alleen overleven maar dat ook beter doen dan anderen, om zo macht en aanzien te verwerven. ‘Het zelf loslaten’ tijdens het leven en meditatie is een concept dat sommige mensen zien als een excuus om niet meer mee te hoeven doen, vermoedelijk omdat we voelen dat we niet goed genoeg zijn om de wedloop te kunnen overleven. Maar John Main blijft in ‘Van Woord naar Stilte’ steeds zeggen dat onze ‘meditatie geen weglopen is, geen poging is om de verantwoordelijkheid over ons eigen zijn of de verantwoordelijkheid over ons leven en relaties te ontlopen.’ We laten tijdens onze meditatie inderdaad ons bewuste zelf los, maar alleen omdat we in de stilte ons hele zijn en zijn centrum, ons werkelijke zelf, kunnen ontdekken. Dit wezenlijke spirituele deel van ons zijn kan dan ons oppervlakkige zijn doordringen en beïnvloeden in de omstandigheden waarin we ons bevinden door de gave van werkelijk inzicht en wijsheid. Dit stelt ons in staat ‘de verantwoordelijkheid over ons eigen

zijn of de verantwoordelijkheid over ons leven en relaties' met wijsheid en begrip te accepteren.