

Lesbrief 9 - Vertrouwen

Jaar 3

door Kim Nataraja

Zoals we dus zagen, ontlenen we de kracht van onze meditatie aan het geloof in de inwonende Geest. Hierbij komt het besef dat het niet ons gebed is, maar dat we ons in de diepte van ons zijn aansluiten bij het gebed van Jezus in de Geest, daar waar ons bewustzijn verenigd is met Zijn bewustzijn.

John Main benadrukte steeds dat we ons christelijk geloof kunnen toetsen aan ervaring, de ervaring van diep, contemplatief gebed, waar meditatie ons toe leidt. Zodoende is het meer dan enkel geloof, het is gebaseerd op vertrouwen, een toevertrouwende en liefdevolle relatie met het Goddelijke, opgebouwd en verdiept door de verbintenis aan een regelmatige en trouwe beoefening: "Tijdens de meditatie ligt ons voortgaande pad naar dit groeiende bewustzijn van de in ons biddende Geest, eenvoudigweg in onze dieper wordende trouw aan het zeggen van de mantra. De trouwe herhaling van ons woord maakt ons hele wezen tot één geheel. Dit gebeurt omdat het ons tot stilte brengt, tot concentratie – dit noodzakelijke niveau van bewustzijn stelt ons in staat onze geest en ons hart te openen voor het werk van Gods liefde in de diepte van ons zijn."

Vele mystici, in het bijzonder Augustinus en Meester Eckhart, noemden dit bewustzijn 'De Geboorte van Christus in de ziel'. John Main gebruikt precies dezelfde woorden: "Meditatie is uiteindelijk een bereidvaardigheid van ons hart om Christus in ons geboren te laten worden ... we moeten al het andere loslaten, zodat er ruimte in onze harten komt voor Hem."

Onze trouwe meditatie, het zeggen van de mantra, stelt ons in staat alle gedachten en beelden van het oppervlakkige niveau van ons bewustzijn los te laten en binnen te gaan tot het diepere niveau van bewustzijn. We moeten 'het ego loslaten' om ervan bewust te worden dat we veel meer zijn dan we denken dat we zijn. Het ego probeert altijd om ons in het centrum van onze aandacht en dat van anderen te plaatsen, waarmee het muren bouwt die ons van anderen, de schepping en de Goddelijke werkelijkheid afscheiden. We kunnen ons er niet van bewust worden dat er meer bewustzijnsniveaus zijn in ons wezen, tenzij we regelmatig al onze geconditioneerde gedachten en beelden loslaten. We kunnen ons niet bewust worden van de liefde die in ons diepe centrum woont, als we het brandpunt van onze aandacht op onszelf gericht houden. Als we eenmaal deze liefde ervaren hebben, al is het nog zo vluchtig – dan zal onze houding naar iedereen en alles om ons heen veranderen. We geloven dat God liefde is en onze ervaring op het pad van de meditatie leert ons dat we deze Werkelijkheid in het centrum van ons wezen kunnen voelen.

We gaan op weg – met geloof en toevertrouwen – en geleidelijk aan ontdekken we ons werkelijke zelf in Christus. We gaan verder met hoop en in vertrouwen dat de genade van de ervaring van deze Werkelijkheid ons gegeven zal worden. Dit toevertrouwen en vertrouwen is de essentie van ons geloof.

(Alle aanhalingen komen uit 'The hunger for depth and meaning' – Samengesteld door Peter Ng)