

Ben ik aan de beurt?

Pas als ik stil ben kan ik ontdekken, dat binnenin mij zich iets bevindt dat zich bewust is van alles wat zich werkelijk afspeelt.

Wat ik 'denk' te zijn blijkt alleen maar te bestaan uit een bonte palet van zintuiglijke en mentale indrukken, fysieke gewaarwordingen, gevoelens en/of emoties.

In de diepte blij ik de getuige te zijn van al deze indrukken, waarvan sommige alle aandacht opeisen en daardoor uitdrukkelijk aanwezig zijn.

Terwijl andere pas tot me doordringen, als ik er bewust aandacht aan schenk.

Net als bij een groep kinderen uit mijn onderwijsperiode, waarin steevast kinderen zaten die uitdrukkelijk aanwezig waren en daardoor alle aandacht opeisten.

En ik de andere kinderen bewust aandacht moest geven, wilde ik me aan het eind van de dag niet behoeven af te vragen: 'Jeetje, was hij/zij er vandaag eigenlijk wel?'

In de stilte valt alles waar te nemen. Vanuit die 'waarnemendheid' is er intimiteit met dat wat er werkelijk is.

De druktemakers van de klas houden zich gedeisd, de rimpelingen van de mind worden gladgestreken.

Angsten krijgen de kans om vol-ledig ervaren te worden, waardoor ze de weg kunnen gaan van alle verschijningsvormen, opkomen-blinken-verzinken.

In de stilte is ieder moment een oké-moment. Het leven, dat voor mij 'liefde in actie' is, toont zich in al haar eenvoud.

Moeiteloos stroomt zij door mij heen. Er is niets anders. Alles wat het anders maakt, komt voort uit mijn ingesleten betrokkenheid, mijn 'bemoeizucht'.

Daardoor herhaalt het zich ook steeds. Het is net of ik iedere keer dezelfde dvd opzet.

Zo is het ook met problemen die zich voordoen. Als verschijningsvorm heeft een probleem geen enkele betekenis. De klemmende betekenis die het krijgt, komt voort uit mijn eigen gekleurde betrokkenheid.

Alleen in stilte kan deze last wegvallen, hetgeen zijn 'schijnbetekenis' bewijst.

En o wonder, ik zie in dat, zodra het er op deze manier mag zijn, de oplossing zich zomaar kan aandienen.

Vaak op een manier, die ik in de verste verte zelf niet had kunnen bedenken, waarmee het Bewustzijn haar eindeloze creativiteit bewijst.

Achteraf bleek er geen probleem te zijn; uit pure gewenning heb ik er dat label aan gegeven.

Reflectie, het in stilte verblijven, geeft me de mogelijkheid om deze belangrijke ontdekkingen te doen.

En wat ik heb gemerkt is, dat wanneer ik dit vaak doe, het 'ontdekkingsmoment' steeds dichterbij het moment komt te liggen waarop het zich voordoet, tót ze samenvallen.

Dan ga ik inzien dat het leven een eindeloos gevarieerd 'spel' is, waarin alle pionnen precies op de juiste plaats staan.

En dat de ogen die ik gooi me naar die juiste plek brengen, ook al kom ik in de put, of moet ik een aantal plaatsen terug.

Ben ik aan de beurt?

