**Meditaties Vasten 2022**

(paulhorbach)

2 maart.

Laat ik beginnen met een inzicht, als je dit tenminste een inzicht kunt noemen. Ik geloof dat al wat gebeurt een proces is en dat al wat gebeurt in dit proces blijvend is in die zin dat het mede het verloop beïnvloedt. Zo verdwijnt mijn begin zelfs niet op het moment dat we dood noemen. Het buitengewone bijzondere van Jezus Christus is dat zijn proces van geboorte, van leven en van sterven een kosmisch proces was en is dat dus alle processen, al het leven, beïnvloedt. Dat is ook zo bij andere kosmische ‘grootheden’. Als ik daarbij stil sta dan word ik stil, en besef ik wat een verantwoordelijkheid deze manifestaties moesten dragen! Het kan immers ook fout gaan en dat is een catastrofe. Als vasten dan betekenis heeft in dit licht bezien, dan is het toch om mijn eigen verantwoordelijkheid te (gaan) dragen op mijn niveau en daartoe in staat te worden. Daartoe moet ik ‘schoon’ worden. Alles kan een bede zijn om kracht en genade.

3 maart.

Waarheid is eeuwig, kennis verandert. Waarheid is kosmisch, kennis is instrumenteel. Waarheid schouw ik intransitief en dat is als mijn innerlijk geweten ‘spreekt’ anders gezegd ik kan het niet zoeken, maar het moet zelf spreken in mij; kennis kan ik wel zoeken en vergaren en is transitief, overdraagbaar. Een van de opdrachten om verantwoordelijk te worden, een ‘goed mens te worden’, is om ontvankelijk te worden voor waarheid en kennis niet te verwarren met waarheid. Dus onderscheiden van ‘van elders’ is en wat van mij komt. In mijn leven heeft dat nogal tot verwarring gezorgd en vatte ik met al mijn goede bedoelingen (spirituele) kennis aanvankelijk op als waarheid. Dat is ook de valkuil van het lezen van (te) veel spirituele geschriften, ze kunnen zeker inspireren, maar ook misleiden en de waan wekken dat je nu weet wat de waarheid is en je ernaar gaat gedragen ook met (teveel) woorden.

4 maart.

Een evenwichtig mens ben ik niet. Misschien dat ik wat evenwichtiger word, maar dat moet blijken. Als ik evenwichtig zou zijn, zou ik door het onaangename op dezelfde getroffen worden als door het aangename. Ik zou de medaille denk ik schouwen, aanvoelen, misschien wel de medaille zijn en niet bepaald worden door de ene of de andere zijde. Deze tijd heb ik nogal wat te verdragen gehad van mensen om me heen. Maar ik kan dat beter *laten* en besefte dat elke belediging die je wordt aangedaan een niet waarneembare rimpeling van een rimpeling van een rimpeling enz is in tijd en ruimte: het is ‘niets’. Wel moest ik goed innerlijk naar mezelf kijken, volledig aandachtig, en niet focussen op een deel van het geheel, dus zien naar het gebeuren waarin mijn ego participeert. Een inzicht was het volgende: als je werkelijk mededogen hebt met jezelf dan kan het niet anders dat je ook mededogen hebt met alle anderen wie ze ook zijn en wat ze ook doen. Elke keer als ik iemand veroordeel, heb ik de plicht tot zelfonderzoek. De veroordeling blijkt dan ook op mezelf betrekking te hebben. Dus primair gaat het om mededogen met mezelf en daar ligt nog veel onontgonnen gebied in mij. Zoals Gideon tijdens een geestelijk gesprek aan mij vroeg ***kun je jezelf omarmen****?*

5 maart.

*Ik doe maar wat*, dat is wel de weinig verheffende leidraad geweest van mijn leven. Het leven laten gebeuren zonder haar planmatig en toekomstgericht trachten te sturen. Eens noemde ik dat *mijn naïef leven* en dat dekt wel enigszins de lading. Tevens kan ik niet ontkennen dat er ook gemakzucht aanwezig is en ook beperkte ambitie. Er wordt gezegd dat we met ons gezicht naar de toekomst staan en met het verleden in onze rug. Maar het is een onjuist beeld denk ik. De toekomst is leeg en daar zie ik *niets*, het volgend moment kan ik sterven en er hier niet meer zijn om maar iets te noemen. Kijkend naar de toekomst is het gezicht naar niets gekeerd, terwijl ik juist achter de rug zie: het verleden zoals bewaard in het geheugen. In de toekomst zien is niet meer een projectie van datgene wat we van het verleden ‘meenemen’. Daarom is in het zogenaamd in toekomst kijken gewoon terugzien wat we achter onze rug al gezien hebben. Natuurlijk spreek ik nu over lineaire tijd en driedimensionale ruimte, dus over mijn gaande leven in het hier en nu. Spiritualiteit is dan voor mij de wijze waarop ik met ‘blind’ weten keuzes maakt en verantwoordelijkheid op me neem.

6 maart.

De dag begin ik bijna altijd met het ochtendgebed en daarin een stilte meditatie. Wat dan ervaren wordt is misschien wel dicht bij mijn kern zijn.  Krishnamurti zou zeggen *dieper of hoger Zelf.*(hoofdstuk 1) Eigenlijk is er dan alleen ruimte en vooral ook stilte waarin wat beelden en gedachten doordrijven, wat gevoelens behoudens een zekere beleving van harmonie. En inderdaad op een of andere manier wordt dan waargenomen niet van buitenaf maar van binnenin. Maar eigenlijk ervaar ik geen kern, slechts openheid. Ik kan achteraf niet zeggen *dat ben ik.*

7 maart.

Schoonheid is een sleutel tot geluk zeker daar waar de schoonheid van de natuur een organisch huwelijk is aangegaan met de schoonheid van de menselijke creativiteit en zorgvuldigheid. Innerlijk groeien is ‘in de schoonheid groeien’. Daarom is de nabijheid van een ‘goed mens’ voor mij weldadig en daarom ook houd ik van Paulien, ik kan niet anders. Maar dat veronderstelt wel dat ik me niet zelf afkeer van schoonheid in de zin die ik hier bedoel, er moet wel een bereidheid zijn om zelf te ‘groeien’. Schoonheid delen is een wonder en schoonheid an sich is dat evenzeer. Alles is dan een en al wonder. Maar let op; ik kan me ook focussen op lelijkheid, dan is er nog altijd schoonheid, maar die beleef ik dan niet en zeker niet in gezamenlijkheid. Als ik alleen lelijkheid zie, in welk opzicht dan ook, dan ben ik dat moment niet gewaar wat is.

8 maart.

In deze tijd en zeker de afgelopen periode ligt cynisme bij mij op de loer, zeker als je idealistisch hoopte op een beter leven geleidelijk aan voor iedereen. Maar cynisme moet me niet gaan beheersen, maar laat ik het begrijpen en tevens mededogen en zachtheid zonder soft te worden koesteren. Daarom moet ik waakzaam zijn, want het is een sluimerend proces. Ben ik waakzaam, ja en nee. Waakzaamheid, dus aandacht voor wat innerlijk gebeurt, is bewustzijn. Bewustzijn is er of niet. Ik strijd niet om bewust te zijn. Kleine (en grote) rituelen die regelmatig terugkeren in het dagelijks leven, zoals gebed en meditatie momenten, kunnen mij doen beseffen dat ik geleegd werd in een soort zelfvergetelheid, en me bewust worden van die toestand en daarbij helpen om (even) weer waakzaam en aandachtig te zijn. daarom zijn rituelen zo belangrijk, en is het van belang daarin in zekere trouwheid te betrachten., maar ook dat is niet vanzelfsprekend. In de vastentijd word ik met ‘mijn neus op de feiten’ gedrukt.

9 maart.

Als ik eerlijk tegen mezelf ben moet ik toegeven dat ik elke dag ‘domheden’ uitspreek (en denk). Dat is echt een lering, want de kans is uitermate groot dat dit ook bij anderen zo is. Dat maakt het enigszins draaglijk. Ook sluit ik niet uit dat ik meer fouten maak dan een ander, maar tevens ben ik ook soms oprecht. Dat is een bemoedigende opsteker en geeft me hoop. Als ik alleen zou kijken naar mijn onoprechtheden, en die neiging heb ik altijd gehad, zal ik mezelf nooit kunnen omarmen. Als ik echter zonder oordelen naar en in mezelf schouw, naar wat daar op dit moment is, zich toont, dan bespeur ik een ‘gevoel’ dat misschien lijkt op mededogen. Dat besef van mededogen is wellicht voor mij de sleutel om antwoord te krijgen op de vraag ‘kun je jezelf omarmen?’ Al heel mijn leven was er het verlangen ‘omarmd te worden’ , dus in passieve zin, en nu komt de vraag of ik verlangen heb om mezelf te omarmen, dus in actieve zin. Dat actieve verlangen om mezelf te omarmen herken ik niet, maar waarschijnlijk vraagt het van me om ‘dieper in mezelf te schouwen’. Dat deze vastentijd daarbij mag helpen!

10 maart.

Hoe meer Paulien voor mij de ander wordt, hoe meer ik haar liefheb. Liefhebben is niet helemaal een spontaan gebeuren, maar uiteindelijk het gevolg van mijn bereidheid om te te (laten) zuiveren van elk (wens)beeld dat ik van de ander, in dit geval Paulien, heb. Zo denk ik wel eens dat ik van iedereen kan houden maar dat het wel geheel aan mezelf ligt. Dat kan ik doortrekken naar wensbeelden ten aanzien van mezelf. Zou het zo zijn dat ik door dat wensbeeld mezelf oordelend zie, en daardoor niet mezelf? Moet ik zelf ook een ander worden voor mezelf om mezelf lief te hebben? Dat lijkt me niet. Ik mag mezelf worden en waarschijnlijk bèn ik dan *zonder* de verdubbeling tussen ik-de-liefhebbende en ik-die geliefd word. Mij schiet te binnen dat Jezus liefhebbend was naar anderen (ook naar de Vader), maar in de evangeliën kom ik nergens tegen dat Hij zichzelf liefhad. Daar wordt niets over gezegd. Maar dat geldt misschien alleeen als ik de evangeliën uiterlijk lees, dus kijk wat er letterlijk staat. Symbolisch of mystiek kunnen andere inzichten zich tonen. Maar die dringen zich nu niet op ten aanzien van ‘mezelf omarmen’ (of mezelf liefhebben). Of is het *mezelf aanvaarden*? maar dat is neutraal en heeft een andere lading dan *mezelf omarmen*. Mezelf aanvaarden is zeker een noodzakelijke voorwaarde voor liefhebben en voor omarmen, maar niet -om het wat wetenschappelijk te zeggen- een voldoende voorwaarde daartoe.

11 maart.

De dood komt ras naderbij en ik hoop dat ik ‘angst’ ervoor door genade kan loslaten en vrede ontvang voor mijn vergankelijk bestaan. Vrede *ontvangen,* mezelf aanvaarden met hoe ik was, ben en zal zijn, me *laten* omarmen, vrede *toelaten*, verlangen om vrede te ontvangen *toelaten*, dat ik *deel mag nemen*, deel mag zijn in het omvattend mededogen, dat ik in de eerste zin *vrede* noem. Zie al de cursief aangegeven woorden: een en al ‘passiviteit’. Niet mezelf omarmen, niet mezelf liefhebben. Wel voel ik met enige schroom dat er voldoende zelf-mededogen is om passieve vrede toe te laten, er open voor te kunnen zijn en dat ’ik’ zoals ik in wezen ben (net als iedereen hoop ik) ook al ken ik mezelf maar ten dele, deze vrede onverdiend ‘waardig ben’.

12 maart

Jaloersheid is de vijand van mededogen.

Ben ik dit dan? Ja, en (niet) meer dan dat! Laat ik daarmee vrede hebben! Ook met het andere dat een ander ontvangt.

13 maart

Elke keer als ik me negatief uitlaat over een ander, bespot ik mezelf zonder dat ik dat op het moment zelf besef. Achteraf komt de wijsheid, vooraf is er domheid. Domheid is niet persé kwaadaardigheid, maar soms ben ik kwaadaardig en niet dom terwijl het toch dom is. Een wijs mens plaatst zich niet boven een ander mens. Met alle respect: wat ben ik dikwijls onwijs dom!

14 maart

Elke dag begint het leven opnieuw en zo stond ik vanmorgen op. Ik vergeet gisteren en begin met een schoon wit blad waar het ochtendlicht overheen glijdt en voel me door en door gelukkig.

15 maart

Zie ik een ander lijden, dan ben ik stil.

16 maart.

We zijn voortdurend doende elkaar te beoordelen en dat zonder het te beseffen als we over anderen praten. Eigenlijk doe je niet anders en het is pijnlijk onthutsend als je het beseft. Ik doe het ook, helaas en echt met schaamte. En dat terwijl ik weinig, bijna niets van de ander weet en ook zijn innerlijk geheim niet ken. Het lijkt wel of er altijd meteen een oordeel wordt gevraagd, terwijl deze tijd juist de mogelijkheid biedt om instinctieve en defensieve reacties grotendeels te overstijgen en mijn eigen misvormingen te zien. Als ik naar buiten kijk, moet ik tevens naar binnen kijken. Ik heb het gevoel dat ik dan bijdraag aan verbinding, zo niet dan is het resultaat scheiding en oordelen in goed en kwaad.

17 maart.

Geluk is niet gelijk aan *ongeluk en tegenslag de loef af steken*. Je mag het geluk noemen wat mij betreft, maar geluk is in wezen genade waar je geen recht op hebt, zo ervaar ik dat en daarom noem ik mezelf ‘religieus’. Zo ook met mededogen. Mededogen hèb ik niet, is geen bezit of eigen verdienste, maar daarin wòrd ik opgenomen (of niet), het overkomt me alsof het haar bron elders heeft. Daartoe is ‘ingeschapen’ verlangen en door dit verlangen kan ik ontvankelijk ervoor worden. Maar dat vraagt van mij eenvoud, eerlijkheid, en trouw. Daar zit het probleem.

18 maart.

We gaan allemaal onze eigen richting, de een naar het oosten, de ander naar het westen, omhoog of omlaag, enz. Dat is goed, maar we vergeten echter ons gezamenlijk beginpunt, de geboorte, het punt waar we allemaal hetzelfde zijn en waar we bij de dood weer met onze opgedane ervaringen uitkomen. Onze weg is enerzijds uniek, maar anderzijds slechts een van de ontelbare wegen van A naar A+.

19 maart

Tijdens meditatie of soms vanzelf in een meditatieve toestand. Dan is er eigenlijk ‘niets’, afwezigheid van ‘alles’, wat ik stuntelig verwoord als *vaag bewustzijn van ‘vredige aanwezigheid’*. *GIJ*, vredige goedheid, zuiverheid, tijdloos en ruim. Er is dan niets om te omarmen omdat ‘alles’ door ‘niets’ is opgenomen, er is geen scheiding, nagenoeg geen onderscheiding. De vraag *kun je jezelf omarmen*, heeft dan ook niet betrekking op die ‘genadige’ toestand van zijn. Meestal ben ik niet in die meditatieve toestand, dan ervaar ik gescheidenheid, ook in mezelf. Dan is het inderdaad de vraag of ik mezelf kan omarmen, in mijn afgezonderdheid ten aanzien van al het andere en mezelf. Morgen verder.

20 maart.

Omarmen kan spontaan zijn of een proces dat met het verleden te maken heeft. Mezelf omarmen omdat ik me spontaan zelf omarm gewoon als gebeuren op het moment nu, dat ervaar ik niet, en ik geloof dat ik dat ook tot nu toe niet ervaren heb. Ik kan het in ieder geval niet herinneren. Iets anders is of ik nu op dit moment mijn verleden als deel van mijn levensproces, dus in die zin mezelf, omarm, kan omarmen. Dus heb ik een liefdevolle of meedogende relatie met mijn leven zoals zich dat ontwikkeld heeft en tot mijn dood via het nu zichzelf verder ontwikkelt. Eigenliefde? Er is geen zelftevredenheid, ik zie het kind dat er nog steeds is, het verlangen, de naïviteit, de onzekerheid, het niet gezien worden, ook de spaarzame momenten van *ik ben* (steeds als een ander Oma, akela, Henk, Paulien me zag), vooral ook eenzaamheid, kracht om er mee om te gaan, tekortkomingen naar anderen, goede bedoelingen, zoeken, fouten, vlucht, onrust en stilte, ook creativiteit en gemakzucht. Een leven zoals velen, goed noch slecht, nergens kwaadaardigheid (God zij dank), wat afgunst, hoogmoed, persona. Druppel in de levenszee. Kan ik mijn *groeiend verleden* omarmen? Er is nu zeker wel eigen mededogen met die worsteling ‘om het goede te doen’ maar het was en is pogen in een duisternis. Ben zeker zachter naar mezelf (en daardoor ook naar anderen), minder (ver)oordelend (ook minder naar anderen), ervaar meer mijn verschrikkelijke beperktheden (ook die van anderen), buig meer mijn hoofd, meer nederig (ook buig ik meer voor anderen en hun worstelingen), ervaar intenser het schepsel zijn (zoals alles en allen geschapen zijn, van moment tot moment), ‘weet’ dat ik in wezen heilig ben (zoals alles in heilige grond geworteld is) enz. Als ‘zacht worden’ omarmen is, dan omarm ik mezelf zonder dat te beseffen (het is ook een semantische kwestie), en dat gaat gelijk op met zachter worden naar anderen en naar het andere. Laat ik omarmen dus niet opvatten als liefhebben (voor mij zo’n ongrijpbaar groot woord), maar opvatten als mededogen. Mededogen: mezelf en de ander (be)schouwen als geschapen met vrijheid en dus verantwoordelijkheid met menselijke beperktheden die daarbij horen. Allen proberen hun leven te leven met vallen en opstaan en in de ‘onmogelijke’ levensopdracht en blijken -soms en veelal onopgemerkt- het ‘kleine goede te doen’. Wij kleine mensen kunnen in het kleine goede groots zijn. Dàt mededogen is er in en bij mij, en ik ben me dat meer bewust naar anderen dan naar mezelf. Mededogen dat ik ervaar naar anderen, is- zie ik nu- ook en tevens mededogen voor mezelf. Het is mededogen met leven überhaupt.

21 maart.

**Levensnoot**

Het leven is een lange noot

vanaf geboorte tot aan de dood

eentonig klinkt ons levenslied

veel vibratie heeft het niet

maar met een geoefend oor

hoor je toch het grote koor.

22 maart

Hoe minder ik van God houd, hoe meer *Gij* van mij kunt houden. Daarom probeer ik ‘Gij’ niet te verbeelden. De richtlijn om God niet uit te beelden, stoelt op een diep inzicht. Daarom probeer ik ook door bezinning zoveel als mogelijk mijn beelden van anderen los te laten. De ‘tussenruimte’ die wordt uitgespaard trilt van alles wat mogelijk is.

23 maart

De vruchtbaarste meditatie is niet de bewuste dagelijkse ‘oefening’ maar de meditatieve toestand die er vanzelf is en zo als vanzelf jouw, of beter het, leven ‘kleurt’.

Dit kwam vandaag in mij op, zoals meestal zomaar: *bescherm me tegen hetgeen ik wil*. Nu vraag ik me af waar komt dat vandaan? Deze boodschap misschien teveel in allerlei bewoordingen gelezen en gehoord zodat ze een dode letter is geworden? Hoe dan ook: mijn hart blijft me waarschuwen ook tegen de misleidende overtuiging dat ik al aardig doende ben mijn wil op het tweede plan te zetten.

24 maart

Wie kent niet de verstarring in je hoofd dat alles vastloopt en vruchteloos wordt? De kans daarop, heb ik ontdekt, is groot in situaties waarin jezelf en de wereld teveel uiterlijke ‘kwesties’ produceren waarmee je iets moet. Het gaat erom dat mijn leven vrij stroomt en daarom ook is het zo belangrijk dat ik dergelijke kwesties en de zorgen die daaraan vastzitten, loslaat en me er niet mee identificeert.

Ik denk aan een stilleven schilderij dat mij ertoe brengt vertraagd naar de wereld te ‘kijken’. Vertragen is een vorm van bijna samenvallen met het moment, dus een vorm van meditatie, kalme betrokkenheid, sereen mededogen met wat zich aandient en is.

25 maart

Vandaag ben ik thuis in mijn huis. Thuis-zijn: dan beweeg ik niet meer, dan zwerf ik niet meer, komt onrust tot bedaren en is het even goed hier. Geen verlangen naar léégte, maar in leegte zijn, *in Gij zijn*.

26 maart

Vandaag, in tegenstelling tot gisteren, was ik minder thuis in mijn huis.

Erg standvastigheid ben ik niet, zo blijkt maar weer.. Door twijfel, door onbegrip over wat gebeurt , door het verstommen van *de klop in mijn hart*, ervaar ik me wat richtingloos, wat dobbelend op een woelige zee zonder richting. Toch ben ik liever wat onstandvastig, ook dat is vergankelijk, dan het agressieve fanatisme overal om me heen hetgeen ook een vorm van standvastigheid is.

Eenzaamheid is in wezen me gescheiden voelen van ‘Gods klop’ (Gods Stem), niet *in* *Gij zijn*. Deze innerlijke eenzaamheid moet ik onder ogen zien. Door die innerlijke woestijn van eenzaamheid in te gaan (en er niet van weg te vluchten) komt er mogelijk een niet egoïstische relatie met de Stem. De ‘tocht-door-de-woestijn’ **is** al luisteren naar de Stem, is al *in Gij zijn*. Kan ik thuis zijn in niet thuis zijn in mijn huis? Dus thuis zijn al dan niet in de woestijn?

28 maart

Ik besef dat ik als mens alleen maar voorbijganger ben. Verstandelijk is dat natuurlijk een open deur. Maar het besef zelf was er vandaag volledig. Dat helpt mij misschien om vooral stil te staan bij wat belangrijk is en om toevallige bijkomstigheden te laten en te passeren. Ook om stiller te worden, niet overal een mening over te hebben. Want de waarheid is: als er veel geluid uit mijn mond komt wil dat niet zeggen dat er iets gezegd wordt. Laat ik vooral luisteren naar degene die geïnspireerde woorden spreekt, naar de ware gids, en laat me valse en ware profeten kunnen onderscheiden (ook in mezelf)

29 maart

Is mededogen, ‘gevoel hebben’ voor de ander, een erfelijke eigenschap? Ik geloof het niet, het wordt niet automatisch overgebracht van generatie op generatie, van mens naar mens. Het moet onderwezen worden en voorgedaan, en waar het verschijnt kan het voorbeeld zijn en moet mededogen gekoesterd worden. In onze ik-gerichte cultuur neemt het gevoel van mededogen af. Daarom is ’mededogend’ onderwijs een bouwsteen voor een menselijke beschaving zo belangrijk. Zonder ontvankelijkheid voor de ander word ik meedogenloos en kil voor het lot van de ander. Maar ik ben niet mededogend door onderwijs en voorbeelden alleen, er is in mij een ware kern die ik aanduid met ‘innerlijk geweten’ en mededogen is daaraan inherent. Daarom verlang ik ernaar in woord, in gedachte en vooral in mijn hart om verbinding te hebben met deze diepe kern. Uiteindelijk is daar mijn geestelijk houvast, niet bij wat anderen mij voorhouden. Die kern duid ik op grond van ervaring en zonder enige terughouding aan als *niet* van mij, maar dat haar bron van ‘elders’ is: *Gij in mij*.

Het is het verlangen in mij dat klopt. De ‘gehoorzaamheid’ aan die klop, het luisteren naar die ‘Stem’, is het enige wat er in wezen toe doet. Maar wat een ‘opdracht’!

30 maart

Eenzaamheid. Hij was niet rijk, maar ook niet arm. Hij had het uiterlijk van de eenling en Hij ging letterlijk ten onder aan onze ‘onverschilligheid’ en droeg geheel alleen zijn Kruis. Zovelen leven en sterven eenzaam in de oppervlakkige drukte van duizenden ‘mede’mensen die hen niet zien, ook de ogen sluiten. Maar Hij was een barmhartige Samaritaan en hielp doven, blinden, lammen en zieken niet om eigen gewin, niet om applaus, niet om zieltjes te winnen. Hij deed omdat Hij mens was en hoopte mede door Zijn voorbeeld dat ook wij mens worden. Wij zijn mens geworden om mens te worden. Dat is wel de kern van zijn boodschap.

31 maart

Wat ik mis en steeds meer mis is *stille eenvoudige vroomheid*, zeker ook bij mezelf. Het besef om en in me dat het leven gegeven is, dankbare nederigheid en gevoel voor de verhevenheid van de vergankelijke schepping. Dat we elke dag even ons hoofd buigen en *dank u* zeggen, alleen maar die twee woorden. Het mogen ook meer stille woorden zijn, de kwantiteit doet er niet toe. Ja, ik meen dat het vroeger in dit opzicht ‘beter’ was. Over vroeger. Ik vind het, hoe vreemd het ook klinkt, wel ‘aangenaam’ om soms even te verblijven en rond te dwalen op een begraafplaats. Dan lees ik namen van onbekende mensen die kortgeleden en heel lang geleden zijn gestorven. Al die passies, verlangens, verdriet, liefdes die zo begraven zijn. Ook dat is mijn lot. De dood is een bron van intuïtie, creativiteit, nederigheid, van eerbied, van compassie. De dood vult het leven. In plaats van er doodsbang voor te zijn, verdient de dood het weer om doodgewoon te worden. Paulien en ik wandelden vandaag naar ‘ons’ plekje op de natuurbegraafplaats van Abdij Koningshoeven in Oosterbeek waar we later, binnenkort, aan Moeder Aarde teruggegeven worden. Dat is altijd weer vredig en ‘goed’.

1 april

Vandaag 1 april 2022. Het sneeuwde. Ik zag de vlokken dansen in de lucht omlaag, naar links en rechts soms door de wind omhoog. En besefte, ik ben als een van deze vlokken.

2 april

Vredesapostelen, ook de hedendaagse redders van de mensheid en de planeet, zitten dikwijls vol oorlog zowel in hun woorden als in hun daden: je mòet luisteren, sterker nog je mòet gehoorzamen, want anders zul je het weten. Ben dus op je hoede voor moderne apostelen!

Ook de Kerk verkondigt veel moralisme en is vol hypocrisie. Daar hebben talloze mensen onder geleden in de loop der eeuwen en vooral elders in de wereld nog steeds. Nu de Kerk hier kleiner wordt, is dat een mogelijkheid zich te bezinnen op haar wortels, en zich te herbronnen, zich te herorganiseren in kleine gemeenschappen zoals de christen gemeenschappen in de eerste eeuwen na de dood van Jezus Christus.

We hebben nood aan dergelijke kerken, niet als tegenwicht van de oppervlakkige profanisering, maar als diepere grond van menselijk religieus leven. De Geest inspireert bescheiden en kleinschalige verbanden, meen ik, en minder grote kerkorganisaties die op macht uit zijn en op groei.

3 april

Buiten hoorde ik klokgelui en plotseling werd ik wakker uit gedoe en was blij!

4 april

Met vallen en opstaan probeer ik mijn eigen pad te volgen, en wel op allerlei gebied. Ook als ik het niet precies wist (en dat is in zekere mate nagenoeg altijd zo) probeerde ik een authentieke keus te maken, niet om me af te zetten maar om eerlijk te zijn naar mezelf en naar de anderen. Zeker, ik heb zeker soms een verkeerde richting ingeslagen, maar het was wel mijn eigen pad en niet het dwaalspoor dat anderen aanreikten of waarop anderen je wilden dwingen. Religie in kerkelijke zin heeft me slechts een enkele keer hierbij geholpen.

Religie heeft als functie de mens te helpen uit een toestand van bewustzijnsvernauwing te komen. In alle contemplatieve tradities gaat het om de *ervaring* van de Heilige en niet om een *geloof* in de Heilige. Blind geloof is even tragisch als ongeloof, de verloving tussen beide biedt denk ik enig uitzicht.

5 april

Als je lang in de hel verblijft, word je door de duivel besmet, wordt gezegd.

Als je lang alleen bent, ga je je wat eenzaam voelen. Maar ik heb niet het gevoel dat dit een helse situatie is, de duivel is nergens te bekennen. Eenzaamheid is niet de hel.

6 april

Nergens kan het licht sterker voor je schijnen dan in je eigen hart. Maar ook kan het hart donkerder zijn dan een zonsverduistering. Meestal voel ik me niet gelukkig, maar dat betekent niet dat ik ongelukkig ben, wel is er verlangen naar vrede en dat verlangen vult me bij tijd en wijle met geluk. Dit verlangen naar de verlossende vrede van Pasen is niet hetzelfde als willen; *zijn* valt niet samen met *hebben*. *Omarmen is geen doen maar een gebeuren*. Ik omarm niet, *Gij*omarmt niet, er ìs omarmen of niet.

7-8-9 april Witte donderdag; goede vrijdag; paaszaterdag

Afsluiting.

**Mijn TWIJFEL**

Een wijze spreuk uit het Zenboeddhisme zegt, dat er geen verlichting mogelijk is, als men niet eerst door de Grote Twijfel is heengegaan. Ook christelijke mystici zouden hierbij instemmend knikken. Een van hen schreef dan ook het boek: “The cloud of unknowing”: de wolk van het niet-weten. Daar in, daar achter, kan ik op advies van de onbekend gebleven auteur de echte zekerheid blijkbaar ervaren.

Dat is theoretisch natuurlijk mooi, maar hoe voelt dat concreet in mijn doodgewone werkelijkheid? Dan ervaar ik het -als ik eerlijk ben- dikwijls als kil, duister, glibberig, zweverig en zonder houvast. Dan is alles niets en zelfs dat is niet waar. Dan kan ik soms weinig met deze woorden, ja wel met mijn verstand, maar niet in mijn hart.  Kortom, ik ervaar zo dikwijls wanhopige leegte en onmacht. Doof, blind, lam en ziek.

Ik ben bijna 78 jaar oud en kijk terug op mijn leven. Zo was het dus en meer is er niet. Heeft mijn doen en laten, mijn zoeken en geestelijke inspanningen eigenlijk wel zin en resultaat gehad? Hebben mijn kleinzieligheid en grove fouten niet meer kwaad aangericht dan goed? En het benadrukken van alles, wat ik dan toch wel gedaan heb, verjaagt in mijn gevoel de schaduw niet, die over mijn leven ligt. Deze slagschaduw wordt nog versterkt door het gevoel schuldig te zijn in allerlei zaken en ik kan ze niet meer goedmaken.

Ik kijk terug naar de ijdele pogingen om me aan te sluiten bij grote en kleine kerken, ecclesiae, esoterische en mystieke en groepen waar ik houvast zocht. Inspiratie heb ik daaruit dankbaar ontvangen, maar tevens verscheuring meegemaakt door eenzaamheid, verdeeldheid, veroordelingen, uitsluitingen, enz. Zoals velen, die verlangen naar religieuze waarden, spiritualiteit en mystiek, ‘worstel’ ik nu buiten dergelijke verbanden, alleen hier en daar gesteund door een enkele ander.

Woont ‘gelovig weten’ in mijn eigen innerlijk? Is dat er nog of is ook dat geworden tot een tasten in de innerlijke, duistere leegte? Meer hoop, dan ‘waarheid’? Is het niet meer dan een eerbiedig veinzen? Alle woorden, gebeden, begrippen, zogenaamde zekerheden, voelen in de diepste grond aan als ijdel, niet eerlijk, ingebeeld en hoogmoedig voos. Dit en nog veel meer noem ik samenvattend “Mijn Twijfel”.

En dan, wat dan nog? Als alles verlammend zinloos lijkt, wat doe ik dan?

Niets meer? Dat is toch begrijpelijk. Slechts krachteloos bidden?

Of toch iets, bij voorbeeld zoeken, ‘hopend ontvankelijk zijn’, dat *laten* doorgaan? Dat is minder begrijpelijk.

Wat doe je, als er niks meer werkt (boeddhistische koan)? Ineens viel het mij op, dat in deze grondtwijfel een bepaald Godsbeeld gehanteerd wordt: God, de Heilige, moet voor mij zekerheden, hoop en zinvolheid bewerken, een rots zijn waarop ik kan bouwen. De twijfel slaat voor mij dat Godsbeeld stuk. God is niet de God, zoals ik Hem in wezen wens en verwacht, zoals ik Hem/Haar ben gaan zien.

En dan troost mij het ontroerend gebed van G. K. van het Reve:

**Eigenlijk geloof ik niets,**

**en twijfel ik aan alles, zelfs aan U.**

**Maar soms, wanneer ik denk dat Gij waarachtig leeft,**

**dan denk ik, dat Gij Liefde zijt, en eenzaam,**

**en dat, in dezelfde wanhoop, Gij mij zoekt**

**zoals ik U.**

uit: 'Nader tot u', "Geestelijke Liederen" Verzamelde Gedichten, Gerard Reve,

Dit gebed correspondeert met ‘mijn’ verlangen, niet als hoop of als geloof en verwachting, maar als een even oplichtende lichtvonk in mijn wetend hart. Is alles één? Is mijn zoeken naar God hetzelfde als Gods zoeken naar mij? Wederkerigheid? Zoals Meister Eckhardt al zeven eeuwen geleden in een preek zei: “De ogen waarmee ik zie, en de ogen waarmee God ziet, zijn dezelfde”. Alles in de diepste kern één? *GIJ in mij en ik in U.* Mijn zoeken en Gods zoeken: één en dezelfde *heilige* beweging? *De omarmende beweging*.

Deze twijfel bevrijdt God uit mijn verwachtingen, bevrijdt mij uit mijn verwachtingen, en opent weer de weg voor (bijna zou ik zeggen ons) ‘tastend zoeken’, niet mijn zoeken, maar hèt zoeken. Zoeken is eigenlijk een te beperkt woord. De twijfel zal ook het impliciete godsbeeld dat hierin in opgesloten zit, als het weer verstart tot een lege vorm, verbrijzelen waardoor nieuwe lagen zich in mijn hart tonen of niet.

Hoe ver kan dat zoeken in de Leegte van DE/HET HEILIGE gaan? Oneindig ver wordt gezegd. Zo kan twijfel me misschien openen voor een oneindige lege ruimte òf ruime leegte. Als niets meer zeker is, wordt alles een open mogelijkheid!

Je zou bijna zeggen: “Ik ben blij, dat ik het niet meer weet!”

Maar zo is nou ook weer niet, tenminste (nog?) niet bij mij.

Wie weet wat Pasen brengt, feest van opstanding, feest van Licht: *zalig Pasen*!

Paul Horbach, vasten 2022

.