

# Vrijwillig deelnemen

Sterrelaansessies, 8 december 1990

**Het wordt, denk ik, voor ons allemaal toch geleidelijk aan duidelijk dat in alles wat je doet, denkt en voelt binnen het gebied van het 'ik' – dat is die betrokkenheid op voortzetting, op worden, op verbeteren van jezelf en van de situatie – een niet eindigende onrust is. En altijd weer constateer je dat, wat je ook doet, er altijd een vraag overblijft en ook een verlangen om die vraag te beantwoorden.**

Als we naar de wereld in het groot kijken, zien we dat daar hetzelfde plaatsheeft, technische veranderingen, economische veranderingen, veranderingen in denken. Maar het draait altijd weer terug naar dat punt wat zichzelf voortstuwt en waarvan je geen idee hebt waar het uit voortkomt.

Zolang je in die beweging, die door de hele wereld in allerlei schakeringen aanwezig is, je leven leeft, zal er altijd het volgende zijn waar je aan wilt voldoen.

Het is maar zelden dat het genoeg voor je is om stil te zijn, om dat hele leven waar je deel aan hebt, waar je verantwoordelijkheden hebt, zoals het is tot je door te laten dringen. Er voor dat moment niets aan te doen en in te gaan op jouw deelname daarin.

Dat is dus niet meer in het vlak van het je uitdrukken, ontdekken, standpunten innemen. Het is uitsluitend ervaren dat je er bent, dat je bij dat alles hoort, maar dat je er niet afhankelijk van bent. Je lichaam is zoals het is, en het zal eens eindigen. Dat is een zekerheid. En er is de mogelijkheid om het gestuwd worden te beëindigen, zodat je vrijwillig deelneemt en niet onbewust voortgedreven wordt. Dit alles natuurlijk los van de concrete noodzaak om in je levensonderhoud te voorzien, dat is duidelijk.

Als je de moeite neemt om stil te zijn, merk je dat er een veel grotere aandrijfkracht is, die je eigenlijk altijd ontgaat. Die aandrijfkracht maakt je blind voor wat er gebeurt, met jezelf, met de anderen en met de wereld. Wat we proberen is contact te krijgen met die bijna altijd onbewuste stuwning. Want het is die stuwning die maakt dat we niet kunnen zien wat er eigenlijk nodig is, niet alleen voor onszelf, maar in het totaal van de mensheid.

Gesprek (*fragment*)

- *Vraag A.*: Je hebt het over 'stuwning'. Bedoel je daarmee de oerkracht of de basisenergie die er is, die

zich verbijzondert en verzelfstandigt in allerlei richtingen?

- *Maarten*: Ja.

- *Vraag A.*: Je kunt er namelijk ook de stuwning onder verstaan die je ervaart als je in de verbijzondering zit, een soort neurotische stuwning, een obsessie ...

- *Maarten*: Ja, dan is die nog eens een keer versterkt door zelfhandhaving.

- *Vraag A.*: Als je ervaart dat zo'n kracht overal inzit, merk je dat je in het gebied komt van je diepere drijfveren – je oorzakelijke impulsen om op een of andere manier hier in dit leven aanwezig te zijn.

- *Maarten*: Ja.

- *Vraag A.*: En je voelt – dat kan je intuïtie noemen of wat dan ook – dat je dát wel moet doen en niet dát. Daar is volgens mij een grote helderheid voor nodig, die zich bij mij maar zelden voordoet.

- *Vraag B.*: Maar waar komt die helderheid, die intuïtie, dan vandaan? Omdat Maarten zei dat die stuwende kracht verblindt.

- *Vraag A.*: Ik denk dat dat in het *doen* ligt. Je handelt en kijkt naar wat je doet. Daarin ligt de verbinding tussen meditatie en leven.

- *Vraag B.*: Maar welke relatie heeft die helderheid met de stuwende kracht. Dat zie ik niet.

- *Vraag C.*: Wat ik erin hoor is dat helderheid het contact met jezelf is. Je bent aandachtig aanwezig in wat er gebeurt. Je laat het proces zijn gang gaan en en ziet wat er uitkomt. Maar het is niet datgene waarnaar je streeft.

- *Vraag D.*: Ja precies, dat 'ja' en 'nee'. Je wilt iets, en tegelijkertijd: hoe sterker je het wilt, hoe minder je echt bereikt wat je wilt. Dus je moet er een beetje omheen en onderdoor, maar je moet wel in de gaten houden wat je eigenlijk wou. En dat maakt het zo

verdomd ingewikkeld, het is elke keer weer een stapje vooruit... en een stapje terug. Dat maakt het ook zo boeiend, die eindeloze paradox.

- *Maarten*: Ja, en er komt bij dat je gaat merken dat je einddoel onderweg ook verandert, dat het echt allemaal in beweging is.

- *Vraag C.*: Dat je dus in een proces staat.

- *Maarten*: Je kunt beter zeggen: je hebt een *richting* gekozen en je wilt daar naartoe. Maar als je je vastbijt in wat daar is, zit je vast. En dan krijg je ook alle tegenstand van iedereen, want iedereen heeft natuurlijk een bepaald punt waar hij naartoe wil.

- *Vraag E.*: Bij mij bestaat de helderheid er eigenlijk alleen maar uit te kunnen zien: 'dit is het dus niet'. Wat het dan wél is, weet ik niet, maar op dat moment is het in ieder geval weer open. En het gaat fout als ik denk dat ik het wel weet.

- *Vraag C.*: Is dat van tevoren of achteraf?

- *Maarten*: Nee, dat is tijdens.

- *Vraag B.*: Maar Maarten, waar treedt nou die helderheid in werking?

- *Vraag D.*: Zou je het zo kunnen zeggen: dingen openhouden met behoud van richting.

- *Maarten*: Ja.

- *Vraag D.*: En de helderheid is dus dat het niet vertroebeld wordt door alle invulling, terwijl je wel je richting behoudt.

- *Vraag B.*: Maar je zegt wel dat als je het open laat, er helderheid is.

- *Vraag D.*: Ja, maar het lukt bijna nooit.

- *Vraag B.*: Ik heb het niet over lukken en niet lukken, ik zit ermee hoe die helderheid zich verhoudt tot die stuwning.

- *Maarten*: Nou, die helderheid is iets wat je ervaart. Dat hoeft niemand je te vertellen.

- *Vraag B.*: Maar is dat een onderdeel van de stuwning, of is de stuwning iets wat...

- *Maarten*: Die stuwning is het feit dat je hier op aarde bent. En daarmee ga je aan de gang, en je loopt vast en ontdekt dat.

- *Vraag B.*: Maar dat ontdekken, waarvan is dat dan.

- *Maarten*: Allemaal van hetzelfde, natuurlijk van hetzelfde.

- *Vraag F.*: Toch zegt D.: 'met behoud van richting'. Dus er lijkt een soort weten te zijn of iets in mijn heel persoonlijke plan past of niet.

- *Vraag B.*: En dat weten komt voort uit het contact wat je hebt op het moment met het proces?

- *Maarten*: Ja!

- *Vraag B.*: Helderheid heeft dus te maken met contact.

- *Maarten*: Helderheid heeft inderdaad te maken met in voeling zijn met wat er gebeurt, in jezelf, buiten jezelf, in de wereld.

- *Vraag B.*: Misschien ben ik te technisch bezig, maar waar komt dat 'in voeling zijn' dan uit voort?

- *Maarten*: Dat is het leven. Jij zegt niet tegen jezelf 'nu ben ik in contact', maar je bent het wel.

- *Vraag D.*: Maarten, is dit allemaal die 99% waar we altijd mee bezig zijn, maar dan op een heel basaal niveau?

- *Maarten*: Ik denk het niet. We zijn op het ogenblik aan het uitzoeken waar we gevangen genomen worden door de 99%.

- *Vraag B.*: En daarin is het contact eigenlijk het enige essentiële.

- *Maarten*: Ja, maar het contact op zichzelf is natuurlijk niet los van alles wat daarbij hoort. Want wanneer jij je iets voorgenomen hebt en ziet dat het niet gaat, is het al contact. Kijk, je kunt je ook iets voornemen en dan... *whap!* – desnoods ga je over lijken, maar je gaat daar naartoe. Maar op het moment dat je merkt dat je je zelf vastgepind hebt door alleen maar dat te zien, en niet op te merken, op dat moment is er contact, is het weer open en kan er weer wat anders gebeuren.

- *Vraag B.*: Ik had de neiging dat opmerken los te denken van de stroom die zich aan me voordoet.

- *Maarten*: Het is een voortdurend naar alle kanten in contact zijn. Je kunt er niet een element uithalen en zeggen: 'dat is het nou.' Het is een voortdurend

aanpassen, maar dan *echt* aanpassen. Niet om iets te bereiken, maar een voortdurend *mée* kunnen gaan.

- *Vraag D.*: En heel soms kun je helemaal meegaan...

- *Maarten*: Ja. En dat is dus heel helder, als je helemaal mee kunt gaan zonder jezelf te verliezen. Overgave is net de andere kant, dat is gewoon... *fttt*.