

## Jezelf ontdekken in de dialoog

### inleiding

Zoals we hier zitten mediteren we allemaal al een tijdje. En natuurlijk ga je daar na verloop van tijd iets van merken in je leven. De vraag is: hoe diepgaand zijn die gevolgen? Heb je zo af en toe het gevoel dat je onttrokken bent aan dat leven wat je zo goed kent, met al zijn inhouden? En ontstaat dat onttrokken zijn op natuurlijk wijze, van binnenuit? Of is het een inspanning, is het opzet?

Oefenen doen we allemaal, maar daar zit duidelijk opzet achter. Wat we 'meditatie' noemen is maar een woord. Maar in momenten dat je voelt dat je er helemaal bent, kun je daar zo intens aanwezig zijn dat niets je meer stoort? Niet wat er om je heen gebeurt, maar ook niet een van die vele, vele herinneringen, gedachten of gevoelens die normaal door ons heen spelen? Je bent alleen daar, en alles wat daar gebeurt is van belang. Je bent in dat moment zelfs niet meer met een inhoud, je bent dus leeg. Er is niets dan wat op dat moment gebeurt, wat het ook mag zijn.

Want we komen er natuurlijk niet omheen: volledig aanwezig zijn betekent leeg zijn. Als je niet leeg bent, kun je niet aanwezig zijn. Dan ben je opgedeeld, opgenomen in al datgene wat in je leven al gebeurd is. En dat betekent dat er eigenlijk geen plek is voor dat wat zich nu voordoet.

Wat wij, ieder voor ons, in deze bijeenkomsten willen proberen is op het spoor te komen van dit basale feit, hoe dat werkt. Wat nodig is om volledig leeg aanwezig te zijn - ik kan dat 'leeg' eigenlijk weglaten, want dat is een voorwaarde - en wat dat aanwezig zijn in de weg staat.

En dat is heel acuut, dat is nu. We hebben allemaal al van alles gedaan vanochtend. Sommigen zijn van heel ver gekomen. Is dat nog aanwezig? We hebben elkaar weergezien na een hele tijd. Dat heeft allerlei gewekt. Is dat nog aanwezig? Of is dat heel vanzelf, heel natuurlijk, zonder opzet verdwenen, en zijn we nu in dit moment, waarvan nog niets bekend is, wat nog alle kanten uit kan.

Betekent dit nu dat we dus niets in ons gesprek te berde brengen van wat ons zo normaal beweegt? Nee, natuurlijk niet. Je kunt niet anders dan vanuit jezelf zoals je bent met elkaar in dialoog komen. Als je niet leeg bent, ben je niet leeg. Maar die dialoog dwingt je om jezelf te leren kennen. Of je nu spreekt of luistert, het dwingt je om je rekenschap te geven van wat er aldoor in je omgaat. Zodat we, hoop ik, met z'n allen op het spoor komen van onze eigen werkelijkheid.

Daar gelden natuurlijk helemaal geen vergelijkingen in, dat zou dwaas zijn, jouw werkelijkheid is jouw werkelijkheid. Hoe dieper je op je eigen werkelijkheid ingaat - en dat kan pas als je het hebt leren kennen - hoe meer kans er is dat die macht van de gewoonte, van alles wat je bent, doorbroken wordt. Dat is het enige wat kan gebeuren.

Want je bent natuurlijk één groot stuk gewoonte: de manier waarop je eet, de manier waarop je drinkt, de manier waarop je kijkt, de manier waarop je je huis ingericht hebt, de manier waarop je in je auto zit of op je fiets zit, waarop je loopt - dat heeft jou gevormd. Buiten al die honderdduizenden problemen die er ook nog zijn. In hoeverre kun je daar bewust contact mee krijgen, zodat je steeds dichter komt op die mens die je bent.

Dat kan onder andere in de dialoog.

Ik hoop dus dat het een dialoog is, dat het niet zo gaat worden zoals het normaal is in de groepen, dat er vragen komen en dat ik daar probeer antwoord op te geven. Maar dat we ons aan onszelf onthullen doordat we met elkaar overleggen. Dat is één kant.

En de andere kant is dat we met elkaar zitten. Dat is ook een dialoog, maar een veel kosmischer, minder menselijk dus. Als we zitten en de grote krachten gaan door ons heen, dan stimuleert dat in de ander hetzelfde. Dat is ook een dialoog, dat is ook een uitwisseling. Maar die is haast onpersoonlijk.

Je hebt ze beide nodig. Het is een fictie om te denken dat je het alleen maar met zitten of alleen maar met op elkaar ingaan kunt. Je hebt beide nodig, wil je althans in een mensenleven tot leegte raken.

Wat ik hier zeg is dus een heel stoutmoedige constatering. Want ik heb hiermee echt een brug geslagen tussen verschillende kampen: tussen de voorstanders van alleen maar zitten, en mensen die zeggen: ja maar, je moet ook bewust worden, het kan niet alleen van de kosmos komen.

Die kampen zijn heel, heel oud. Er zijn maar heel enkelen geweest in de loop van die lange, lange geschiedenis van de meditatie die gezien hebben dat ze allebei nodig zijn. Eén van die mensen is Bankei geweest. Hij heeft heel duidelijk verband gezien tussen die twee dingen: je hebt het in je leven nodig om het te ervaren, maar ook om er uiting aan te geven. Want in de uiting wordt pas bevestigd wat werkelijk in je is.