

Spiritualiteit in deze tijd

Verkorte versie van een lezing van Marieke de Vrij in 2007

Spiritualiteit is een woord waar in deze tijd veel begrippen onder vallen en om die reden is het wezenlijk om mijn begrip rondom spiritualiteit te duiden.

Spiritualiteit betekent voor mij tot in de diepste kern mezelf bewust te zijn van het Goddelijke dat in mij en in de ander leeft. Aangeraakt te zijn in je kern. Die kern vormgeven, ongeacht wat dat van je vraagt, omdat dat de roeping is van je ziel die gehoord wenst te worden.

Je eigen kern verloochenen, betekent voor mij hetzelfde als God verloochenen, want als je waardig bevonden bent om geschapen te zijn en je wijst je eigen schepping af, dan verloochen je God.

Als God een bedoeling heeft met mij, met u, dan bedoelt hij ons als totaal, onvervreemdbaar met al onze mikken en makken. *De opdracht is om zo zuiver mogelijk tot die kern te geraken en die kern uit te drukken.* Dat is je opdracht en die werkt levenslang door.

Je bent per definitie goed genoeg

Het is nu dus niet de vraag 'ben ik wel goed genoeg?' Je bent per definitie goed genoeg, anders was je niet geschapen in deze vorm. Dat houdt in dat de gaven, de zaken die jou ten deel vallen, jouw werkmateriaal is. Ze te verloochen is als het ware ook een verloochening van je ziel. Omdat, als in bijzonderheid zich iets in jou wenst uit te drukken, jij alleen daar de verantwoordelijkheid voor draagt, niet iemand anders. En hoe wonderbaarlijk vreemd onze gaven ook wellicht zullen zijn, ze zijn zo bedoeld. Ze horen onvervreemdbaar bij jou. Het is aan jou om ze in zuiverheid vorm te geven.

Je hoeft vandaag niet iemand te zijn die je morgen kunt wezen

Wanneer ieder zich zou ontwikkelen naar gelang van datgene wat in hem gelegd is in de potentie van zijn wezen, zal je bemerken dat niemand gelijk is en dat ieder individu een deeltje uitdrukt van die grote legpuzzel. En dat pas als we ons allemaal wezenlijk tot uitdrukking brengen de grote puzzel in elkaar kan vallen.

We wachten in zekere zin op elkaar: durf jij, durf jij, durf jij, zal ik een stap zetten waardoor het voor jou ook gemakkelijker is en vice versa.

Wachten op elkaar maakt meestal moe. Zelf de stap zetten is niet altijd eenvoudig. Dat vraagt veel moed, veel vertrouwen met een onzekere uitkomst, om te gaan, stap voor stap, niet wetend waar het je zal brengen.

Dat is ook de reden waarom het moment 'nú' in de spirituele ontwikkeling altijd zo centraal staat. Je hoeft vandaag niet iemand te zijn die je morgen kunt wezen. En wat gisteren was, vraagt vandaag om voltooiing.

We zijn opgegroeid in een maatschappij waarin we buiten-gewoon letten op anderen

Het is in feite heel simpel, maar die 'simpelheid' in praktijk brengen is waar het om gaat en dat is niet altijd even gemakkelijk, want we zijn opgegroeid in een maatschappij waarin we buiten-gewoon oplettend zijn op anderen, erbij willen horen. Er zijn kwaliteiten in de maatschappij aangeduid als goed en andere als uiterst onzeker of bedenkelijk. We manoeuvreren ons door de opgelegde stigma's om steeds dieper te doorvoelen dat we voortdurend rouwen om een potentie die we in ons meedragen, maar die zich uiteindelijk niet in volle wasdom kan uitdrukken. Die rouw is eigenlijk ondraaglijk. Op het moment dat ik vraag of een ander zich wil aanpassen aan mij, of ik pas me aan áán de ander, en het gaat niet vanuit een natuurlijke liefde, niet vanuit een natuurlijke overgave, dan ben ik in een verloochening naar mezelf toe getreden en dat is heel moeilijk om te aanvaarden. En toch is dat wat vaak maatschappelijk meer gewenst wordt dan zichzelf te tonen: onafhankelijk, moedig, anders dan alle anderen en te zijn wie je bent.

We houden elkaar vaak in een wurggreep. We praten over spiritualiteit, we filosoferen, we lezen vaak het ene boek na het andere en als we niet opletten doen we aan 'spiritueel materialisme' omdat we alle prachtige zinnen kunnen napraten, alle belangrijke schrijvers weten, daarover discussiëren, maar zelf nog net niet durven zijn. Omdat hét durven te zijn, betekent dat je volstrekt anders zult zijn dan die ander waar je zo zielsveel om geeft.

Hoe gaat dat dan, zo'n spirituele ontwikkeling?

Hoe groei je naar die zelfverantwoordelijkheid? Er zijn hiervoor een aantal wezenlijk belangrijk basisbegrippen:

1. God heeft jou geschapen; als je jezelf niet vertrouwt, dan wantrouw je God. Jezelf aannemen vraagt een heel diep besef van eenvoud. Er mag geen enkele miskennis van jou uit naar jezelf toe gaan en er mag geen opwaardering gaande zijn opdat je meer zou moeten zijn dan wat je vandaag kan uitbeelden. Het vraagt dus een volstrekte eerlijkheid - en die blijkt doorgaans heel manipuleerbaar.

De eenvoud gebiedt om te zijn waar de feitelijkheid is en de innerlijke beleving postvat. Als je onder je waarde jezelf toont, jezelf altijd met een verontschuldiging aandient, doe je jezelf doorlopend tekort. En als je te weinig je eigen ruimte vult, kan een ander intreden in jouw energiesysteem en heb je voortdurend hinder van het intreden van de ander op die plaatsen waar jij had kunnen zijn, omdat dat jou rechtmatig toekwam of toekomt.

Wanneer je het dan hebt over spiritualiteit en zelfverantwoordelijkheid, houdt de spiritualiteit ook in dat je jezelf naar beste kunnen bewoont en je dus niet jezelf onbewoonbaar verklaart. Wie jij bent heeft het recht van aanwezigheid en dan is het woord 'aanwezigheid' in al zijn subtiliteit ook weer prachtig, want het wezen staat aan. Het mag zijn eigen innerlijk licht tonen.

2. Spiritualiteit is ook: durven de geest één te laten worden met de aarde.

Nu zijn er allerlei spirituele begrippen, dat als je je authenticiteit gevonden en ervaren hebt en je je daarmee verbonden hebt, 'het' geworden bent, dat je dan alleen maar 'licht'vaardig, dus door het licht aangeraakt, je leven vorm zult geven. In mijn beleving is spiritualiteit niet alleen de lichtzijde ontmoeten, de aanwezigheid van de geest in jezelf ontdekken, maar is het ook durven de geest één te laten worden met de aarde. Betrokkenheid - naar de aarde, naar de medemens en de samenleving - een wezenlijk onderdeel van het proces te laten zijn van die spiritualiteit in jou. Want mijn kern, mijn authenticiteit toets ik aan de aardse werkelijkheid, aan de samenleving en de dagelijkse realiteit van het leven zelf als ziel binnen een leeropdracht op aarde. Je afzijdig houden van de

mensen met wie je bent, van de maatschappij waarin je leeft, maakt dat het licht in ons niet goed kan aarden, niet kan incarneren, want we zijn van licht en we worden weer licht als we weer overlijden. Als we niets te leren hadden, hadden we daar kunnen blijven. We hebben hier iets te leren en daarom zijn we hier ter incarnatie van wie wij in wezen zijn.

“Als je zaken alleen maar aanziet en filosoferend tegemoet treedt, is het een prachtige hoge energie, maar niet geaard.”

Aarde zit vaak in doen, in zichtbare betrokkenheid. Daar wordt de natuurlijke verantwoordelijkheid geboren, want als ik authentiek mezelf mag zijn, dan kan ik rechtmatig de authenticiteit van de ander niet meer mijden. Het tegendeel is ook waar. Als ik niet authentiek durf te zijn, dan is het heel moeilijk om een ander anders te laten zijn dan ik, want ik wil voortdurend van die ander bevestiging voor wie ik ben, omdat ik mezelf nog niet voldoende vertrouw. Als jij nu maar zegt dat ik goed ben, dan mag ik er zijn en al die tijd dient die ander zich te richten op mijn bevestiging in plaats van dat hij zichzelf mag ontwikkelen naar degene die hij of zij is. Ik heb mensen gekend die echt miljoenenapplaus hebben gehad en tot op vandaag nog onzeker zijn, want zelfs het grootste applaus geeft uiteindelijk geen zelfverzekerdheid als je jezelf niet aanneemt.

3. Hoe kom je tot zelfvertrouwen? Hoe kom je tot zelfbekentenis?

Daar kom je als je waardevrij jezelf durft te ontmoeten in al je gevoelslagen, of je die nu mooi vindt of niet, maar het begint met ze te accepteren. Als jullie contact maken met je eigen kern, wát daar in waarheid voor je ligt, dan zul je merken dat op het moment dat je dát uitdrukt, de buitenwereld daarop gaat resoneren. Soms is die resonantie heel welkom, maar soms ook niet. Wanneer je je eigen kern te weinig tot uitdrukking brengt, heb je namelijk pijn aan de ontrouw van jezelf, naar je eigen wezensgesteldheid toe. Maar het is niet zo dat als je het wél doet, het altijd pijnvrij zal zijn, maar die pijn is beter te verdragen dan het verloochenen van je ziel. Dus ook als je iets brengt wat een ander nog niet verdraagt en je doet het niet om een ander te overtuigen of om te beleren, alleen om jezelf te zijn, en je toont alleen jezelf, dan doe je het niet verkeerd. Maar áls het pijn doet omdat de ander je vooralsnog niet kan verstaan, dan dien je dat in eigen kracht en in eigen zelfrespect te verdragen. En hoe dieper

troostrijk je in jezelf aanwezig bent op die momenten, hoe beter je het verdraagt om keer op keer dat wat jij bent tot uitdrukking te brengen.

4. In eenzaamheid ligt de vrucht van zelfherkenning

Daar waar mensen gescheiden zijn door het verschil, daar ontmoeten ze de eenzaamheid. Maar in de eenzaamheid ligt evenzeer de vrucht van de zelfherkenning, want je wordt gedwongen tot op het diepste niveau jezelf te bevruchten daar waar je waarachtig kunt zijn. Daar waar de ander je nog niet erkent, noch herkent, kun je het verschil in jezelf gewaarworden tussen jou en anderen. Je eigen uniciteit vormgeven - sommigen van ons gaan soms tientallen jaren, soms een levenslange eenzaamheid tegemoet om dat verschil in differentiatie te leren kennen. Pas wanneer we dit verschil in uniciteit in alle diepte toegelaten hebben, voor de leeropdracht-intentie van dit leven, pas dan zullen de verwantschappen weer aanéénrijgen. Dit omdat mensen menigmaal in eenzaamheid creatiever en veelzijdiger zullen zijn, wanneer ze de strijd ten opzichte van het verschil hebben losgelaten. Soms is eenzaamheid een noodzakelijkheid om te komen tot de diepste vorm van gewaarzijn. Op het moment dat je dat onomstotelijk aanvaard hebt en je eigen Zijn tot uitdrukking brengt, zie je vaak wonderwel hoe mensen afkomen op jouw vorm van authenticiteit. Want iedereen heeft een hunkering naar authentiek te willen zijn, maar velen zijn er ook bang voor.

5. Authentiek worden met de dag

Als iemand authentiek is en mensen ontmoet die authentiek willen worden, dan zullen ze contact met je maken, omdat ze voelen dat je moed aanreikt om hen te bekrachtigen. Andersom geldt ook: als mensen willens en wetens hun eigen authenticiteit mijden, zijn ze als de dood voor mensen die authentiek zijn. Authenticiteit vraagt een hoge prijs in deze samenleving; de wereld kan niet zonder. Het is volstrekt de tijd dat mensen hun eigen individualiteit zo ontwikkelen en op een zielsniveau hun eigen Ik vorm durven geven; dat er onafhankelijke geesten zijn die in hun eigen authentieke gewaarwording diep in zichzelf huizen - in samenwerking met anderen kunnen treden daarvanuit, zonder verloochening van het eigen Ik en daarmee de ander ook rechtmatig het eigen Ik en de eigen zielsbekrachtiging gunnen en laten uitdrukken. Je hoeft niet op elkaar te lijken, je hoeft jezelf niet te verloochenen, maar het is ongelooflijk

belangrijk om, in samenwerking, het potentieel van die individuen aanéén te rijgen en hun werk in meerwaarde neer te leggen. Dit is op dit moment heel erg aan de orde. Spiritualiteit is tot in je kern, je wezen, te laten aanraken. Je door God belicht voelen, jezelf in eenvoud aannemen. Authentieker worden met de dag. *Wat de prijs ook is.* De eenzaamheid dulden als het zich voordoet. Vervolgens wat authentiek in jezelf is opgestaan, durven verbinden met anderen die ook authentiek blijven en vervolgens gezamenlijk iets neerzetten voor de wereld. Dit is van essentieel belang in deze tijd.

Een inspiratie van Marieke uit het boek: "Eenzaamheid als Loutering":

Wantrouw uzelf niet, want God is met u. Als u uzelve wantrouwt, wantrouwt u God. Besef dit ten volle. Stap niet in uw eigen valkuil van onwetendheid. Geef u over en heb respect voor uzelve, want weet dat Ik in u ben. Nu en altijd in eeuwigheid en eeuwigheid.

Inspiraties over wezensecht leren spreken

Veel is verwoord door anderen. De verwoording van uzelf staat nu centraal. Leg uw aandacht neer op dat wat verwoord kan worden uit uzelf alleen. Gebruik uw eigen woorden, uw eigen strekkingen. Die zijn veelzeggend omdat ze leven ingeblazen worden door u. Anderen overtuigen heeft geen zin. Zichzelf tot uitdrukking brengen bovenal, wezensecht, is de beste vertolking van dat wat u kenbaar wenst te maken. Zo vertolk alleen uzelf en in uw handelingen zullen anderen zich herkend weten en wie zich herkend weet, gedraagt zichzelf eenvoudiger. Doortastendheid heeft geen zin noch waarde wanneer anderen niet op de hoogte zijn van uw bedoeling achter dat wat zich doortastend toont. Wees daarom begripvol naar de ander, wanneer die uw doortastendheid niet kan volgen. Daar u in verantwoording naar uzelf toe dient te treden om uitleg vooraf aan te bieden waarom u zich doortastend toont.

Met andere woorden: leg verantwoording af naar de ander waarom iets voor u persoonlijk zo belangrijk is, voordat u de ander probeert op te trekken naar dat

besef toe. Als de ander begrip ontwikkeld heeft waarom u zo bewogen bent in relatie tot het thema, dan kunnen zij u beter begrijpen en sterker nog, beter verstaan. Dus als je jezelf waarneemt in het perspectief van doortastendheid, kijk dan of je wel voldoende uitleg geeft waarom je zo beweegt. Je vergeet dat vaak omdat je zo gewoon geraakt bent aan je eigen verantwoording waarom je zo doet.

Leerzaam is het om met anderen te delen zonder uitgebreid alles in essentie te benoemen, omdat veelbespraaktheid de ander vaak vermoeid maakt. Leg de kern der dingen neer. Wacht af. Bezie wat de ander geraakt heeft en voldoe uw tijd niet met méér spreken, maar geef de rust voor zelfbekenning aan de ander en vervolg dan pas uw verhaal.

Met andere woorden: doseer je spreken in minimale woorden. Kernachtig, wezensecht, laat het indalen in de ander en zie wat het bij de ander doet. Als de ander uitgesproken is, vervolg dan pas het verhaal weer.