

VIERING 'DE DRIE-EENHEID: IN DE NAAM VAN DE VADER EN DE MOEDER, EN DE ZOON EN DE DOCHTER, EN DE HEILIGE GEEST'

KRISTIN VANSCHOU BROEK

20 FEBRUARI 2011

Vandaag wil ik graag de weg naar meer liefde schetsen binnen het thema van de drie-eenheid. De drie-eenheid verwijst naar een van de centrale punten binnen het christelijk geloof, namelijk dat God uit drie personen bestaat: de Vader, de Zoon en de Heilige Geest, die samen een eenheid vormen.

Rond deze 'Heilige Drievuldigheid' is binnen de kerk veel discussie gevoerd. Het ontstaan van het dogma van de drie-eenheid dateert van de vierde eeuw. Hiermee werd gesteld dat Jezus de incarnatie van God zelf was, dat hij dus ook God was. Daarmee was de discussie beslecht.

Ik zie Jezus in de eerste plaats als mens, een mens die op een uitzonderlijke wijze zijn liefdeskracht heeft ontwikkeld en uitgedragen. Voor mij is hij de voorloper van het bewustzijn dat alle mensen en alles wat bestaat een incarnatie is van de scheppende liefdeskracht.

Als ik het over de drie-eenheid wil hebben, is dat niet om het kerkelijk dogma kracht bij te zetten, maar wel omdat ik zelf voeling heb met de drie krachten die in deze drie-eenheid worden genoemd: de Vader als de scheppende kracht, de Zoon als de uiting van hoe we echt mens kunnen worden, hoe we tot onze bestemming kunnen komen, en de Geest als de kracht van het vuur, de bezieling, de inspiratie.

Blijkbaar hoort het bij mij om wat ons is overgeleverd door de traditie te vertalen naar de huidige tijd en, zoals je zal zien, ook aan te vullen.

De meesten van ons zijn opgevoed vanuit het geloof in de drie-eenheid, de drie 'krachten'. Ik denk aan het kruisteken waarin die krachten worden aangesproken en opgeroepen: 'In de naam van de Vader en de Zoon en de Heilige Geest, Amen.' Het zijn gekende woorden, begeleid door een gekend gebaar binnen de christelijke geloofstraditie. Er wordt ook gedoopt in de naam van de Vader en de Zoon en de Heilige Geest.

Voor velen zijn deze woorden en dat gebaar in onbruik geraakt. Ze hebben er geen voeling meer mee of ze zien er geen betekenis in. Anderen spreken die woorden nog wel uit, maar slechts uit gewoonte. Ook ik heb deze woorden vaak gezegd. Bij ons thuis werd ieder gebed ingeleid en beëindigd met het kruisteken.

Nu vind ik het moeilijk om die woorden bewust uit te spreken. Ik vind de taal te eenzijdig mannelijk. Bovendien is het gebaar voor mij te beperkend. Gebaren kunnen zinvol zijn omdat ze ons, op een andere manier dan woorden, dicht bij onze beleving kunnen brengen. Maar hier ontbreekt iets fundamenteels. Het hoofd, het hart en de schouders worden aangerakt. Maar telt alles wat daaronder leeft dan niet? Ik zie veel mensen die leven vanuit hun hoofd en hun hart, maar die weinig of geen voeling hebben met hun lichaam, met hun buik en daardoor ook met hun onderliggende gevoelens, hun beleving, hun ervaring. Mensen worden zich daar in deze tijd meer bewust van. Ze verlangen ernaar om meer in contact te komen met hun lichaam en hun gevoelsleven en beseffen dat ze daardoor vollediger kunnen leven. Ze willen zich voelen stromen, uit de beperking komen, zich bevrijden. Hun verlangen is voluit te kunnen leven.

Ik wil graag stilstaan bij de verschillende aspecten van de drie-eenheid.

1. In de naam van de Vader

We raken met onze hand ons voorhoofd aan, ons derde oog, het zesde chakra: dat van het inzicht, het denken. Dit staat heel dicht bij het kruinchakra: de verbinding met het hogere. Door de kracht van de vader aan te spreken doen we een beroep op **het denkend bewustzijn**.

In ons denkend bewustzijn hebben we een aanvoelen van hoe de wereld er zou moeten uitzien, hoe we als mens zouden moeten zijn, wat het ideaal, het volmaakte is. De hele leer van de kerk is erop gericht. Bovendien komen we het niet alleen in de kerk tegen, het zit ook in ieder van ons.

Ik herinner mij een stel ouders die me in paniek opbelden: hun dochter had hen laten weten dat ze zou weggaan bij haar man. Ze waren radeloos: dat doe je toch niet omwille van de kinderen! Hun ideaal werd geschonden, gekwetst. Ze konden niet stilstaan bij de gevoelens van hun dochter. Die waren duidelijk ondergeschikt aan hun ideaal, het in stand houden van het gezin.

In dit vaderprincipe huizen onze waarden, onze principes, onze voeling met het volmaakte. Diep in ons is er een verlangen, een hunkering naar een perfecte wereld. Het kan zinvol zijn om je met deze kracht, deze energie te verbinden en je er door te laten leiden in het maken van een keuze. Soms kan je bijvoorbeeld voelen dat het beter is niet in te gaan op een emotie of een goesting in het hier en nu, omdat je aanvoelt dat dit in een groter perspectief niet de juiste houding is. Je zal er dan voor kiezen om niet toe te geven aan je egoïsme, je kwaadheid, je verliefdheid, want het stemt niet overeen met je waardenbeleving. Met de kracht van dit bewustzijn kan je je ego overstijgen en je onthechten.

Bij het denkend bewustzijn hoort de kracht van het oordeel, de dualiteit. We hanteren de maatstaf: dit is goed, dat is slecht. Om in contact te komen met de kracht van de vader kunnen we vragen stellen als: *wat wil je? Wat voor soort mens wil je zijn? Wat zijn je waarden?*

Hoe waardevol ook, de keuzes om te leven naar onze principes leiden ons niet altijd naar ons hart en ook niet naar het hart van de ander. Vaak zetten waarden ons onder druk en miskennen ze een deel van onszelf. Als we te streng vasthouden aan principes worden we hard.

2. In de naam van de Moeder

Vanuit mijn aanvoelen wil ik graag de Moeder een plaats geven naast de Vader.

Hiertoe leggen we een hand op onze buik, onze schoot. Het is de plaats van het tweede chakra: het chakra van het heiligbeen, ook wel het sacrale chakra genoemd. Het gaat hier om **het voelend bewustzijn**.

De kracht die uitgaat van wat er in de buik gebeurt, is evenzeer een goddelijke kracht, in die zin dat het contact ermee even noodzakelijk is om werkelijk te worden wie we zijn, om bij onze uniciteit te komen. Daar waar de kracht van de vader meer universeel is (en dus aansluit bij algemeen geldende waarden) is deze meer persoonsgebonden, meer particulier. Vanuit deze kracht maken we persoonlijke keuzes: kiezen we voor die partner en niet voor een andere, gaan we voor dit specifieke project en niet voor dat andere. Het is de plaats van de eigen voorkeuren. Hier ontdekken we onze persoonlijke gevoeligheid en affiniteit.

Het is niet altijd gemakkelijk om in verbinding te komen met deze kracht. Vaak lopen we er van weg. Immers, ook de duistere emoties kunnen ons hier bezoeken, bijvoorbeeld wanhoop, verdriet, kwaadheid, onmacht, onzekerheid, ... En als we ermee in verbinding komen, is het misschien nog moeilijker ze te accepteren. Vaak willen we ze zo gauw mogelijk wegwerken.

Vorige week zei een jongeman, die naar buiten uit een geslaagd leven leidt, het volgende: "Als ik aan mijn vrienden zeg dat ik mij ongelukkig voel, dan schrikken ze zich rot en komen ze terstond met allerlei remedies aandraven. Mensen kunnen het gewoon niet verdragen dat je dat gevoel hebt, en zeker niet dat je het kan laten bestaan."

Het is soms gemakkelijker voor vrouwen dan voor mannen om in contact te komen met deze kracht. Zij hebben van nature meer verbinding met hun schoot, o.a. door hun maandelijkse menstruatiecyclus. Het is ook de plaats waar ze nieuw leven dragen.

Daarom hebben mannen soms een vrouw nodig om dieper in verbinding te komen met de gevoelskant van het leven. Net zoals vrouwen soms een man nodig hebben om in verbinding te komen met het meer universele, om verder te kunnen kijken dan het hier en nu en zich niet te verliezen in de emotie van het moment.

Dankzij het contact met het voelend bewustzijn, met onze emoties kunnen we ons verbinden met onszelf en met anderen.

Deze kracht is echter vaak aan censuur onderworpen en gaat ook gepaard met angst. Angst om overspoeld te worden door gevoelens, die men vaak generaties lang leerde beheersen en zelfs bestrijden. Krachten waar je niet vertrouwd mee bent, boezemen angst in. Mensen voeren daar soms onbewust een strijd mee en dat gaat ten koste van hun levensenergie. Ze voelen zich moe, uitgeblust, missen sprankeling. Ze doen zo hun best, maar hebben het gevoel dat het nooit genoeg is. Ze leven niet, ze overleven. Soms worden ze overvallen door angsten, die vaak slechts de spiegels zijn van niet-doorleefde emoties.

Bij het voelend bewustzijn horen *hoe-vragen*. Om in contact te komen met de kracht van de moeder kan je je afvragen: *hoe voel je je? Hoe beleef je iets? Hoe ga je met een bepaalde situatie om?*

3. In de naam van de Zoon

Ik voeg hier maar meteen 'in de naam van de Dochter' aan toe, want het gaat om één en dezelfde energie, om de vraag hoe we meer mens kunnen worden.

Om in contact te komen met deze kracht leggen we een hand op ons hart. We spreken hier dan ook van **het liefdesbewustzijn**.

Het hart kan de verbinding maken van het denkende met het voelende bewustzijn, van het hoofd met de buik, van het mannelijke met het vrouwelijke. In ons lichaam bevindt het zich trouwens tussen beide polen. Het is het middelste chakra (het vierde): het hartchakra.

De zoon verwijst traditioneel naar Jezus als de mens die de Christusenergie ten volle heeft beleefd. We leven nu in een tijd waarin het voor ons allen belangrijk is om ons deze energie eigen te maken. Ieder van ons is geroepen om tot zijn of haar wezen te komen, dit wil zeggen: om thuis te komen in het eigen hart en onvoorwaardelijk lief te hebben.

Het hart heeft een heel eigen wijsheid. Het is als een kompas, het geeft richting. Het is ook meer dan het denken en meer dan het voelen. Het gaat eraan voorbij. Het leert ons met ogen van liefde naar de werkelijkheid te kijken.

Wanneer we onze gedachten en onze emoties kennen, betekent dit nog niet dat wij ze in liefde kunnen ontvangen. Leven met ons hart betekent dat we onszelf echt welkom heten met alles wat in ons leeft. Dat lijkt misschien eenvoudig, maar het is heel moeilijk. Er zijn continu innerlijke saboteurs die ons verhinderen onszelf werkelijk te accepteren. We hebben vaak diepe patronen meegekregen, innerlijke overtuigingen waardoor we onszelf afbreken. Bijvoorbeeld redeneringen als: 'Hoezeer ik ook mijn best doe, ik zal toch nooit echt gelukkig worden, want ik ben het niet waard.' Of: 'Er zal altijd wel iets gebeuren waardoor mijn geluk niet zal blijven duren.'

Vaak zijn we ons niet bewust van onze innerlijke oordelen of spanningen en hebben we een ander nodig om ons erop te wijzen. Mijn goede vriendin Lieve, die in augustus 2005 overleden is – ze was 44 – zei soms tegen mij: "Je moet niet zo flink zijn!" Ik schrok dan, want ik was mij niet eens bewust dat ik flink aan het wezen was. Maar tegelijk ontroerde het mij: Lieve zag iets wat ik zelf niet zag en daardoor kwam ik dichterbij mezelf en kon ik iets afleggen van een spanning. Mijn hart ging open, ik kreeg ruimte.

Je hart is ook de plaats waar het gistingsproces van je emoties plaatsvindt. Zo kan je bijvoorbeeld in je hart voelen dat je je kwaadheid mag accepteren, maar dat je ze niet moet afreageren op een ander. Dit wil niet zeggen dat het niet goed is je kwaadheid te delen, maar het is een heel andere beweging als je dat doet vanuit je hart en niet enkel vanuit je emotie.

Je hart is je ware thuis, de plaats van onvoorwaardelijke liefde. Dat betekent dan ook dat je elke schending van liefde zal voelen in je hart: verdriet bij het verlies van een geliefde, of wanneer het niet goed gaat met één van je kinderen. Ook oude pijnen, zoals kwetsuren die je als kind opliep, kunnen bij het bewust worden ervan, pijn in het hart veroorzaken. Precies daar waar je de pijn voelt, is de plaats waar ze kan helen. Daarom is het goed de pijn die je in je hart voelt daar te laten genezen. Door alles toe te laten wat in je leeft en er zonder oordeel naar te kijken, kom je geleidelijk thuis in je hart.

Maar hoe doe je dat, bij je hart komen?

Het kan moeilijk lijken om daarmee in verbinding te komen. De meeste mensen zijn altijd zo druk bezig dat ze niet weten hoe ze in contact kunnen komen met hun hart.

Stilte kan een weg zijn. Meditatie kan een weg zijn. Ontmoetingen met mensen die echt naar je luisteren kan een weg zijn. Liefde ervaren van iemand die jou liefheeft, of zelf liefde voelen stromen naar iemand, is een rechtstreekse weg naar het hart.

Wie thuiskomt in het hart wordt vrij van oordeel en beseft dat er niet langer moet gedacht worden in termen van schuld.

We zijn zo gauw geneigd een schuldige te zoeken voor mislukkingen en pijn. Het is de schuld van de ander, van onze ouders, onze partner, onze vrienden, onze kinderen, ... Of we geven onszelf de schuld: wij hebben het niet goed gedaan. Als kinderen wegen gaan waar ouders het moeilijk mee hebben, voelen die ouders zich vaak schuldig. Zij voelen zich verantwoordelijk voor de opvoeding, dus als het niet goed loopt, is het hun schuld. Zoveel mensen dragen die last mee. Thuiskomen in je hart is schuld kunnen loslaten. Schuldgevoel houdt je vast, geeft geen ruimte, niet aan jezelf en niet aan de ander. Het is een ziekte van onze maatschappij om voor alles een verantwoordelijke te zoeken en die te laten boeten; we lijken meer gericht op wraak dan op liefde. In plaats van schuldgevoelens te creëren is het zoveel beter dat opgelopen pijn wordt geheeld.

Het hart is de plaats waar vereniging plaatsvindt, waar zowel je kracht als je kwetsbaarheid samenkomen als de twee kanten van één werkelijkheid waarbinnen de dualiteit tussen goed en kwaad, licht en duister, vreugde en verdriet wordt opgeheven.

Het is een ervaring van helemaal in de stroom te zijn, waar alles met alles verbonden is. In het hart is er alleen wat er is. Het is het bewustzijn van 'ik ben'.

De weg naar het hart is een vreugdevolle weg die nooit eindigt. Het is belangrijk dat we hulp durven vragen om stappen te zetten op die weg. En zo kom ik bij de Geest.

4. In de naam van de Heilige Geest

Bij het aanraken van de schouders, en bij uitbreiding de armen en handen, verbinden wij ons met de instrumenten waarmee wij ons hart in de wereld kunnen zetten en zo inspirerend kunnen zijn voor anderen en evenzeer inspiratie kunnen ontvangen.

De Geest waarmee we dan contact maken staat voor **het inspirerend bewustzijn**.

We hebben voeding nodig om de weg naar het hart, de weg van menswording te kunnen gaan. We kunnen het niet alleen. Net zoals we dagelijks moeten eten om te kunnen leven, is het goed dat we ons dagelijks voeden met de Geest om meer mens te worden.

Ik herinner mij de tijd dat ik in de Harp voedsel vond voor mijn ziel. Het deed mij goed daar te zijn. Ik voelde daar de Geest op veel manieren werken. Er was een sfeer van gastvrijheid, eenvoud, vriendelijkheid, acceptatie van wat is. Ik voelde er onvoorwaardelijke liefde, ook al waren daar ook moeilijkheden en meningsverschillen tussen mensen. Niemand ontsnapt daar immers aan, ook niet op spirituele plaatsen. We zijn allemaal mensen.

Maar onder dat alles voelde ik een warm hart. Was het het hart van Franciscus die alles en iedereen liefhad? Ik voelde er een open sfeer die gastvrijheid bood voor wat leefde in mensen.

De vreugde die ik daar gewaarwerd, riep tegelijk ook mijn verdriet op, want liefde is een rechtstreekse uitnodiging om je pijn naar boven te halen. Het smelten van mijn hart deed pijn, maar het was een pijn die genas.

Ik dacht toen vaak: hoelang zal ik dat nog nodig hebben? Alsof het zoeken naar geestelijke voeding een teken van zwakte was. Alsof wij ons moeten kunnen handhaven zonder hulp. Tot ik mij ervan bewust werd dat er niets mis is met op zoek gaan naar de Geest, naar verinnerlijking, verstillings, ontmoeting met mensen op zielsniveau. Dat dit zoeken, dat uitreiken, dat verlangen naar liefde een leven lang mag blijven duren. We zeggen toch ook niet: ik heb gisteren goed gegeten, dus nu moet ik een week zonder eten kunnen. Nee, al aten we gisteren, toch hebben we vandaag weer honger. Onze maatschappij is echter zo vervreemd geraakt van dit verlangen dat het wel lijkt alsof je zwak bent of moeilijkheden hebt als je bewust op zoek gaat naar liefde. Veel mensen beseffen nauwelijks hoe een wereld waar macht en succes de maatstaf zijn, hen verhardt.

Het geestelijk voedsel of de inspiratie die je nodig hebt, kan voor iedereen anders zijn en volgens de gang van het leven ook andere vormen aannemen. In een bepaalde periode kan je nood hebben aan stilte en rust. Op andere momenten heb je vooral de vriendschap nodig van mensen om je heen. In nog andere periodes vind je het zalig alleen te zijn en bijvoorbeeld een dag alleen naar zee te gaan en te wandelen, heel dicht bij jezelf. Dan weer verslind je boeken omdat je meer inzicht wil krijgen. Of je hebt nood aan yoga of sacrale dans om je lichaam en ziel beter op elkaar af te stemmen. Wanneer je luistert naar de stem van je hart, zal je weten wel voedsel, welke geesteskracht je nodig hebt. Het kan ook zijn dat je voelt dat het goed is om te stoppen met zoeken en dat de tijd aangebroken is om te handelen, om iets vanuit je hart in de wereld te zetten. Want ook het geven kan je voeden.

Het is mogelijk dat je na verloop van tijd voedsel vindt in alles, dat je daar niet meer speciaal op zoek moet naar gaan of er zelfs niet meer hoeft op te letten, dat je één bent geworden en dat je in alles de uitdrukking kan zien van liefde. Dan voel je de stroom in het doen wat je moet doen, één met jezelf, met het universum, met God.

Tot ook dat weer overgaat en er een volgende golf aankomt...

Ik wil tot slot nog iets zeggen over het vormen van een groep. De inwerking van de Geest op een groep is veel sterker dan op ieder van ons apart. Het is heel belangrijk dat mensen samenkomen om steun te vragen van de Geest. De ziel van de ene mens helpt de ziel van de andere om hem te bevrijden van angst en onzekerheid. We hebben elkaar nodig opdat ons hart oneindig ruim zou worden en om een grote verdraagzaamheid en een diepvoelend begrip voor alles wat menselijk is te krijgen. Pinksteren kon maar gebeuren omdat de apostelen samen waren. Het was vanuit hun gezamenlijk gevoel van verlatenheid en 'het niet meer weten' dat plots de Geest verscheen, dat ze de kracht kregen om uit te dragen wat leefde in hun harten.

Dat is voor mij de diepe drijfveer geweest voor het ontstaan van La Verna en voor het maandelijks samenkomen hier, opdat er een plaats zou zijn waar de Geest in veelvoud zou kunnen werken.